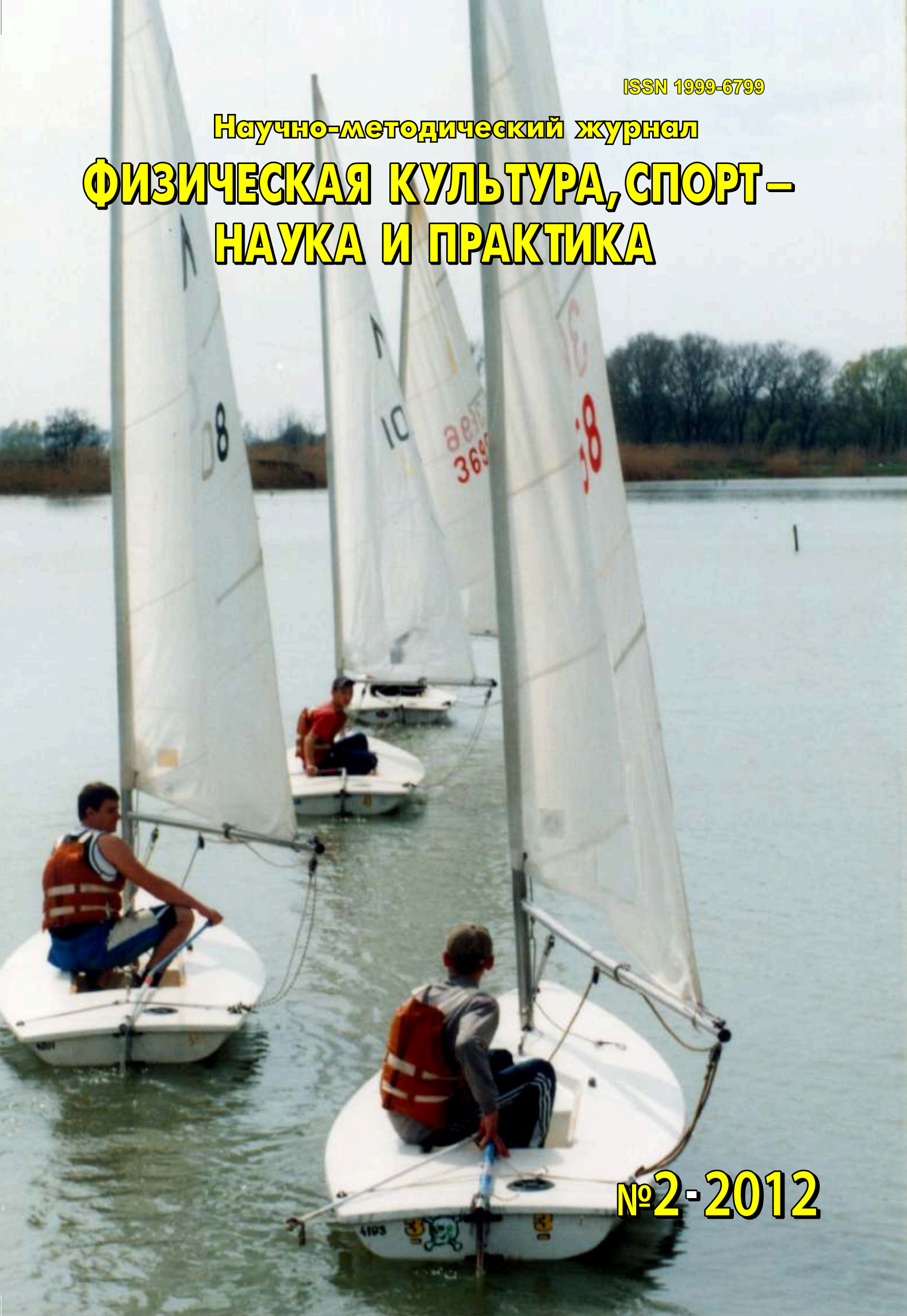


ISSN 1999-6799

Научно-методический журнал

# ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ – НАУКА И ПРАКТИКА



№2-2012

# ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ – НАУКА И ПРАКТИКА

ISSN 1999-6799  
НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ  
ЖУРНАЛ

включен в Перечень российских рецензируемых научных журналов, в которых должны быть опубликованы основные научные результаты диссертаций на соискание ученых степеней доктора и кандидата наук

Регистрационный номер  
ПИ №ФС 14-0420

от 07 июля 2006 года,  
зарегистрирован в Кубанском  
Управлении Федеральной  
службы по надзору  
за соблюдением  
законодательства  
в сфере массовых  
коммуникаций и охране  
культурного наследия

Периодичность издания –  
4 номера в год

## УЧРЕДИТЕЛИ:

Кубанский государственный  
университет физической  
культуры, спорта и туризма

Департамент по физиче-  
ской культуре и спорту  
Краснодарского края

Издается с 1999 года

Главный редактор  
С. М. АХМЕТОВ  
Тел. (861) 255–35–17  
тел/факс (861) 255–35–73

## Редколлегия:

Г. Д. АЛЕКСАНИЯЦ  
В. А. БАЛАНДИН  
В. К. БУРИЧЕНКО  
Г. Б. ГОРСКАЯ  
Л. С. ДВОРКИН  
С. С. ЗЕНГИН  
С. Г. КАЗАРИНА  
Г. Ф. КОРОТЬКО  
Б. Ф. КУРДЮКОВ  
Г. А. МАКАРОВА  
А. И. ПОГРЕБНОЙ  
А. А. ТАРАСЕНКО  
А. Б. ТРЕМБАЧ  
К. Д. ЧЕРМИТ  
Л. А. ЧЕРНОВА  
Ю. К. ЧЕРНЫШЕНКО  
М. М. ШЕСТАКОВ  
Ю. А. ШУЛИКА

Ответственный секретарь  
В. К. БУРИЧЕНКО  
Тел./факс (861) 255-79-19

Ответственный за выпуск  
А. С. ЧИРИКЕЕВА

Адрес редакции:  
350015, г. Краснодар,  
ул. Буденного, 161  
тел/факс (861) 253–37–57

## СОДЕРЖАНИЕ

### ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

- Д. А. Севастьянов, В. С. Левин.** Мотивация и игровая активность футболистов в зависимости от их предматчевого состояния..... 2
- Н. А. Гусева.** Совершенствование координационных способностей квалифицированных лыжниц-гонщиц в переходном и подготовительном периоде спортивной тренировки..... 5
- В. В. Чёмов.** Применение гиповентиляционных режимов дыхания в тренировке легкоатлетов-метателей..... 9

### ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

- Е. В. Василенко.** Место управленческих компетенций в системе компетентностно-ориентированного подхода в российском образовании ..... 12
- М. Младенович, А. Марьянович, С. Кузикова.** Особенности мотивации юных российских футболистов разного возраста ..... 17

### ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

- А. Б. Орлов.** Правовые аспекты финансирования массового спорта на федеральном и региональном уровне ..... 22

### ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

- М. В. Осыченко.** Гуманизация процесса физического воспитания в вузе как педагогическая проблема ..... 26

### ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

- Б. Ф. Курдюков, М. Б. Бойкова.** Современные концептуальные взгляды на процесс формирования профессионально-компетентностной личности в условиях преобразования высшей школы..... 30
- В. А. Черкасова, О. Г. Кукосян, А. Н. Демин.** Мотивационные основы привлечения студентов вузов физической культуры к дополнительному профессиональному образованию ..... 33

### ФИЗИОЛОГИЯ И СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

- Г. Д. Алексанянц, Т. Г. Гричанова, Л. А. Дмитренко, Л. Н. Сабирова.** Использование некоторых соматометрических показателей при спортивном отборе в настольном теннисе ..... 37
- В. Е. Кальницкая, А. И. Погребной.** Бинокулярная синхронная пупиллометрия в мониторинге функционального состояния спортсменов высокой квалификации..... 41
- Н. И. Романенко.** Морфофункциональный статус женщин 35-45 лет различного соматотипа, занимающихся фитнесом ..... 46
- В. А. Уварова.** Особенности поструральной устойчивости у высококвалифицированных стрелков по движущейся мишени с позиций функциональной асимметрии..... 50

### ВОЛОНТЕРСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

- М. В. Коренева, Д. А. Кружков.** Концепция привлечения волонтеров для обслуживания Олимпийских и Паралимпийских игр по направлению «Сервис» ..... 56
- И. А. Зуева, А. А. Герасимов, С. М. Ахметов, Ю. К. Чернышенко, Д. А. Кружков.** Всероссийский конкурс сценариев праздника «500 дней до XXII олимпийских зимних игр 2014 года в городе Сочи ..... 60

## МОТИВАЦИЯ И ИГРОВАЯ АКТИВНОСТЬ ФУТБОЛИСТОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИХ ПРЕДМАТЧЕВОГО СОСТОЯНИЯ

Соискатель Д. А. Севастьянов,

кандидат педагогических наук, профессор В. С. Левин,

Московская государственная академия физической культуры.

Контактная информация для переписки: 140032, п. Малаховка Московской области, ул. Шоссейная, 33.

**В статье отражен характер влияния компонентов предматчевого состояния на отдельные мотивы участия футболистов в матчах и на их ситуативную игровую активность. Этот вид активности является достаточно важным, поскольку оказывает существенное влияние на индивидуальную результативность игроков высокой квалификации.**

**Ключевые слова:** игровая активность, мотивация и мотивы соревновательной деятельности, предматчевое состояние, результативность.

Анализ специальной научной литературы позволил определить основные направления изучения мотивации спортсмена [1, 2, 4, 6 и др.]. Кроме того, теоретический анализ литературы вскрыл проблемы и нерешенные задачи, связанные с изучением влияния компонентов предматчевого состояния на характеристики игровой деятельности футболистов.

Анализ литературы показал следующее: а) ситуативная игровая активность футболиста измеряется числом выполняемых действий на футбольном поле; б) мотивы спортивной деятельности сводятся в шесть больших групп, которые дают возможность: получать удовольствие от процесса занятий, достижения спортивного результата, самосовершенствования, общения, получить материальное вознаграждение, исполнить свой долг. Они существенно влияют на соревновательные результаты спортсменов; в) при оценке итога игровой деятельности футболистов целесообразно изучать не успешность, как субъективную оценку ее итога, а результативность, как частоту проявления того или иного результата; г) ситуативная игровая активность и эффективность взаимосвязаны лишь на 95-процентном уровне достоверности; д) взаимосвязь между показателями индивидуальной и командной результативности доказана. Поэтому при установлении взаимосвязи результативности с любыми другими показателями можно



ориентироваться лишь на индивидуальные результаты; е) изучение психических состояний в спортивной деятельности особенно актуально в силу ее экстремальности. Однако на сегодняшний день удовлетворительной классификации психических состояний не разработано. К числу таких состояний были отнесены: самочувствие, активность, настроение, напряженность, тревожность, уверенность, эмоциональное возбуждение.

Работ, в которых изучается влияние этих состояний на спортивные результаты, много, однако, в них работами показатель соревновательной активности не фигурирует. Выявление значения различных компонентов психического состояния

на активность деятельности является актуальной эмпирической задачей. Кроме того, не изучено в полной мере и влияние мотивов соревновательной деятельности на ее результаты. В связи с этим данное исследование является весьма актуальным как в теоретическом, так и в практическом плане.

Выраженность основных групп мотивов выступления в конкретном соревновании оценивалась с помощью модифицированного варианта методики А. Н. Николаева «Мотивы спортивной деятельности (МСД)» [5]. Так были измерены 6 групп мотивов на конкретный матч.

Определение выраженности и вариативности основных компонентов предматчевого состояния спортсменов осуществлялось с помощью часто применяемой в спортивной психологии методики САНН-ТУВ А. Н. Николаева [4], в результате чего установлено 7 компонентов предматчевого состояния футболистов.

Индивидуальная результативность выступлений игроков оценивалась по показателям их игровой деятельности: ситуативной активности, эффективности и общей результативности. Использовалась модифицированная [6] методика Ю. А. Морозова [3], суть которой заключается в том, что проводились и анализировались

видеозаписи матчей. При определении интегрального результата использовался коэффициент полезности действий, выполняемых игроком. Игровая деятельность изучалась с помощью методики, с помощью которой проводилось наблюдение за игровыми действиями футболистов с мячом, их видеозапись и последующая расшифровка.

Ситуативная активность игровой деятельности футболистов определялась по числу выполненных приемов, а эффективность – по соотношению числа приемов, верно выполненных, к числу неверно выполненных (с умножением на коэффициент 10 для оптимизации расчетов). Общий результат выступлений определялся суммой произведений числа правильно выполненных приемов на коэффициенты полезности этих приемов. Коэффициенты полезности получены при помощи метода экспертных оценок по 10-балльной системе (эксперты – тренеры Премьер-лиги).

Предматчевые состояния целесообразно изучать по группам: количественно-эмоциональное возбуждение; остальные – качественно характеризующие состояние. (Последние делятся на две группы: благоприятные и «нейтральные» (предпочтительнее оптимально выраженные).)

Из таблицы 1 видно, что почти все показатели предматчевого состояния выше средних. Исключение составляет состояние самочувствия. Это состояние имеет значение ниже других, что объясняется наличием спортивных травм.

Таблица 1  
**Выраженность (баллы) и вариативность предматчевых состояний футболистов (n = 33)**

№	Предматчевые состояния	M	m	cv %	D
1	Самочувствие	5,85	0,94	16,1	=
2	Активность	6,12	0,93	15,2	>
3	Настроение	6,15	1,03	16,7	>
4	Напряжение	6,67	0,85	12,7	>
5	Тревожность	6,86	0,96	13,9	>>
6	Уверенность	6,52	1,00	15,3	>
7	Эмоциональное возбуждение	7,00	1,44	29,6	>>

Пояснения:

d – значения диапазона средней арифметической ( $M \pm 0,5 \sigma$ ) для лиц, не занимающихся спортом;

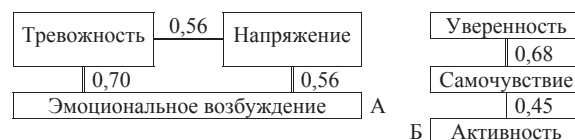
> – знак «выше среднего значения» (по сравнению с нормативным);

>> – знак «значительно выше среднего значения».

Почти у всех показателей предматчевого состояния коэффициент вариации относительно невелик. Значительно, по сравнению с другими показателями, он выше при эмоциональном возбуждении – почти на 30%.

Полученные коэффициенты говорят о нормальности распределения полученных данных.

Значение показателя эмоционального возбуждения перед матчем у игроков существенно выше нормативного значения. Поскольку именно этот показатель предматчевого состояния игроков является основным (другие, по крайней мере напряжение, тревожность и уверенность, лишь качественно его характеризуют), необходимо установить внутренние взаимосвязи этих показателей (рис.1).



Условные обозначения:

— - корреляционные взаимосвязи при  $p \leq 0,01$ ;

— - корреляционные взаимосвязи при  $p \leq 0,001$ .

**Рис. 1. Корреляционные взаимосвязи показателей предматчевого состояния футболистов**

Корреляционная группа А включает в себя основной показатель предматчевого состояния – эмоционального возбуждения. Этот показатель качественно характеризуется и находит свое отражение в связях с показателями предматчевой тревожности и напряжения. Тревожность и напряжение так же взаимосвязаны между собой, но на сравнительно низком уровне. Группа Б объединяется показателем самочувствия, который взаимосвязан с уверенностью в успешном выступлении и с состоянием активности.

С большой вероятностью можно ожидать, что показатели, составляющие обе группы, будут тесно связаны с показателями успешности их деятельности, множественными значениями коэффициентов корреляции.

Нами предпринята попытка посредством установления корреляционной взаимосвязи между показателями мотивации участия в матчах и предматчевого состояния футболистов выявить характер влияния первых на вторые. При выявлении достоверной взаимосвязи можно будет утверждать, что при всей динамичности изменения психических состояний по отношению к мотивации, они независимы.

Полученные относительно слабые связи (табл. 2), даже формально достоверные, не отличаются высокой теснотой. Не исключено, что существуют нелинейные связи.

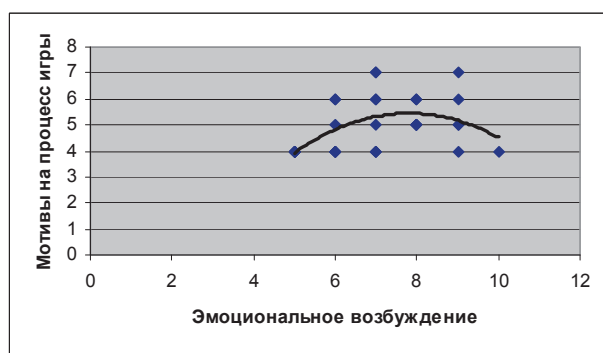
Однако построение графиков форм зависимости мотивации игроков от их эмоционального возбуждения не выявило нелинейной зависимости. Лишь некоторая ее тенденция выявлена по отношению к мотивам на сам процесс игры (рис. 2): наиболее мотивированы спортсмены, испытывающие средний уровень эмоционального возбуждения.

Таблица 2

**Достоверные (по уровню значимости) взаимосвязи мотивов участия футболистов в матчах и их предыгровыми состояниями (n = 33)**

№ n/n	Группы мотивов участия футболистов в матчах	Предматчевые состояния						
		С	А	Нс	Нп	Т	У	ЭВ
1	Участие в процессе занятий футболом			0,00	0,00	0,00		0,36
2	Результат игр	0,48					0,35	
3	Самосовершенствование							
4	Общение							
5	Долженствование						0,41	
6	Материальное вознаграждение	0,44	0,34					

Условные обозначения: С – самочувствие, А – активность, Нс – настроение, Нп – напряжение, Т – тревожность, У – уверенность, ЭВ – эмоциональное возбуждение.



**Рис. 2. Зависимость мотивации на процесс игры юных футболистов в зависимости от их эмоционального возбуждения**

Выводы:

1. Изучение зависимости мотивации игроков от их эмоционального возбуждения показало, что наиболее мотивированы спортсмены, испытывающие средний уровень эмоционального возбуждения.

2. Мотивация игроков на участие в матче практически не зависит от их предматчевого состояния, есть лишь некоторая связь мотивации с самочувствием.

3. Активность футболистов, проявляемая в процессе матча (ситуативная активность), обусловлена лишь одним показателем предстартового состояния – уверенностью ( $r = 0,52$ ;  $p \leq 0,01$ ). Некоторые из состояний

для положительного их влияния на результат должны иметь не максимальную, а оптимальную выраженность, целесообразно попытаться найти нелинейные достоверные связи.

4. Попытка найти нелинейные связи оказалась безуспешной. Достоверных связей не обнаружено.

### ЛИТЕРАТУРА:

1. Левин, В. Особенности мотивации футболистов / В. Левин, Г. Паскин, Р. Пилюян // Теория и практика футбола. – № 4. – 2003. – С. 37-39.
2. Левин, В. С. К вопросу изучения мотивации российских футболистов / В. С. Левин, Р. А. Пилюян // Информационный аналитический журнал. Актуальные проблемы современной науки: ООО «Компания Спутник+». – № 2 (29). – 2006. – С. 76-89.
3. Морозов, Ю. А. Предыгровая разминка как фактор формирования готовности футболистов к игре: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Ю. А. Морозов. – Л., 1968. – 25 с.
4. Николаев, А. Н. Методика изучения предстартовых состояний спортсменов / А. Н. Николаев // Психологические основы педагогической деятельности: материалы межвузовской научной конференции. – СПб.: ГАФК, 2001. – С. 81-85.
5. Николаев, А. Н. Методика оценки мотивов спортивной деятельности / А. Н. Николаев // Психологические основы педагогической деятельности: материалы 30-й научной конференции / под ред. А. Н. Николаева. – СПб., 2003. – Вып. 7. – С. 55-58.
6. Орлов, Г. С. Формирование мобилизационной готовности высококвалифицированных футболистов к соревнованиям: дис. ... канд. пед. наук / Г. С. Орлов. – СПб., 2006. – 144 с.

## FOOTBALL PLAYERS' MOTIVATION AND PLAYING ACITIVITY DEPENDING ON THEIR PRE-MATCH CONDITION

D. Sevastyanov, Competitor,  
V. Levin, Professor, Candidate of Pedagogical Sciences,  
Moscow State Academy of Physical Education.  
Contact information: 140032, Moscow Region, Malakhovka village, Shosseynaya str., 33.

The character of influence of some components of pre-match condition on the separate motives of football players' participation in matches and on their situational playing activity is reflected in the article. This kind of activity is very important because it influences seriously on the individual performance of highly qualified players.

**Key words:** the playing activity, the motivation and the motives of competitive activity, the pre-match condition, the effectiveness.

УДК 796.92

## СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ЛЫЖНИЦ-ГОНЩИЦ В ПЕРЕХОДНОМ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

Аспирантка Н. А. Гусева,  
Уральский государственный университет физической культуры, г. Челябинск.  
Контактная информация для переписки: 620141, г. Екатеринбург, ул. Пехотинцев, 3/3, кв. 12.

В статье автор показывает необходимость совершенствования координационных способностей квалифицированных лыжниц-гонщиц в связи с изменением соревновательных условий. Проанализированы средства фитнеса и обоснована целесообразность использования их в переходном и подготовительном периоде спортивной тренировки квалифицированных лыжниц-гонщиц. Экспериментальным путем доказана эффективность использования средств фитнеса для совершенствования координационных способностей



лыжниц-гонщиц. Выявлена взаимосвязь уровня координационных способностей со спортивным результатом в спринтерских дисциплинах.

**Ключевые слова:** спринтерские дисциплины, координационные способности, средства фитнеса, корреляционный анализ.

Специфика современной соревновательной деятельности, а именно преобладание в программе соревнований спринтерских дисциплин (личный и командный спринт) и дисциплин в формате масс-старта, позволяет отнести лыжный спорт

к видам спорта со сложной технико-тактической деятельностью, требующей высокого уровня развития координационных способностей. Это объясняется тем, что спортсмен на высокой скорости должен быстро и точно оценивать постоянно меняющуюся обстановку и принимать верное решение, уметь преодолевать внезапно возникающие препятствия в гонке с масс-старта, уметь реагировать на резкое изменение направления и скорости движения соперников в спринтерской гонке, правильно проходить в группе соперников виражи, повороты, развороты. Все вышеперечисленные умения и навыки формируются на основе координационных способностей. В настоящее время в тренировке лыжниц-гонщиц, как правило, не планируется проведение отдельных занятий, развивающих координационные способности. Весьма вероятно, что недостаточное внимание к развитию и совершенствованию координационных способностей стало одной из причин неудачных выступлений российских лыжниц-гонщиц на международных соревнованиях и Олимпийских играх. Данные обстоятельства обусловили актуальность нашего исследования.

**Цель исследования** – повысить эффективность спортивной тренировки квалифицированных лыжниц-гонщиц путем совершенствования координационных способностей в подготовительном и переходном периоде спортивной тренировки.

**Объект исследования** – процесс спортивной тренировки квалифицированных лыжниц-гонщиц в подготовительном и переходном периоде спортивной тренировки.

**Предмет исследования** – координационные способности квалифицированных лыжниц-гонщиц.

Для реализации поставленной цели были сформулированы следующие задачи исследования:

1. Проанализировать научно-методическую литературу по теме исследования.

2. Разработать шейпинг-упражнения с учетом биомеханического соответствия технике передвижения на лыжах.

3. Экспериментальным путем определить эффективность предложенных шейпинг-упражнений.

Важнейшей качественной характеристикой моторики человека, позволяющей добиться результативной двигательной активности и высоких спортивных результатов, являются координационные способности [3]. Координационные способности – это генетически обусловленное в развитии комплексное двигательное качество, позволяющее успешно управлять и регулировать двигательную деятельность человека.

Т. Бомпа координацию движений определяет как комплекс двигательных навыков, необходимых для высокого качества выполнения того или иного движения. Сила, скорость, гибкость и выносливость представляют собой основу для формирования двигательных навыков, а хорошая координация необходима для развития и совершенствования двигательных способностей спортсмена. Спортсмен с хорошо развитой координа-

цией движений всегда быстрее осваивает соответствующий двигательный навык и способен выполнять его качественно и стабильно, расходуя при этом меньше энергии. Следовательно, хорошо развитые координационные качества приводят к формированию ловкости и достижению большей эффективности движений. И, соответственно, чем выше уровень координации движений, тем легче обучаться новым и совершенствовать все более сложные технические навыки [1].

В. И. Лях к наиболее важным специфическим координационным способностям относит [2]:

- способность к ориентированию в пространстве;
- способность к равновесию;
- способность к ритму;
- способность к воспроизведению, дифференцированию, оценке и отмериванию пространственных, временных и силовых параметров движений;
- способность к реагированию;
- способность к перестроению двигательной деятельности;
- способность к согласованию движений;
- произвольное мышечное напряжение и расслабление;
- статокINETическую устойчивость.

В настоящее время существуют различные взгляды на развитие координационных способностей в процессе подготовки спортсменов. Одни авторы предлагают интегрировано осуществлять развитие их в ходе технической подготовки. Другие считают, что воздействие на координационные способности не сводится ни к одной из сторон подготовки, а составляют одну из стержневых основ ее содержания. Третьи продолжают рассматривать место координационной тренировки через призму развития ловкости в системе физической подготовки. Наконец, ряд ученых и тренеров убеждены в необходимости выделения координационной подготовки в качестве самостоятельного и важнейшего раздела подготовки спортсмена, которому присущи определенные задачи, средства и методы развития координационных способностей в том или ином виде спорта [4].

В специальной литературе, освещающей вопросы спортивной тренировки лыжников и лыжниц-гонщиц, проблеме развития и совершенствования необходимых координационных способностей в соответствии с современными требованиями лыжных гонок, не уделяется достаточного внимания. По мнению Т. И. Раменской, В. Н. Манжосова, В. М. Ковязина [5, 6, 7], наиболее существенными факторами, определяющими эффективность соревновательной деятельности лыжников, являются специальная выносливость и скоростно-силовая выносливость. А. В. Шишкина утверждает, что преобладание спринтерских соревнований и соревнований с масс-старта диктует необходимость повышения как силовых способностей, так и выносливости [4].

Анализ специфики соревновательной деятельности квалифицированных лыжниц-гонщиц, который включал педагогические наблюдения, видеосъемку трени-

ровочной и соревновательной деятельности лыжниц-гонщиц, опрос тренеров, позволил выявить наиболее значимые координационные способности: способность к реагированию, способность к перестроению двигательных действий, способность к равновесию. В ходе анализа спортивных дневников и документальных материалов было определено содержание спортивной тренировки квалифицированных лыжниц-гонщиц в переходном и подготовительном периоде. Так, в переходном периоде в спортивной тренировке было выявлено преобладание активного отдыха (использование спортивных игр, упражнений других видов спорта) и пассивный отдых. В подготовительном периоде наблюдалась преимущественная направленность средств спортивной тренировки квалифицированных лыжниц-гонщиц на объем и интенсивность (передвижение на лыжах, имитация лыжных ходов, кросс по пересеченной местности, упражнения с отягощениями, передвижение на лыжероллерах, спортивные игры).

В настоящее время в подготовке зарубежных квалифицированных спортсменов (Норвегия, Германия, Австрия) наблюдается тенденция к использованию нетрадиционных средств в спортивной тренировке. Так, например, широкое применение нашли различные формы фитнеса, оздоровительные китайские методики (аэробика, аква-аэробика, йога, пилатес, суставные гимнастики и др.). На протяжении последних десятилетий аэробика используется в спортивной тренировке боксеров, борцов, гимнастов, фигуристов, футболистов (Е. С. Крючек, Е. Б. Мякинченко, М. П. Шестакова, 2000; И. Н. Дубровская, 2008 и др.). Известно, что ведущие футбольные клубы мира давно включают в программу подготовки своих игроков специальные занятия аэробикой с целью поддержания функционального состояния, развития ловкости, выносливости, скоростно-силовых качеств, а также для психоэмоциональной разгрузки [10].

В связи с недостаточной изученностью влияния данных методик, консерватизмом и нигилизмом тренеров использование в тренировочном процессе квалифицированных лыжниц-гонщиц нетрадиционных средств не находит прикладного значения.

На основе вышеизложенного мы предположили, что использование упражнений шейпинга совместно с традиционными средствами спортивной тренировки в переходном и подготовительном периоде будет эффективным средством совершенствования координационных способностей квалифицированных лыжниц-гонщиц.

Как известно, шейпинг – это одно из средств фитнеса, направленное на изменение фигуры и оздоровление организма женщины, включающее специальную программу физических упражнений и соответствующую систему питания. По воздействию на системы организма занимающихся упражнения шейпинга М. Гартнер разделил на группы. К первой он отнес упражнения, оказывающие воздействие на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, ко второй – упражнения

для мышц и суставов, к третьей – упражнения, действие которых направлено на развитие координации [8].

Проанализировав содержание занятий по шейпингу, были выделены следующие двигательные координации, характерные для лыжных гонок:

- ритмичность, т. е. при выполнении упражнения под музыку занимающимся необходимо соотносить свои движения с музыкальным ритмом;

- ловкость, т. е. знакомые движения выполняются в новых, необычных для занимающихся условиях, что предполагает развитие таких проявлений данного двигательного-координационного качества, как способности к дифференцированию различных параметров движения, ориентированию в пространстве, перестроению двигательных действий, приспособлению к изменяющейся ситуации;

- равновесие, т. е. выполнение упражнений в усложненных условиях (стоя на одной ноге, руки на поясе; различные повороты туловища на месте и в движении и др.);

- гибкость и подвижность, т. е. занятия обязательно включают упражнения на растягивание мышечных групп, участвующих в передвижении на лыжах.

Упражнения шейпинга были разработаны с учетом анализа техники передвижения на лыжах, целью которого было выявление основных рабочих мышц. По принципу построения шейпинг-тренировки мышцы, участвующие в передвижении на лыжах, условно разделили на группы:

- группа мышц передней поверхности бедра;
- группа мышц задней поверхности бедра;
- группа мышц внутренней поверхности бедра (мышцы, приводящие ногу);
- группа мышц наружной поверхности бедра (мышцы, отводящие ногу);
- группа ягодичных мышц;
- группа мышц верхней части брюшного пресса;
- группа косых мышц живота;
- группа мышц нижней части брюшного пресса;
- группа мышц верхних конечностей.

Для реализации поставленной цели проводился педагогический эксперимент. Было сформировано 2 группы лыжниц-гонщиц в возрасте 15-18 лет: экспериментальная (10 человек, из них 2 мастера спорта России, 3 кандидата в мастера спорта России, 5 спортсменок первого спортивного разряда), которая, тренируясь по традиционной методике, выполняла специализированный шейпинг-комплекс 2 раза в неделю в течение переходного периода и 1 раз в неделю в течение подготовительного периода до первых стартов (апрель-ноябрь); и контрольная группа (10 человек, из них 2 мастера спорта России, 2 кандидата в мастера спорта России, 6 спортсменок первого спортивного разряда), которая тренировалась по традиционной методике в переходном периоде 4 раза в неделю и в подготовительном периоде 6 раз в неделю.

Каждое занятие по шейпингу содержало элемент новизны, что оказывало влияние на формирование



двигательных координаций у лыжниц-гонщиц. Запас двигательных умений и навыков занимающихся постоянно увеличивался и обновлялся. Координационная сложность занятий возрастала вследствие увеличения числа вариативности упражнений; повышались требования к точности выполнения, скорости и стабильности выполнения упражнений.

В начале педагогического эксперимента в контрольной и экспериментальной группах было проведено тестирование, выявившее в ходе анализа соревновательной и тренировочной деятельности значимые координационные способности квалифицированных лыжниц-гонщиц:

- способность к равновесию;
- способность к перестроению двигательных действий;
- способность к реагированию.

Для оценки способности к равновесию использовался тест «Стояние на одной ноге в лыжной посадке». Испытуемый стоит на одной ноге на бруске (длина 500 мм, высота 25 мм и ширина 45 мм; ширина 45 мм – это ширина лыжи) в посадке лыжника. Результаты оценивались по времени удержания стойки лыжника с точностью до 0,01 с. Каждому испытуемому на выполнение давалось по две пробы для левой и правой ноги. В случае удержания равновесия в течение 2 минут тест прекращается и испытуемому записывается максимальный результат.

Для оценки способности к приспособлению и перестроению двигательных действий применялся спуск со склона на лыжах с преодолением препятствий. На расстоянии 100 м на склоне были установлены три флажка, из которых первый – на расстоянии 25 м от линии старта, а два очередных флажка на таком же расстоянии друг от друга. По сигналу испытуемый преодолевал расстояние 100 м, последовательно объезжая вокруг трех флажков с правой стороны, затем после перерыва – с левой. Результаты оценивались по: 1) времени при объезде флажков с правой стороны (с) с точностью до 0,01 с; 2) времени при объезде флажков с левой стороны (с) с точностью до 0,01 с.

Для оценки способности к реагированию использовалось преодоление на лыжах отрезка с общего старта. Двое испытуемых преодолевали с максимальной скоростью с общего старта отрезок 100 м по прямой. Требовалось как можно быстрее и раньше стартовать и финишировать. Тест оценивался по лучшему старту и лучшему времени преодоления отрезка.

По предварительным результатам тестов достоверных различий в контрольной и экспериментальной группах не выявлено ( $p > 0,05$ ). После окончания эксперимента повторное тестирование выявило, что результаты трех тестов на определение уровня координационных способностей повысились в обеих группах, но в экспериментальной группе результаты оказались выше, чем в контрольной ( $p < 0,05$ ).

С целью установления взаимосвязи уровня развития координационных способностей квалифицированных лыжниц-гонщиц со спортивными результатами в

спринтерских дисциплинах использовался корреляционный анализ. В результате проведенного анализа выявлена высокая корреляционная связь между способностью к реагированию ( $0,86$ ;  $p < 0,05$ ), способностью перестроения двигательных действий ( $0,98$ ;  $p < 0,05$ ), способностью к равновесию ( $0,97$ ;  $p < 0,05$ ) и средней скоростью прохождения спринтерской дистанции 1200 м. Следовательно, можно сделать вывод, что координационные способности вносят значимый вклад в совокупный результат в спринтерских дисциплинах.

Эффективность использования шейпинг-упражнений также определяется уровнем прироста спортивных результатов в соревновательном сезоне 2010-2011 гг. лыжниц-гонщиц экспериментальной группы. Лыжницы стали более уверенно проходить дистанции при неблагоприятных погодных условиях (гололед), стали более результативно выступать в спринтерских гонках, масс-стартах, где есть близкое соперничество и требуется умение быстро и точно оценивать постоянно меняющуюся обстановку и принимать верное решение, что подтверждается занятыми местами в областном рейтинге лыжниц-гонщиц Свердловской области по итогам 2010-2011 соревновательного сезона. Таким образом, можно сделать вывод, что предложенные шейпинг-упражнения оказали положительное влияние на развитие координационных способностей и могут быть рекомендованы для использования в спортивной тренировке лыжниц-гонщиц.

### ЛИТЕРАТУРА:

1. Бомпа, Т. Подготовка юных чемпионов [Текст] / Т. Бомпа. – М.: Издательство «Астрель», 2003. – 259 с.
2. Лях, В. И. О классификации координационных способностей [Текст] / В. И. Лях // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 7. – С. 28-30.
3. Назаренко, Л. Д. Средства и методы развития двигательных координаций [Текст] / Л. Д. Назаренко. – М.: Теория и практика физической культуры, 2003. – 259 с.
4. Бакулев, С. Е. Дифференцированный подход к определению спортивно важных координационных способностей боксеров [Текст] / С. Е. Бакулев, О. А. Двейрина, А. С. Саввина // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2006. – № 20. – С. 3-9.
5. Манжосов, В. Н. Тренировка лыжников-гонщиков (очерки теории и методики) [Текст] / В. Н. Манжосов. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 96 с.
6. Раменская, Т. И. Лыжный спорт: учебник [Текст] / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М.: Физическая культура, 2005. – 320 с.
7. Ковязин, В. М. Методика тренировки в лыжных гонках от новичка до мастера спорта: учебное пособие [Текст] / В. М. Ковязин, В. Н. Потапов, В. Я. Субботин. – Ч. 1. – Тюмень: Изд-во Тюменского государственного университета, 1997. – 179 с.
8. Гартнер, М. Фитнес-клуб [Текст] / М. Гартнер. – М.: Издательский Дом «Кристина», 2000. – 167 с.
9. Шишкина, А. В. Лыжные гонки XXI века: специальная физическая подготовка квалифицированных лыжников-гонщиков [Текст] / А. В. Шишкина. – Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2008. – 347 с.
10. Пармузина, Ю. В. Методика занятий прикладной аэробикой с юными футболистами: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Ю. В. Пармузина. – Волгоград, 2006. – 20 с.

## IMPROVEMENT OF HIGHLY QUALIFIED WOMEN SKIER-RACERS' COORDINATION ABILITIES DURING TRANSITION AND PREPARATORY PERIODS OF SPORT TRAINING

N. Guseva, post-graduate student,  
Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk.  
Contact information: 620141, Ekaterinburg, Pehotintsev str., 3/3, 12 fl.

The necessity of improvement of highly qualified women skier-racers' coordination abilities in connection with competitive conditions is revealed in the article. The fitness means is analyzed and the expedience of its use during transition and preparatory periods of sport training of highly qualified women skier-racers is proved. The effectiveness of use of fitness means with the aim of

coordination abilities improvement of highly qualified women skier-racers is proved experimentally. Interrelation of the coordination abilities level with the result of sprint disciplines is revealed.

**Key words:** sprint disciplines, coordination abilities, fitness means, correlation analysis.

УДК 75.03

## ПРИМЕНЕНИЕ ГИПОВЕНТИЛЯЦИОННЫХ РЕЖИМОВ ДЫХАНИЯ В ТРЕНИРОВКЕ ЛЕГКОАТЛЕТОВ-МЕТАТЕЛЕЙ

Кандидат педагогических наук, доцент В. В. Чёмов,  
Волгоградская государственная академия физической культуры.  
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

Проанализированы эффекты направленных воздействий на дыхательную функцию в виде дозированных задержек дыхания легкоатлетов-метателей с целью оптимизации деятельности как самой дыхательной системы, так и совершенствования физической подготовленности спортсменов.

**Ключевые слова:** эргогенические средства, задержка дыхания, физическая подготовленность, тренировочный процесс, легкоатлеты-метатели.

В настоящее время в условиях напряженной тренировочной и



соревновательной деятельности весьма остро стоит вопрос привлечения эффективных, современных, научно обоснованных методик оптимизации функциональной подготовленности спортсменов [1, 4, 6]. В связи с этим в последнее время особое внимание стало уделяться внедрению в тренировочный процесс спортсменов широкого круга дополнительных, т.н. эргогенических средств, в качестве которых могут выступать различные средства направленного воздействия на организм [5, 7].

Более того, использование этих средств становится в настоящее время необходимы элементом со-

временных технологий тренировочного процесса в спорте [2, 3, 7].

В этой связи основной целью настоящего исследования явилось определение направленности влияния и эффекта воздействия гиповентиляционных режимов дыхания на динамику показателей физической подготовленности спортсменов, специализирующихся в легкоатлетических метаниях.

Методика и организация исследования. Для достижения поставленной цели был организован и проведен педагогический эксперимент в подготовительном периоде тренировки метателей, в котором выяснялась эффективность использования в тренировочном процессе гиповентиляционных режимов дыхания, создаваемых посредством дозированных задержек дыхания (ЗД). Были организованы экспериментальная ( $n=10$ ) и контрольная ( $n=10$ ) группы из числа легкоатлетов-метателей 14-15 лет. Исследование проводилось в течение 11 недель (контрольные недели – в начале, в середине и в конце эксперимента), подготовительный период – 4 недели и специально подготовительный период – 4 недели. Уровень спортивного мастерства соответствовал II-I разряда.

Экспериментальные группы выполняли тренировочную работу с использованием двух комплексов задержек дыхания.

Комплекс – ЗД-1. Задержки дыхания комплекса ЗД-1 практиковались при равномерном пробегании дистанций более 100 м и кроссов. На первых занятиях ис-

пользовались задержки дыхания продолжительностью 4-5 с, а впоследствии доводились до 20-25 с. Задержки дыхания выполнялись сериями по 4-5 задержек с интервалом 30-40 с.

Комплекс – ЗД-2. Задержки дыхания комплекса ЗД-2 использовались при интервальном беге (например, 5 x 100 м, 5 x 60 м, 8 x 30 м). Задержки дыхания выполнялись в сочетании с двигательными циклами – сначала на каждые 4-6 шагов – задержка, впоследствии – на каждые 8-10 шагов. Задержки дыхания применялись через отрезок. Например: на 1, на 3, на 5 и на 7 отрезках.

Для выяснения влияния тренировок с гиповентиляционными режимами дыхания на результат профессиональной деятельности спортсменов в начале и в конце экспериментальных исследований спортсмены подвергались комплексному педагогическому обследованию, в ходе которого определялся уровень скоростной, силовой, скоростно-силовой подготовленности и выносливости.

Результаты исследования. В ходе проведенного педагогического эксперимента были получены данные, позволяющие судить об эффективности применения гиповентиляционных режимов дыхания в тренировке легкоатлетов-метателей (таблица).

Достоверные изменения показателей физической подготовленности легкоатлетов-метателей в экспериментальной группе произошли в семи тестах из одиннадцати в конце эксперимента, т. е. после специально подготовительного этапа.

Таблица

### Изменение показателей физической подготовленности у легкоатлетов-метателей в результате тренировки с задержками дыхания ( $X \pm m$ )

±	Экспериментальная группа ( $n = 10$ )			Контрольная группа ( $n = 10$ )		
	исходные данные	ОПЭ	СПЭ	исходные данные	ОПЭ	СПЭ
Бег 30 м с ходу (с)	3,78±0,03	3,79±0,06	3,58±0,04*	3,82±0,04	3,77±0,03	3,68±0,03*
Бег 60 м по движению (с)	7,57±0,08	7,26±0,07*	7,41±0,05	7,59±0,10	7,62±0,05	7,38±0,04*
Бег 150 м по движению (с)	21,93±0,33	20,89±0,34*	20,74±0,27*	21,87±0,30	21,60±0,29	21,68±0,28
Прыжок в длину с места (м)	2,42±0,04	2,53±0,03	2,56±0,02	2,34±0,04	2,37±0,04	2,41±0,03
Тройной прыжок с места с ноги на ногу (м)	6,52±0,10	6,63±0,08	7,06±0,14*	6,34±0,13	6,44±0,08	6,69±0,10
Метание ядра снизу вперед (м)	11,42±0,25	12,36±0,12*	12,61±0,11*	11,35±0,16	11,50±0,12	11,63±0,15
Метание ядра через голову назад (м)	11,76±0,16	11,94±0,22	12,54±0,12*	12,01±0,20	12,17±0,16	12,33±0,16
Бег 1000 м (с)	3,43±0,09	3,25±0,06*	3,39±0,03	3,49±0,08	3,42±0,07	3,44±0,05
Жим штанги лежа от груди (кг)	47,0±0,91	47,3±1,06	49,7±0,73	47,5±1,44	47,0±1,20	48,0±1,00
Приседания со штангой (кг)	67,5±1,02	69,7±0,69	74,0±0,59*	69,3±1,46	71,8±0,76	74,5±0,66
Рывок штанги (кг)	37,0±0,89	38,2±0,82	41,4±0,67*	37,7±0,66	38,8±0,41	41,5±0,66*

Примечание: Достоверность различий при \*  $P < 0,05$  ( $t$  – критерий Стьюдента).

В контрольной группе, в которой спортсмены тренировались по стандартной программе, достоверный прирост наблюдался только в трех тестах. Причем в экспериментальной группе положительные изменения результатов наблюдались уже после общеподготовительного этапа. В контрольной же группе результаты в середине эксперимента повышались, но изменения носили недостоверный характер.

В тестах, характеризующих скоростные возможности спортсменов, результаты увеличились достоверно в двух тестах из трех в экспериментальной группе, причем положительные изменения происходили от этапа к этапу.

В контрольной группе такие изменения были отмечены только после специально-подготовительного этапа.

В экспериментальной группе положительные изменения произошли в беге на 60 и 150 метров после общеподготовительного этапа, показатели выросли на 4,1 и 4,7% ( $p < 0,05$ ), после специально-подготовительного этапа результаты увеличились в беге на 30 м с ходу и 150 м на 5,3 и 5,4% соответственно. В контрольной группе после специально-подготовительного этапа в беге на 60 м и 30 м с ходу результат увеличился на 3,7 и 2,8% ( $p < 0,05$ ) соответственно.

В скоростно-силовых показателях в экспериментальной группе после общеподготовительного этапа достоверные изменения произошли только в одном тесте (метание ядра снизу вперед, результат вырос на 7,6%), однако после специально-подготовительного этапа такие изменения наблюдались уже в трех тестах: тройном прыжке с места с ноги на ногу, метании ядра снизу вперед и в метании ядра через голову назад, результаты выросли на 7,6; 8,9; 6,2% ( $p < 0,05$ ) соответственно. В контрольной группе результаты также увеличивались, но недостоверно.

По силовым показателям результаты в обеих группах улучшились только после специально-подготовительного этапа. В экспериментальной группе улучшения произошли в приседании со штангой и в рывке штанги, где относительный прирост составил 8,8 и 10,6% ( $p < 0,05$ ). В тесте жим штанги лежа от груди результат также увеличился, но незначительно. В контрольной группе улучшение результата произошло только в рывке штанги на 9,2% ( $p < 0,05$ ), в остальных тестах (приседание со штангой и жим штанги лежа от груди) прирост не имеет достоверности.

В показателе общей выносливости (бег 1000 м) значимые изменения произошли после общеподготовительного этапа, результат вырос на 5,2% ( $p < 0,05$ ), однако к концу эксперимента результат незначительно превысил исходный уровень. В контрольной группе этот показатель и на обще- и на специально-подготовительном этапах увеличился незначительно.

Соревновательный результат имел положительную динамику как в экспериментальной, так и в контрольной группе (рис.).

Результат в толкании ядра в экспериментальной группе после использования в тренировочном процессе задержек дыхания увеличился на 3,4%, в контрольной группе прирост составил 2,4%.

Толкание ядра

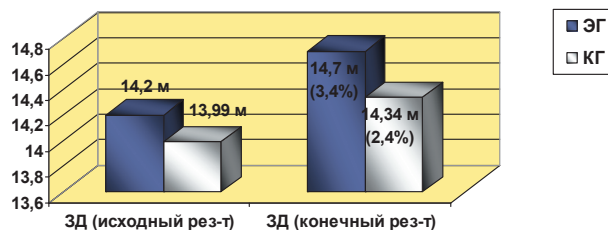


Рис. Динамика спортивного результата у легкоатлетов-метателей в результате тренировки с дозированными задержками дыхания

Следует отметить, что в экспериментальной группе, спортсмены которой тренировались с применением гиповентиляционных режимов дыхания, установлены значимые изменения показателей общей и специальной физической подготовленности, которые были зафиксированы как на промежуточном, так и на заключительном этапе эксперимента, причем, чем продолжительней применялись эргогенические средства в учебно-тренировочном процессе легкоатлетов, тем в большем количестве показателей обнаруживались достоверные изменения от этапа к этапу. В контрольной группе достоверный прирост результатов в конце эксперимента наблюдался только в единичных случаях, а на общеподготовительном этапе практически отсутствовал.

Выводы. Результаты проведенного исследования позволяют сделать вывод о том, что на общеподготовительном этапе применение гиповентиляционных режимов дыхания способствует повышению скоростных показателей и аэробных возможностей организма.

На специально-подготовительном этапе для повышения показателей физической подготовленности целесообразно использовать дозированные задержки дыхания и дифференцировать их использование в зависимости от задач тренировочного процесса.

## ЛИТЕРАТУРА:

1. Бальсевич, В. К. Контуры новой стратегии подготовки спортсменов олимпийского класса // Теория и практика физической культуры, 2001. – №4. – С. 9-10.
2. Булатова, М. М. Теоретико-методические аспекты реализации функциональных резервов спортсменов высшей квалификации // Наука в олимпийском спорте. – 2003. – Спец. вып. – С.33-50.
3. Волков, Н. И. Теория и практика интервальной тренировки в спорте. – М., 1998. – 110 с.
4. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 583 с.
5. Солодков, А. С., Савич А. Б. Повышение резервов адаптации к физическим нагрузкам с помощью резистивной тренировки вентиляторного аппарата // Пути оптимизации функции дыхания при нагрузках, в патологии и в экстремальных состояниях. – Тверь, 1991. – С. 70-78.
6. Солопов, И. Н., Шамардин А. И. Функциональная подготовка спортсменов: монография. – Волгоград: ПринТерра-Дизайн, 2003. – 263 с.
7. Солопов, И. Н. Физиологические эффекты методов направленного воздействия на дыхательную функцию человека. – Волгоград, 2004. – 220 с.

## APPLICATION OF HYPOVENTILATING MODES OF BREATH IN TRAINING OF ATHLETES-THROWERS

V. Chemov, Assistant Professor, Candidate of Pedagogical Sciences, Volgograd state academy of physical education.

Contact information: 350015, Krasnodar city, Budyennogo str., 161.

Effects of the directed influences on respiratory function in the form of the dosed out delays of breath of athletes-throwers for the purpose of optimization of activity both the most respiratory system, and perfection of physical readiness of sportsmen are analysed.

**Keywords:** ergogenic means, a breath delay, physical readiness, training process, athletes-throwers.

УДК 378.1

## МЕСТО УПРАВЛЕНЧЕСКИХ КОМПЕТЕНЦИЙ В СИСТЕМЕ КОМПЕТЕНТНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО ПОДХОДА В РОССИЙСКОМ ОБРАЗОВАНИИ

Старший преподаватель Е. В. Василенко,

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

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

**Перспективы интеграции российского образования в европейскую систему во многом связаны с активным внедрением в последние несколько лет идеи компетентностного подхода. В различных подходах к определению компетенции/компетентности отмечается и профессиональный аспект. Желаемый результат профессионального образования описывается различными компетенциями, в том числе и управленческими, реализация которых в педагогическом процессе может выступить дополнительным фактором модернизации подготовки специалистов и улучшения качества их подготовки.**

**Ключевые слова:** компетентностный подход, компетенция,



компетентность, ключевые компетенции, профессиональные компетенции, управленческие компетенции.

В современной отечественной педагогике известно большое число различных подходов, лежащих в основе подготовки специалистов. В их числе есть как известные, давно устоявшиеся подходы, так и новые, недавно вошедшие в педагогическую теорию и практику. К последним относится и компетентностный подход.

В современной России переход на компетентностно-ориентированное образование был нормативно закреплён в 2001 году в Концепции модернизации российского образования на пери-

од до 2010 года и подтвержден в решении Коллегии Минобрнауки РФ «О приоритетных направлениях развития образовательной системы Российской Федерации» в 2005 году. После публикации текста «Стратегии модернизации содержания общего образования» и «Концепции модернизации российского образования на период до 2010 года», а также в контексте Болонского процесса в России происходит переориентация оценки результата образования с понятий «подготовленность», «образованность», «общая культура», «воспитанность» на понятия «компетенция», «компетентность» обучающихся. Соответственно, фиксируется компетентностный подход в образовании.

Изучив современные теоретические источники, можно отметить, что понятийный аппарат, характеризующий смысл компетентностного подхода в образовании, еще не устоялся. В. В. Сериков трактует компетентностный подход как совокупность общих принципов определения целей образования, отбора содержания образования, организации образовательного процесса и оценки образовательных результатов.

По мнению И. А. Зимней, этот подход понимается как направленность образования на развитие личности обучающегося в результате формирования у него таких личностных качеств, как компетентность, средствами решения профессиональных и социальных задач в образовательном процессе (3).

О. Ю. Кузьмина отмечает, что компетентностный подход – это одно из важных концептуальных положений обновления содержания образования. Он предполагает переориентацию доминирующей образовательной парадигмы с преимущественной трансляции знаний на создание условий для овладения обучающимися комплексом компетенций, определяющих интеллектуальный и трудовой потенциал, способности выпускника (7).

Внедрение компетентностного подхода, утверждает А. А. Вербицкий, не только меняет результативно-целевую основу образования, но и сам тип обучения с иными формами, методами, средствами, организацией соответствующей образовательной среды и деятельности в ней обучающихся и обучающихся (2).

Базовыми категориями компетентностного подхода являются понятия «компетентность» и «компетенция». Сравнение многочисленных публикаций, использующих различные трактовки этих понятий, позволяет сделать вывод об отсутствии в настоящее время единого, устоявшегося определения этих концептов.

Наиболее полно трактовка компетентности как личностного качества была представлена разработчиками «Стратегии модернизации содержания общего образования». Было подчеркнуто, что «это понятие шире понятия знание, или умение, или навык, оно включает их в себя... Это понятие иного смыслового ряда. Понятие «компетентность» включает не только когнитивную и операционально-технологические составляющие, но и мотивационную, этическую, социальную и поведенческую» (10).

Эта трактовка представлена также в работах А. В. Хуторского, Ю. В. Фролова, Д. А. Махотина, Ю. Г. Татура и др.

И. А. Зимняя отмечает, что есть два варианта толкования соотношения этих понятий: они либо отождествляются, либо дифференцируются. Согласно первому варианту, наиболее эксплицитно представленному в Глоссарии терминов ЕФО (1997), компетенция определяется как:

1) способность делать что-либо хорошо или эффективно;

2) соответствие требованиям, предъявляемым при устройстве на работу;

3) способность выполнять особые трудовые функции.

Там же отмечается, что «... термин компетентность используется в тех же значениях. Компетентность обычно употребляется в описательном плане».

Позиция отождествления понятий компетенция/компетентность характерна и для большинства зарубежных исследователей этой проблемы.

Доктор педагогических наук Г. К. Селевко, разграничивая понятия «компетенция/компетентность», придерживается следующего мнения: компетенция – готовность субъекта эффективно организовать внутренние и внешние ресурсы для постановки и достижения цели (под внутренними ресурсами понимаются знания, умения, навыки, надпредметные умения, способности деятельности, психологические особенности, ценности и т. д.); компетентность – качества, приобретенные через проживание ситуаций, рефлексию опыта. Природа компетентности такова, что, будучи продуктом обучения, не прямо вытекает из него, а является следствием развития, саморазвития индивида, его не столько технологического, сколько личностного роста, следствием самоорганизации и обобщения деятельностного и личностного опыта.

Проведенный анализ различных подходов к определению компетенций (компетентностей), подчеркивает И. А. Зимняя, позволил сделать несколько выводов.

Во-первых, исследователи отмечают деятельностную, актуальную сущность компетентности, подчеркивая, что в отличие от знаниевой характеристики, т. е. характеристики «что», здесь акцентируется способ и характер действия «как».

Во-вторых, большинство исследователей отмечают личностную, в частности, мотивационную характеристику компетентности, готовность человека, его интерес, отношение.

В-третьих, исследователи фиксируют сложный характер этого явления как в его определении, так и в оценке (4).

Анализ литературы, свидетельствуя о развитии компетентностного подхода, в то же время показывает, что в настоящее время образование столкнулось не только с достаточно трудной и неоднозначно решаемой исследователями задачей определения содержания понятия ключевых компетенций, но и самих

оснований их разграничения, классификации. В последние годы в ходе разработки ГОС ВПО нового поколения принято несколько типов классификаций компетенций. В. И. Байденко предлагает интегрированную классификацию, разделив компетенции на две группы: те, которые относятся к общим (универсальным, ключевым, надпрофессиональным), и те, которые можно назвать предметно-специализированными (профессиональными). Обе группы соотносятся с двумя рядами требований: требованиями к академической подготовленности и требованиями к профессиональной подготовленности.

А. В. Хуторской, А. А. Карманов, И. А. Зимняя считают, что ключевые компетенции относятся к метапредметному содержанию образования, конкретизируют уровень образовательных областей и учебных предметов для каждой ступени (12).

А. А. Вербицкий обращает внимание на то, что «даже поверхностное знакомство с перечнями разного рода компетенций/компетентностей показывает, что они не сводятся к конкретным ЗУНам, попредметно сформированным в рамках отдельных дисциплин учебного плана вуза, а отличаются от них тем, что характеризуются: социальностью, культуросообразностью, системностью, ситуативностью, межпредметностью, надпредметностью, практикоориентированностью, мотивированностью использования» (2).

Анализируя различные подходы к определению компетенции/компетентности, можно отметить и их профессиональный аспект. По Э. Ф. Зееру, профессионально компетентный работник – это специалист, обладающий необходимыми для качественного и производительного выполнения труда знаниями, умениями, качествами, индивидуальным стилем деятельности (5).

Л. М. Митина под профессиональной компетентностью понимает «индивидуальную характеристику степени соответствия требованиям профессии, психологическое состояние, позволяющее действовать самостоятельно и ответственно, обладание человеческой способностью и умением выполнять определенные трудовые функции» (9).

А. К. Маркова предлагает рассматривать профессиональную компетентность как «сочетание психических качеств, как психическое состояние, позволяющее действовать самостоятельно и ответственно, как обладание человеком способностью и умением выполнять определенные трудовые функции».

Практически все исследователи компетентностного подхода стремятся описать желаемый результат образования не одной, а несколькими компетенциями.

Общеизвестно, что обучение в вузе в настоящее время дает возможность не только получить любую профессию, но и научиться руководить, управлять людьми. Мировая практика подтверждает, что управление – это сфера деятельности, которой нужно и можно учиться, как и всякой другой.

Круг полномочий в сфере управленческой деятельности определяет профессионально-управленческая

компетентность. В более узком понимании под профессионально-управленческой компетентностью понимается круг вопросов, в которых субъект обладает познаниями, опытом, отражающими социально-профессиональный статус и управленческую квалификацию, а также некие личностные, индивидуальные особенности (способности) для реализации определенной профессиональной деятельности.

А. В. Козлов «управленческой компетентностью» считает интегральное динамическое качество личности, характеризующееся совокупностью специальных компетенций (профессиональной, организационной), которые определяют способность личностного совершенствования в использовании управленческих знаний, умений, навыков и опыта для осуществления эффективной трудовой деятельности.

Большинство исследователей под словосочетанием «управленческая компетенция» понимают личное или деловое качество, навык, модель поведения, владение которым помогает успешно решать определенную управленческую задачу и добиваться высоких результатов.

Опираясь на эту модель, А. А. Урбанович определяет следующие ключевые компетенции современного менеджера:

- понимание особенностей бизнеса и системный взгляд на него;
- лидерство, включающее в себя осознанную и ответственную «Я»-позицию, умение видеть будущее и побуждать других идти за ним;
- коммуникативная компетенция, умение взаимодействовать с разными людьми;
- способность к саморазвитию и самообучению;
- креативность, умение видеть и преодолевать ограничения и находить нестандартные пути решения стоящих задач;
- гибкость и готовность к постоянным изменениям, умение инициировать эти изменения и управлять ими;
- эмоциональная компетентность, состоящая в умении осознавать свои чувства и эмоции, понимать их причину и управлять своим эмоциональным состоянием, в эмпатии по отношению к другим людям и умении влиять на их эмоциональное состояние;
- умение видеть возможности и ресурсы сотрудников, уметь их взращивать и развивать;
- толерантность к неопределенности и умение принимать решения в ситуациях недостатка информации и временных ресурсов;
- умение работать с информацией, отбирать и синтезировать ее в соответствии с приоритетами;
- умение предлагать комплексные решения с учетом интересов всех сторон;
- предпринимательское мышление, сфокусированное на умении видеть возможности и сосредотачивать ресурсы в нужное время в нужном месте (11).

Энциклопедия практической психологии приводит следующие примеры управленческих компетен-

ций: умение отдавать распоряжения; способность решать конфликты между сотрудниками; готовность принимать решения; ориентация на результат; умение работать в команде; делегирование полномочий; мотивация сотрудников; тайм-менеджмент.

Результатом исследований Р. Бояциса стало определение девятнадцати менеджерских компетенций, которые он описал так:

- ориентация на эффективность (желание сделать что-то как можно лучше);
- проактивность (намерение предпринять действие, направленное на выполнение задачи);
- диагностическое использование концепций (способ мышления, при котором используются определенные модели и концепции для объяснения происходящих событий);
- стремление оказывать влияние;
- уверенность в себе;
- использование устных презентаций (эффективность коммуникаций);
- логическое мышление (мыслительный процесс, при котором одни события рассматриваются в причинно-следственной связи от других событий);
- концептуализация (способность создать собственную концепцию, описывающую какое-либо событие);
- использование социального влияния (использование своего влияния для создания команды, альянса, сети, коалиции);
- позитивное отношение (доверие к людям);
- управление групповым процессом;
- точная самооценка;
- развитие других;
- одностороннее использование власти (директивность);
- спонтанность (способность легко и свободно выражать себя в определенных условиях);

- самоконтроль (подчинение собственных желаний потребностям организации);
- объективность восприятия;
- внутренняя устойчивость и адаптивность (терпение к работе и правильное понимание перемен в жизни и организации);
- нацеленность на отношения (стремление строить отношения с окружающими) (1).

Известной консалтинговой компанией «Assessment & Development Consultants Ltd.» применяется схема управленческих компетенций, включающая 34 компетенции, сгруппированные в 5 разделов (8) (табл.).

Известен профильный круг управленческих компетенций, разработанный консалтинговой компанией ProfilorWheel, который применяется для определения требований к компетенциям для различных компаний. В профильный круг вошло около пятидесяти элементов. Весь массив требуемых для успешной управленческой деятельности и профессионального развития качеств делится на девять основных групп факторов, это:

- лидерские качества (Leadership Faktor);
- административные способности (Administrative Faktor);
- организационная стратегия (Organizational Strategic Faktor);
- организационные знания (Organizational Knowledge Faktor);
- факторы мышления (Thinking Faktor);
- факторы мотивации (Motivation Faktor);
- самоуправление (Self-management Faktor);
- коммуникационные способности (Communication Faktor);
- факторы межличностного общения (Interpersonal Faktor).

Перечень подобных наборов компетенций и личностных качеств можно продолжить. В целом,

Таблица

**Управленческие компетенции по схеме «Assessment & Development Consultants Ltd.»**

№	Наименование	№	Наименование	№	Наименование	№	Наименование	№	Наименование
	Управление собой		Управление другими		Принятие решений		Взаимодействие		Мотивация
1	Стрессоустойчивость	8	Планирование и организация	14	Рациональность	21	Сбор информации	28	Инициативность
2	Гибкость	9	Управленческий контроль	15	Анализ проблем	22	Убедительность в общении	29	Устойчивость
3	Адаптивность	10	Делегирование	16	Решительность	23	Письменная коммуникация	30	Энергичность
4	Настойчивость	11	Лидерство	17	Инновативность	24	Межличностное понимание	31	Стандарты работы
5	Независимость	12	Развитие подчиненных	18	Анализ числовой информации	25	Влияние	32	Приверженность компании
6	Следование нормам	13	Понимание организации	19	Понимание бизнеса	26	Общительность	33	Нацеленность на достижение
7	Внимание к деталям			20	Готовность к риску	27	Работа в команде	34	Ориентация на клиента



несмотря на то что выделенные различными учеными и практиками управленческие компетенции могут быть расплывчатыми и не всегда конструктивными, предполагаемые перечни могут быть критериальной основой для подготовки современных управленцев.

Вышеуказанные качества формируются у человека на протяжении всей его жизни, «фундамент» для их развития закладывается в юности, когда человек получает образование, готовит себя к профессиональной деятельности. Очень многое зависит от самой личности.

По мнению О. В. Долженко, «распространено мнение, что окончание вуза делает человека образованным. Ошибка... Можно подготовить человека знающего, умеющего решать тот или иной класс задач, но сделать человека образованным вузу не по силам. Сделать себя образованным по силам только самому человеку» (6).

Тем не менее, период обучения в вузе – это период становления и формирования будущего специалиста в условиях педагогического процесса, организация и содержание которого должны создавать возможности по формированию управленческой компетентности будущего специалиста.

### ЛИТЕРАТУРА:

1. Бояцис, Р. Компетентный менеджер. Модель эффективной работы / пер. с англ. – М., 2008. – 64 с.

2. Вербицкий, А. А. Компетентностный подход и теория контекстного обучения: материалы к четвертому заседанию методического семинара 16.11.2004 г. – М.: Исследовательский центр качества подготовки специалистов, 2004. – 11 с.

3. Зимняя, И. А. Ключевые компетенции – новая парадигма результата образования // Интернет-журнал «Эйдос». – 2006. – 5 мая. – <http://www.eidos.ru/journal/2006/0505.htm>

4. Зимняя, И. А. Ключевые компетентности как результативно-целевая основа компетентностного подхода в образовании. Авторская версия. – М.: Исследовательский центр качества подготовки специалистов, 2004. – 15 с.

5. Зеер, Э. Ф. Психология профессий: учебное пособие для студентов вузов. – М.: Академический проект; Фонд «Мир», 2005. – С. 32.

6. Долженко, О. Университет в условиях цивилизационного зазора // Вестник высшей школы. – 2007. – № 5. – 17 с.

7. Кузьмина, Ю. О. Компетентностный подход в образовательном процессе высшей школы // Высшее образование сегодня. – 2010. – № 11. – 22 с.

8. Кляйман, М. Ассесмент-Центр // М. Кляйман. – Харьков: Издательство «Гуманитарный центр», 2004. – 46 с.

9. Митина, Л. М. Психология развития конкурентоспособной личности. – М.: МПСИ, 2002. – 34 с.

10. Стратегия модернизации содержания общего образования: материалы для разработки документов по обновлению общего образования. – М., 2001. – С.15, 34.

11. Урбанович, А. А. Психология управления: учебное пособие. – Мн.: Харверст. – 2007. – 432 с.

12. Хуторской, А. В. Технология проектирования ключевых и предметных компетенций // Интернет-журнал «Эйдос». – 2005. – 12 декабря. – <http://www.eidos.ru/journal/2005/1212.htm>

## PLACE OF MANAGEMENT COMPETENCES IN THE SYSTEM OF COMPETENCE ORIENTED APPROACH OF RUSSIAN EDUCATION

E. Vasilenko, Senior lecturer,

Kuban State University of Physical Education, Sport and Tourism, Krasnodar.

Contact information: 350015, Krasnodar city, Budyennogo str., 161.

Prospects of integration of Russian education into European system are connected mainly with active intrusion of idea of competence approach for several last years. Professional aspect is also marked in various approaches to determination of competence. The desired result of professional education is described by various competences, including management ones,

which realization in pedagogical process may perform an additional factor of modernization in preparation of specialists and improvement of preparation quality.

**Key words:** competence approach, competence, key competences, professional competences, management competences.

УДК 796.332

## ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ ЮНЫХ РОССИЙСКИХ ФУТБОЛИСТОВ РАЗНОГО ВОЗРАСТА

Доктор психологических наук, профессор М. Младенович,  
Высшая спортивная школа и школа здоровья, Белград, Сербия.

Доктор педагогических наук, главный тренер НЧОУ «СОШ-интернат «ФК «Краснодар» А. Марьянович,  
г. Краснодар.

Соискатель С. Кузикова,

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

Контактная информация для переписки: Tose Jovanovica 11, 11000 Belgrade, Serbia.

В статье представлены результаты исследования мотивации юных российских футболистов разного возраста. В качестве теоретической основы использована одна из самых влиятельных современных теорий мотивации – теория самодетерминации. Целью данной работы явилось изучение особенностей мотивации юных российских спортсменов-футболистов на разных возрастных этапах. В исследовании приняли участие 126 футболистов в возрасте от 12 до 16 лет, воспитанники школы-интерната футбольного клуба «Краснодар» в г. Краснодаре. В результате проведенного исследования было установлено, что у юных футболистов с возрастом происходят закономерные изменения структуры мотивации. В возрасте 12 и 14 лет наиболее выраженным стимулом для занятий спортом у юных спортсменов является получаемое ими удовольствие от игры в футбол (внутренняя мотивация), также для этого возрастного периода характерна повышенная чувствительность ко всему, что относится к внешним стимулам (внешняя мотивация). В то же время возраст 13 и 15 лет характеризуется снижением всех мотивационных аспектов и отсутствием мотивации (амотивация).

**Ключевые слова:** самодетерминация, внутренняя мотивация, внешняя мотивация, амотивация, футбол.

**Введение.** Одним из факторов успеха в футболе является мотивация. Мотивация влияет на выбор человека играть в футбол, на его настойчивость во время напряженных и монотонных тренировок и, наконец, – на эффективность во время игры [3]. Дети выбирают футбол из-за интереса и получаемого от этой игры



удовольствия. Это означает, что начальная мотивация внутренняя. Тренеры, работающие с юными футболистами, часто, по аналогии со взрослыми футболистами, считают, что использование внешних стимулов (поощрений и наказаний) в дальнейшем содействует внутренней мотивации. Тем не менее, в работе с юными спортсменами должны быть приняты во внимание все возрастные психологические и физические особенности детей [1]. Существует эмпирическое доказательство, что, вопреки ожиданиям тренера, использование внешних стимулов вместо повышения внутренней мотивации приводит к негативным последствиям и ещё больше «подрывает» внутренний интерес и удовольствие в спорте, потому что связь внешней и внутренней (собственной) мотивации не является аддитивной [4]. По одной из самых влиятельных современных теорий мотивации – теории самодетерминации – мотивация есть один континуум, на одном конце которого находится внутренняя мотивация, а на другом – амотивация. Между внутренней мотивацией и амотивацией располагаются различные формы внешней мотивации [2].

Авторы теории самодетерминации выделяют три формы внешней мотивации [5]. Внешнее регулирование является классическим примером мотивации поощрением и наказанием. Внешняя мотивация интроекцией относится к неполной интериоризации целей или ценностей, которым определенная социальная среда придает большое значение. Интроекция, в качестве механизма интериоризации, в спорте может проявляться, например, в форме обязательств из-за чувства долга или вины, стремления не предать ожидания родителей или тренеров, чувства собственного достоинства, кото-

рое зависит от фактических наблюдений собственного успеха на поле и т. д. Мотивация, основанная на интроекции, может внести вклад в исключительную самоотверженность и настойчивость, которые в поведенческом плане очень похожи на внутреннюю мотивацию [9]. Следующий этап в интернализации регулирования социальной среды называется идентификацией. Человек сознательно оценивает и принимает правила и требования социальной среды, хотя где-то в глубине себя, не обязательно переживает эти требования как свои собственные. В спорте человеком движет внешняя мотивация идентификацией, когда он профессионально и ответственно принимает все свои спортивные обязательства. Успех в футболе подразумевает долгие часы обучения, повторение одних и тех же двигательных действий для того, чтобы получить необходимые навыки, целеустремленность и настойчивость в выполнении неинтересных и однообразных заданий и так далее. Развитие чувства ответственности и профессионализма будущих известных футболистов осуществляется механизмом идентификации.

Внутренняя мотивация в спорте определяется как удовольствие от занятий любимым видом спорта. Существуют различия между внутренней мотивацией к знаниям, внутренней мотивацией к компетентности и внутренней мотивацией к новым впечатлениям. Стремление к расширению знаний в некоторой области наиболее проявляется в сфере образования, в то время как в спорте присутствует мотивация достичь чего-то, добиться личных стандартов достижения, а также и саму спортивную деятельность воспринимать как нечто стимулирующее и вдохновляющее для себя.

**Целью настоящего исследования** было изучение особенностей спортивной мотивации, основанной на принципах теории самодетерминации, у юных российских футболистов и выявление различий в структуре мотивации в разных возрастных группах этой категории спортсменов. Предполагалось, что нет существенных различий между респондентами разного возраста с точки зрения внутренней мотивации. Значительные различия между респондентами различных возрастов ожидалось с точки зрения внешней мотивации. Предполагалось, что старшие респонденты будут значительно мотивированы внешней мотивацией – идентификацией, в то время как у младших возрастов будет преобладать неполное внутреннее представление внешней мотивации – интроекции.

**Методика исследования.** В исследование было включено 126 респондентов, воспитанников школы-интерната футбольного клуба «Краснодар», в возрасте от 11 до 16 лет. Респонденты 11 лет составляли 0,8%, 12 лет – 21,4%, 13 лет – 20,6%, от 14 до 15 лет – 17,5% и 16 лет – 22,2%.

В качестве инструмента исследования была использована шкала спортивной мотивации – ШСМ-28 (Пеллетье и др., 1995). Русская версия шкалы была получена путем перевода с английского языка на русский, а затем обратно на английский, с целью выявления воз-

можной непоследовательности и неточностей в тексте. Предварительная проверка русской версии перевода данной шкалы с участием 20 русских респондентов в возрасте 12 лет подтвердила точность перевода.

Шкала спортивной мотивации (ШСМ-28) имела в общей сложности 28 пунктов, по которым оценивались респонденты по шкале седьмой степени Лайкерта. По четырем пунктам измерялись аспекты внутренней мотивации (к знаниям, компетентности, новым впечатлениям), аспекты внешней мотивации (идентификация, интроекция и внешняя мотивация) и амотивация в спорте, футболе.

Методика проверялась с помощью  $\lambda$ -коэффициента Кронбаха. Значение коэффициента составило – 0,88, что позволило считать методику достаточно надежной. Для каждого аспекта внутренней и внешней мотивации и амотивации были рассчитаны средние значения и стандартное отклонение. Значимость различий между респондентами разного возраста проверялась методом дисперсионного анализа. Был проведен однофакторный дисперсионный анализ ANOVA. Чтобы дополнительно определить, какие возрастные группы существенно отличаются друг от друга, была установлена статистическая достоверность различий с помощью  $t$ -критерия Стьюдента.

**Результаты и обсуждение.** Согласно результатам исследования, наиболее выраженной оказалась внутренняя мотивация к получению новых впечатлений ( $AS=5,60$ ;  $SD=0,92$ ), внутренняя мотивация к знаниям ( $AS=5,38$ ;  $SD=1,26$ ) и внутренняя мотивация к компетентности ( $AS=5,11$ ;  $SD=1,11$ ). Среди показателей внешней мотивации наиболее выражена внешняя мотивация интроекцией ( $AS=4,39$ ;  $SD=1,44$ ), внешняя мотивация идентификацией ( $AS=3,85$ ;  $SD=1,27$ ) и внешняя мотивация ( $AS=2,88$ ;  $SD=1,33$ ). Меньше всего у юных футболистов представлена амотивация к футболу ( $AS=2,25$ ;  $SD=0,85$ ). Полученные результаты статистически значимы и согласуются с результатами, полученными другими авторами [4, 8].

У большинства юных российских футболистов представлены аспекты внутренней мотивации. Это означает, что их мотивирует получение удовольствия от игры в футбол. Игра в футбол является для них стимулирующей сама по себе, также велико их желание узнать больше нового об этой игре, и значительно стремление юных спортсменов добиться успехов в футболе.

В аспектах внешней мотивации наиболее распространенной является мотивация, движимая механизмом интроекции, в то время как личная ответственность и трудолюбие стоят на втором месте (идентификация), а материальное поощрение является для юных футболистов ещё менее значимым стимулом (внешняя мотивация).

Учитывая возраст респондентов, такие результаты уместны и ожидаемы. В подростковом возрасте интенсивно развиваются личная ответственность и профессиональное отношение к спортивным обязательствам. Юные спортсмены в период взросления, пока не сфор-

мируют личную ответственность за свои собственные достижения, стараются не предать родителей, выполнить требования тренера, подростки чувство собственного достоинства связывают с достижениями в конкретной ситуации.

С помощью однофакторного дисперсионного анализа (ANOVA), как и предполагалось гипотезой, доказано, что респонденты различаются во всех аспектах внешней мотивации, но существенные отличия были получены и в структуре внутренней мотивации: мотивации к знаниям и амотивации. Полученные данные приведены в таблице 1.

Для подтверждения данных дисперсионного анализа в таблицах 2 и 3 приведены статистически достоверные различия между показателями мотиваций у юных спортсменов разного возраста. В соответствии с выдвинутой гипотезой полученные различия всегда связаны с аспектами внешней мотивации, но существуют значительные различия в отношении некоторых аспектов внутренней мотивации и амотивации.

Большинство статистически значимых различий было получено у двенадцатилетних и у четырнадцати-

летних респондентов по сравнению с другими возрастными группами.

Юные футболисты 12 лет значительно более ответственные, добросовестные, пытаются оправдать ожидания тренеров и родителей, чувствуют себя плохо в случае неудачи и для них важнее конкретное материальное вознаграждение, чем футболистам в возрасте 13 и 15 лет (аспекты внешней мотивации). По сравнению с пятнадцатилетними, двенадцатилетние футболисты гораздо больше хотят добиться успехов в футболе и более любопытны, желают узнать больше о футболе (внутренняя мотивация к знаниям и к компетенции). По сравнению с респондентами в возрасте 15-16 лет, у юных двенадцатилетних футболистов значительно выше показатели амотивации. Для футболистов 14 лет, в отличие от спортсменов 13, 15 и 16 лет, футбол – это источник новых впечатлений, стимулирующий и вдохновляющий (внутренняя мотивация к знаниям и к получению новых впечатлений). Но у четырнадцатилетних спортсменов значительно выше показатели амотивации.

Таблица 1

**Результаты однофакторного дисперсионного анализа**

<i>Тип мотивации</i>	<i>F</i>	<i>Уровень значимости</i>	<i>Степень свободы</i>
Внутренняя мотивация к знаниям	2,679	0,025	5
Внутренняя мотивация к компетенции	1,261	0,285	5
Внутренняя мотивация к новым впечатлениям	1,479	0,202	5
Внешняя мотивация идентификацией	3,556	0,005	5
Внешняя мотивация интроекцией	4,083	0,002	5
Внешняя мотивация	3,533	0,005	5
Амотивация	8,841	0,000	5

Таблица 2

**Средние показатели мотивации самодетерминации у юных футболистов разных возрастов**

<i>Возраст</i>		<i>12 лет</i>	<i>13 лет</i>	<i>14 лет</i>	<i>15 лет</i>	<i>16 лет</i>
<i>Тип мотивации</i>						
Внутренняя мотивация к знаниям	AS	5,68	5,16	6,02	4,85	5,17
	SD	1,09	1,39	1,01	1,05	1,43
Внутренняя мотивация к компетенции	AS	5,49	5,09	5,19	4,73	5,01
	SD	1,17	1,05	1,06	0,98	1,19
Внутренняя мотивация к новым впечатлениям	AS	5,65	5,42	6,05	5,41	5,53
	SD	1,42	0,92	0,88	0,90	0,93
Внешняя мотивация идентификацией	AS	4,28	3,59	4,25	3,22	3,76
	SD	1,42	1,05	1,39	1,10	1,06
Внешняя мотивация интроекцией	AS	5,02	4,13	4,47	3,41	4,74
	SD	1,13	1,43	1,69	1,25	1,29
Внешняя мотивация	AS	3,31	2,55	3,31	2,17	2,98
	SD	1,46	1,20	1,51	1,09	1,05
Амотивация	AS	2,96	1,95	2,96	1,89	1,99
	SD	1,01	0,66	0,78	0,46	0,51

Таблица 3

**Показатели статистической достоверности различий между значениями мотиваций у юных спортсменов-футболистов разного возраста**

<i>Возраст Тип мотивации</i>	<i>t-критерий</i>	<i>Уровень значимости</i>	<i>Степень свободы</i>
12 и 13 лет Внешняя мотивация идентификацией	1,970	0,054	51
Внешняя мотивация интроекцией	2,540	0,014	
Внешняя мотивация	2,088	0,042	
Амотивация	4,329	0,000	
12 и 14 лет Амотивация	2,249	0,029	47
12 и 15 лет Внутренняя мотивация к знаниям	2,677	0,010	47
Внутренняя мотивация к компетенции	2,437	0,019	
Внешняя мотивация идентификацией	2,868	0,006	
Внешняя мотивация интроекцией	4,745	0,000	
Внешняя мотивация	3,065	0,004	
Амотивация	4,601	0,000	
12 и 16 лет Амотивация	4,556	0,000	53
13 и 14 лет Внутренняя мотивация к знаниям	-2,405	0,020	46
Внутренняя мотивация к новым впечатлениям	-2,382	0,021	
Амотивация	-2,039	0,047	
14 и 15 лет Внутренняя мотивация к знаниям	3,761	0,001	42
Внутренняя мотивация к новым впечатлениям	2,371	0,022	
Внешняя мотивация идентификацией	2,730	0,009	
Внешняя мотивация интроекцией	2,365	0,023	
Внешняя мотивация	2,581	0,013	
Амотивация	2,466	0,018	
14 и 16 лет Внутренняя мотивация к знаниям	2,331	0,024	48
Внутренняя мотивация к новым впечатлениям	2,001	0,051	
Амотивация	2,093	0,042	
15 и 16 лет Внешняя мотивация интроекцией	-3,670	0,001	48
Внешняя мотивация	-2,690	0,010	

По сравнению с пятнадцатилетними, футболисты в возрасте 14 лет по статистике значительно более ответственные, добросовестные, большее значение придают ожиданиям тренера и более важным для них является материальное вознаграждение (аспекты внешней мотивации).

Оказалось, что значительные различия существуют и между футболистами в возрасте 15 и 16 лет. Пятнадцатилетние более склонны к чувству вины и связывают свою значимость с достижением успеха в конкретных ситуациях, а также являются более чувствительными к материальным вознаграждениям, чем футболисты 16 лет.

Исходя из вышесказанного, можно заключить, что исходные предположения отчасти подтвердились. Выявлены различия между исследованными возрастными группами юных футболистов не только с точки зрения внешней мотивации, но и с точки зрения внутренней

мотивации, а также амотивации. Но внутренняя мотивация не является постоянной, как ожидалось, а влияние внешней мотивации – основного механизма интроекции, с возрастом не оставляет места мотивации, основанной на механизме идентификации.

В процессе социализации в разных культурах усваиваются различные ценности в целом и, в частности, в области спорта (в соответствии с Пеллетье и др., 2007). Соответственно, у подростков, как у особенно поддающейся социальным влияниям возрастной категории, различия в спортивной мотивации в аспекте внешней мотивации, отражающей социальные последствия, могут быть значительными. Так, по данным такого же исследования, проведенного в Сербии и Черногории, оказалось, что юные футболисты Сербии и Черногории значительно более мотивированы внутренним стремлением добиться спортивного мастерства, чем их сверстники из России (М. Младенович, А. Марьянович,

2010). Кроме того, у юных спортсменов-футболистов в Сербии и Черногории больше присутствуют все аспекты внешней мотивации, чем у молодых футболистов из России. И российские и сербские спортсмены в 12 лет наиболее амотивированы, чем футболисты в 13, 14 и 15 лет. Также большинство возрастных существенных различий во всех аспектах внешней мотивации были получены авторами между тринадцатилетними и четырнадцатилетними. Таким образом, в процессе анализа спортивной мотивации в зависимости от возраста и страны происхождения респондентов значительные различия исследователями были выявлены только в отношении внешней мотивации, основанной на механизме интроекции [6].

**Заключение.** На основании полученных результатов можно сделать вывод, что все аспекты мотивации футболистов от 12 до 16 лет имеют свои «взлеты» и «падения». Возраст 12 и 14 лет представляет время, когда все аспекты мотивации находятся на восходящей линии. Юные футболисты в этом возрастном периоде чувствуют гораздо большее внутреннее удовлетворение, занимаясь своим любимым видом спорта и, в целом, гораздо более чувствительны к любому виду вмешательства извне. С другой стороны, в возрасте 13 и 15 лет происходит некоторое снижение аспектов как внутренней, так и внешней мотивации. Следует также отметить, что в возрасте 12 лет юные футболисты проявляют больше любопытства к футболу, чего и следовало ожидать, так как по сравнению со старшими возрастными группами двенадцатилетние наименее образованны в этой области. Тренерам в практической работе очень важно учитывать эти особенности, потому что в

возрасте 14 лет особенно трудно поддерживать мотивацию юных футболистов. В этом возрасте все аспекты мотивации находятся на подъеме, но в равной степени может присутствовать и амотивация, а это означает, что существует риск того, что юные футболисты могут отказываться от дальнейшего обучения игре в футбол.

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Марьянович, А. Теория футбола / А. Марьянович. – Краснодар: [б.и.], 2010. – 188 с.
2. Deci, E.L. & Ryan, R. M.: The «What» and «Why» of Goal Pursuits: Human Needs and the Self Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 2000, 11(4), 227-268.
3. Lazarević, Lj. *Psihološke osnove fizičke kulture*. Beograd: Viša škola za sportske trenere, 2001.
4. Mladenović, M.. *Samomotivacija*. Beograd: Zadužbina Andrejević, 2010.
5. Mladenović, M.: The Structure of Sports Motivation and the Perception of a Coachs Approach to Athletes. *Sport – Science and Practice*, 2010, 1 (2), 131-143.
6. Mladenović, M. & Marjanović, A.: Some Differences in Sports Motivation of Young Football Players from Russia, Serbia and Montenegro. *SportLogia*, 2011, 7 (2), 145-153.
7. Pelletier, L.G., Fortier, M., Vallerand, R.J., Briere, N.M., Tuson, K.M. & Blais, M.R.: The Sport Motivation Scale (SMS-28). *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 1995, 17, 35-53.
8. Pelletier, L.G., Vallerand, R.J. & Sarrazin, P.: The Revisited Six-factor Sport Motivation Scale (Mallett, Kawabata, Newcombe, Otero-Forero & Jackson, 2007): Something old, something new and something borrowed. *Psychology of Sport and Exercise*, 2007, 8, 615-621.
9. Vansteenkiste, M. & Deci, E.L. Competitively Contingent Rewards and Intrinsic Motivation: Can Losers Remain Motivated? *Motivation and Emotion*, 2003, 27 (4), 273-299.

## PECULIARITIES OF MOTIVATION OF YOUNG RUSSIAN FOOTBALL PLAYERS OF DIFFERENT AGE

M. Mladenovich, Professor, Doctor of Psychological Sciences, High Sport School and School of Health, Belgrade, Serbia.

A. Marjanovich, Doctor of Pedagogical Sciences, the head coach of Non-state Private Educational Institution football boarding school “Football club” Krasnodar”, Krasnodar.

S. Kuzikova, Competitor,

Kuban State University of Physical Education, Sport and Tourism, Krasnodar.

Contact information: 11000, Serbia, Belgrade, Tose Jovanovica, 11.

Investigation results of motivation of young Russian football players of different age are discussed in the article. Self determination theory as one of the most influential contemporary motivation theories is used as theoretical basis. The aim of this research was the study of peculiarities of motivation of young Russian football players on various age periods. 126 football players, pupils of football boarding school “Football club” Krasnodar” of Krasnodar city, aged from 12 till 16 participated in the investigation. The results showed that young football players’ motivation

had rather regular changes in accordance with their age. The more prominent pleasure for engaging in football (intrinsic motivation) and sensitivity to any kind of external stimulation (extrinsic motivation) were displayed by young football players aged from 12 till 14, while sportsmen aged from 13 till 15 were characterized by a certain drop of all motivational aspects and amotivation.

**Key words:** self determination, intrinsic motivation, extrinsic motivation, amotivation, football.

## ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ ФИНАНСИРОВАНИЯ МАССОВОГО СПОРТА НА ФЕДЕРАЛЬНОМ И РЕГИОНАЛЬНОМ УРОВНЕ

Преподаватель А. Б. Орлов,  
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар.  
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

**В настоящей статье на основе анализа современных источников рассматривается актуальный вопрос теории управления физической культурой, а именно - вопрос финансирования массового спорта на федеральном и региональном уровне. Изучены особенности спортивного законодательства, динамика финансирования массового спорта и перспективы его роста по уровням управления, проанализированы условия развития массового спорта в России и регионе, приведены показатели оценки эффективности деятельности органов исполнительной власти субъектов Федерации в области физической культуры и спорта.**

**Ключевые слова:** поддержка

массового спорта, законодательство в области физической культуры и спорта, развитие массового спорта, территориальный принцип управления, эффективность исполнительной власти, управление спортивными сооружениями.

В современной теории управления физической культурой вопросы финансирования занимают одну из центральных позиций. Государство через Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации и органы исполнительной власти субъектов Федерации определяет основы государственной политики в области физической культуры и спорта, органы местного самоуправления обеспечивают условия для развития физической культуры и массового спорта на территориях муниципальных организаций. При этом спортивное законодательство только федерального уровня насчитывает более 300 нормативно-правовых актов.

Цель настоящего исследования – изучить правовые аспекты финансирования массового спорта.

Задачи исследования:

1. Изучить особенности спортивного законодательства федерального и регионального уровня.



2. Проанализировать условия развития массового спорта в России и регионе.

3. Рассмотреть показатели оценки эффективности деятельности органов исполнительной власти субъектов Федерации в области физической культуры и спорта.

Объектом исследования явились законодательные акты и нормативные документы Российской Федерации и Краснодарского края, касающиеся сферы физической культуры и спорта.

Предмет исследования: динамика финансирования массового спорта и перспективы его роста по уровням управления.

Спортивное законодательство на федеральном уровне включает более 300 нормативно-правовых

актов. Основным из них является Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (далее – Закон о спорте), определяющий понятийный аппарат отрасли (ст. 1 Закона о спорте), а также правовые, организационные, экономические и социальные основы физической культуры и спорта.

Государство через Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации и органы исполнительной власти субъектов Федерации определяет основы государственной политики в области физической культуры и спорта, органы местного самоуправления обеспечивают условия для развития на территориях муниципальных организаций физической культуры и массового спорта, спортивных федераций по видам спорта, а также отвечают за спорт высших достижений и участие российских спортсменов в национальных и международных соревнованиях. Олимпийский комитет России обеспечивает участие сборной команды России в Олимпийских играх и курирует вопросы олимпийского образования.

Территориальный принцип разделения управленческих функций в области физической культуры и спорта позволяет разграничить компетенцию и ответствен-

ность государственных (федеральных и региональных) органов власти и органов местного самоуправления (4).

Ставя перед собой задачу сравнения уровня финансирования физической культуры и спорта в целом по стране, на юге России и в Краснодарском крае, мы получили следующие показатели (табл.1):

Так, финансирование физической культуры и спорта на одного жителя Российской Федерации в 2009 г. составило 822,6 руб., а в Краснодарском крае – 1073,2 руб. В 2010 г. этот показатель составил 1050,2 руб. – в Российской Федерации и 1325,2 руб. – в Краснодарском крае. При этом расходы краевого бюджета на развитие физической культуры увеличились с 5538647,1 руб. в 2009 г. до 6929951,4 руб. в 2010 г., но процент внебюджетных средств, израсходованных на физическую культуру и спорт, уменьшился в 2010 г. (1,2%) по сравнению с 2009 г. (1,6%). В то же время на федеральном уровне данный показатель увеличился (2010 г. - 9,0 %, 2009 г. - 7,1%).

Таким образом, в Краснодарском крае показатель финансирования физической культуры и спорта на одного жителя выше, чем в Южном федеральном округе и в Российской Федерации (5).

Необходимо отметить, что впервые в истории физической культуры и спорта в Российской Федерации с 2011 года раздел «Физическая культура и спорт» в федеральном бюджете выделен в самостоятельный с общим финансированием в объеме 42,4 млрд. руб (1).

В соответствии с Федеральным законом от 6 ноября 1999 г. № 184-ФЗ (ред. от 27.06.2011) «Об общих принципах организации законодательных (представительных) и исполнительных органов государственной власти субъектов Российской Федерации» к полномочиям органов государственной власти субъекта Федерации, по предметам совместного ведения, осуществляемым данными органами самостоятельно за счет средств бюджета субъекта Федерации, относится решение такого вопроса, как «осуществление региональных и межмуниципальных программ и проектов в области физической культуры и спорта, организация и проведение официальных региональных и межмуниципальных физкультурных, физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, обеспечение подготовки спортивных сборных команд субъекта Российской

Федерации, в том числе среди лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, а также присвоение спортивных разрядов и соответствующих квалификационных категорий спортивных судей в порядке, установленном федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации» (6).

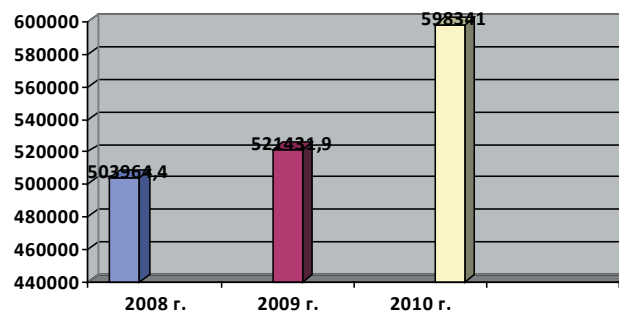
Указом Президента РФ от 28 июня 2007 года № 825 «Об оценке эффективности деятельности органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации» были утверждены показатели оценки эффективности деятельности органов исполнительной власти субъектов Федерации в области физической культуры и спорта:

1. Отношение среднемесячной номинальной начисленной заработной платы работников государственных (муниципальных) учреждений физической культуры и спорта к среднемесячной заработной плате работников, занятых в сфере экономики региона.

2. Удельный вес населения, систематически занимающегося физической культурой и спортом.

3. Обеспеченность спортивными сооружениями в субъекте Российской Федерации.

Согласно «Программе социально-экономического развития Краснодарского края до 2020 года», финансирование краевых целевых программ в области физической культуры и спорта в Краснодарском крае имеет показатели, представленные на рисунке (3).



**Рис. Финансирование краевых целевых программ в области физической культуры и спорта (тыс. руб.)**

Вместе с тем современная ситуация в Краснодарском крае характеризуется низким уровнем обеспе-

Таблица 1

**Финансирование физической культуры и спорта**

Показатели	Российская Федерация		Южный федеральный округ		Краснодарский край	
	2009 г.	2010 г.	2009 г.	2010 г.	2009 г.	2010 г.
Всего израсходовано, руб.	116745085,2	150087370,4	8577770,8	10357794	5538647,1	6929951,4
% внебюджетных средств	7,1	9,0	2,4	1,5	1,6	1,2
Финансирование на 1 жителя, руб.	822,6	1050,2	625,5	744,7	1073,2	1325,2



ценности населения спортивными сооружениями, который из расчета на 10 тысяч жителей составляет 23,6% от социального норматива. В 22 муниципальных образованиях данный показатель ниже краевого. В связи с этим уровень вовлеченности в занятия физической культурой и спортом всех категорий населения края составляет 17,2 процента от количества жителей края. Широкому вовлечению различных категорий населения в занятия физкультурой и спортом препятствует состояние спортивных сооружений, не соответствующее современным требованиям.

Значительная часть имеющихся на Кубани спортивных сооружений построена в 1970-х годах, является отсталыми в техническом отношении, что не стимулирует к занятиям физической культурой и спортом. Большинство сооружений не имеет необходимых площадей для организации работы с населением.

В связи с недостаточным и нестабильным финансированием физической культуры и спорта из местных бюджетов десятилетиями не осуществлялся капитальный ремонт и не проводилась реконструкция спортивных залов и бассейнов, в результате чего техническое состояние многих из них представляет угрозу для здоровья занимающихся.

Нечеткое определение приоритетов в управлении и недостаточный уровень бюджетного финансирования, выделяемого на развитие отрасли, сдерживают развитие инфраструктуры для проведения занятий физической культурой и спортом. Действующее налоговое законодательство не стимулирует частные структуры вкладывать собственные средства в строительство и реконструкцию физкультурно-спортивных объектов социального назначения (2).

Поддержка администрации Краснодарского края в данной сфере становится наиболее значимой и заключается в применении программно-целевого метода решения обозначенной приоритетной проблемы с привлечением средств из краевого бюджета на финансирование комплексных спортивно-массовых мероприятий, проводимых среди различных категорий населения: детей, подростков, студентов, трудящихся, старшего поколения, ветеранов спорта, на укрепление материально-технической базы объектов спортивных учреждений и развитие сети комплексных спортивно-игровых площадок.

В соответствии с Законом Краснодарского края от 10.05.2011 № 2223-КЗ «О физической культуре и спорте в Краснодарском крае» органы государственной власти Краснодарского края оказывают содействие физкультурным организациям, осуществляющим свою деятельность на территории Краснодарского края, посредством:

- 1) строительства, реконструкции, ремонта спортивных сооружений и иных объектов спорта;
- 2) передачи в безвозмездное пользование или долгосрочную аренду на льготных условиях помещений, зданий, сооружений, являющихся собственностью Краснодарского края;

3) обеспечения спортивным инвентарем и оборудованием;

4) оказания иной поддержки в порядке и в случаях, которые установлены нормативными правовыми актами Краснодарского края (7).

Такое содействие может осуществляться в порядке, установленном главой администрации (губернатором) Краснодарского края, а также осуществляется при разработке, принятии, реализации краевых целевых программ развития физической культуры и спорта, ведомственных и межмуниципальных программ развития физической культуры и спорта в форме выделения государственных грантов на основе результатов конкурсов.

Следует отметить, что в Краснодарском крае утверждена долгосрочная целевая программа «Содействие субъектам физической культуры и спорта и развитие массового спорта на Кубани на 2009-2011 годы», цель и задачи которой - создание условий для регулярных занятий физической культурой и спортом различных категорий населения; вовлечение в активные занятия физической культурой и спортом широких слоев населения, детей, молодежи и граждан старшего поколения; проведение спортивно-массовых мероприятий; финансовая поддержка работы спортивных клубов в муниципальных образованиях; организация пропаганды физической культуры и спорта, включающая распространение социальной рекламы, продвижение ценностей физической культуры и здорового образа жизни; освещение соревнований; информационная поддержка программы в сети Интернет (8).

Объемы и источники финансирования программы представлены в таблице 2.

Таблица 2  
**Объемы и источники финансирования целевой программы «Содействие субъектам физической культуры и спорта и развитие массового спорта на Кубани на 2009-2011 годы»**

Источники финансирования	Объемы финансирования, тыс. руб.			
	всего	2009 г.	2010 г.	2011 г.
Краевой бюджет	985798,9	215845,9	423551,0	347551,0
Местные бюджеты	280350,0	75000,0	90100,0	115250,0
<b>Итого</b>	<b>1266148,9</b>			

В результате реализации программы:

1) удельный вес населения Краснодарского края, систематически занимающегося физической культурой и спортом, увеличится на 100 тысяч человек, в том числе по годам:

- 2009 год – на 25 тысяч человек, или до 18 % от численности населения края;
- 2010 год – на 35 тысяч человек, или до 20 %;
- 2011 год – на 40 тысяч человек, или до 22 %;

2) обеспеченность спортивными сооружениями в Краснодарском крае на 10 тысяч человек населения составит:

- в 2009 году – 24,2 %,
- в 2010 году – 24,5 %,
- в 2011 году – 24,8 %.

Таким образом, выделение средств из краевого бюджета органам местного самоуправления на укрепление материально-технической базы муниципальных спортивных учреждений (ремонт, реконструкция объектов муниципальных спортивных учреждений и приобретение спортивных сооружений в муниципальную собственность), приобретение спортивно-технологического оборудования для устройства многофункциональных спортивно-игровых площадок осуществляется в форме субсидий. Выделение субсидий из краевого бюджета производится при утверждении в местных бюджетах муниципальных образований Краснодарского края средств на эти цели в объеме не менее 5 % от объема средств краевого бюджета. Использование соответствующей правовой базы дает возможность юридически корректно строить отношения с потребителями физкультурных и (или) спортивных услуг, предельно удовлетворять их запросы и реализовывать экономические интересы, не нарушая их прав и законных интересов.

### ЛИТЕРАТУРА:

1. Выступление руководителя департамента по физической культуре и спорту Краснодарского края Черновой Л.А. [Электронный ресурс]. – Департамент по физической культуре и спорту Краснодарского края. – Режим доступа: <http://www.kubansport.ru/>

2. Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Правительство Российской Федерации. – Режим доступа: <http://www.gov.ru>

3. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года: распоряжение Правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 г. № 1101-р [Электронный ресурс]. – Правительство Российской Федерации. – Режим доступа: <http://www.ed.gov.ru>

4. О физической культуре и спорте в Российской Федерации: Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ // Российская газета. – 2007. – 8 декабря.

5. Показатели развития физической культуры и спорта в субъектах Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации. – Режим доступа: <http://www.minstm.gov.ru>

6. Об общих принципах организации законодательных (представительных) и исполнительных органов государственной власти субъектов Российской Федерации: Федеральный закон от 6 ноября 1999 г. № 184-ФЗ (в ред. от 27.06.2011 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.consultant.ru/online/base>

7. О физической культуре и спорте в Краснодарском крае: Закон Краснодарского края от 10.05.2011 № 2223-КЗ [Электронный ресурс]. – Департамент по физической культуре и спорту Краснодарского края. – Режим доступа: <http://www.kubansport.ru/dep2.html>

8. Постановление главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 13 февраля 2009 г. № 75 «Об утверждении долгосрочной краевой целевой программы «Содействие субъектам физической культуры и спорта и развитие массового спорта на Кубани на 2009 - 2011 годы» (с изменениями от 25 мая, 20 августа 2009 г., 9 марта, 10 августа, 7 октября 2010 г., 20 апреля 2011 г.) [Электронный ресурс]. – Департамент по физической культуре и спорту Краснодарского края. – Режим доступа: <http://www.kubansport.ru/dep2.html>

## LEGAL ASPECTS OF MASS SPORT FINANCING AT FEDERAL AND REGIONAL LEVELS

A. Orlov, Lecturer,

Kuban State University of Physical Education, Sport and Tourism, Krasnodar.

Contact information: 350015, Krasnodar city, Budyennogo str., 161.

Topical question of physical education management, especially the question of mass sport financing at federal and regional levels is considered in the article on the basis of modern information sources analysis. Peculiarities of sport legislation, dynamic of mass sport financing, and its growth prospects depending on management levels are issued, developmental conditions of mass sport in Russia and in our region are analyzed, the estimative results of

effectiveness of executive branch of different Russian Federation regions in the sphere of physical education and sport are given in the article.

**Key words:** mass sport support, legislation in the field of physical education and sport, mass sport development, territorial type of management, effectiveness of executive branch, sport construction management.

## ГУМАНИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

Кандидат философских наук, доцент М. В. Осыченко,  
Ставропольский государственный аграрный университет.

Контактная информация для переписки: 355001, г. Ставрополь, пер. Астраханский, 58.

**Автор статьи акцентирует внимание на проблеме гуманизации физического воспитания студентов. Гуманистически ориентированную модель физической культуры отличают следующие основные особенности: уважение к личности студента, создание максимально благоприятных условий для раскрытия его физических возможностей и развития тех свойств личности, которые необходимы ей для успешного самоопределения в жизни.**

**Ключевые слова:** духовная культура, уважение к личности, гуманизация, образование, личность, моделирование, самоопределение, физическое воспитание.



Актуальность исследования определяется следующими факторами. В наше время имеет место острая социальная потребность в модернизации системы высшего образования; в повышении его качества в высших учебных заведениях, ориентированных на осуществление подготовки высокопрофессиональных специалистов, основными характеристиками которых являются индивидуальность, самостоятельность, образованность, инициативность, общая и профессиональная культура. Заметно актуализируется социальная потребность в смене обучающей парадигмы на гуманизирующую, отрицающую манипуляцию человеком и реализацию принципиально иного подхода к нему как цели и центру воспитательных усилий, выдвигающую идеи и ориентиры, пронизанные уважением к личности каждого студента и заботой о ее развитии.

Однако реалии таковы, что существующие в настоящее время подходы к физическому воспитанию студентов во многом предполагают одностороннее педагогическое воздействие, которое не затрагивает духовно-нравственные и психологические компоненты субъекта образования, его социальные характеристики, без чего становление студента как личности и индивидуальности не представляется возможным.

Массовая практика физического воспитания в ву-

зах, как и прежде, ориентирована на достижение нормативного уровня физических кондиций студентов в ущерб формированию духовно-ценностного сознания и творческого стиля мышления молодых людей, предполагающих целостное видение мира и самоопределение в нем.

Так, сегодня все большее число молодежи включается в спортивную жизнь и как ее непосредственные участники, и как зрители лишь потому, что здесь можно наблюдать и проявлять грубую физическую силу, продемонстрировать свое превосходство над другим человеком или одной нации над другой [7].

Проведенные нами исследования процесса физического воспитания показали, что занятия физической культурой, за редким исключением (16,8%), используются для формирования и совершенствования чувственно-эмоциональных, эстетических, этнических взглядов молодого человека, которые составляют основу формирования его гуманистического сознания.

При этом консервативные формы и унифицированные методы, основанные на авторитарно-репродуктивной концепции обучения и воспитания, негативно сказываются на отношении студенческой молодежи к учебным занятиям физической культурой, отнюдь не стимулируя их творческой активности и заинтересованности в физкультурно-спортивном совершенствовании и самовыражении [4].

Моральное «старение» физкультурно-образовательных парадигм и социокультурная ограниченность традиционных методологических конструкций реализации учебного процесса предопределили гуманитарную направленность и демократический характер эволюционных преобразований в физическом воспитании студентов вузов нефизкультурного профиля.

Состояние современного физического воспитания в высшей школе характеризуется, с одной стороны, проблемной ситуацией, когда необходима его коренная модернизация, а с другой – недостаточным осознанием

ценностно-смысловых ориентиров предстоящих преобразований, недостаточной разработанностью вариативного содержания и эффективных механизмов для достижения воспитательно-образовательных целей.

В связи с этим актуализируется проблема разработки теоретических аспектов, педагогических средств и технологий процесса физического воспитания студентов.

Объектом нашего исследования является система физического воспитания студентов высшего учебного заведения.

Предмет исследования: модель гуманизации физического воспитания студентов нефизкультурных вузов.

Цель исследования заключается в том, чтобы определить принципы, лежащие в основе конкретных теоретических концепций и направлений с последующим применением в образовательном процессе по физическому воспитанию.

Анализ литературных источников по проблеме исследования показал, что гуманистическая традиция в спорте берет свое начало со времен античности.

Гуманизм зародился в Древней Греции, где синкретические искусства (танец, музыка, поэзия) и спорт существовали как одно целое и тем самым не только физически развивали человека, но и воспитывали гуманную личность.

Появление гуманистической идеи в теоретических взглядах на физическую культуру связано с периодом Возрождения. Развитие системы физической культуры в социально-педагогическом плане проходило по двум взаимосвязанным направлениям. Одно направление привело к осмыслению культуры движений, в первую очередь через танцевальное искусство, обобщающее знания о физических упражнениях и об их воздействии на организм.

Другое направление концептуального развития физической культуры связано с развитием гуманистического идеала формирования всесторонне развитой личности. Этот идеал воплощал и нравственное начало личности.

Гуманистические идеи формировались в системе педагогических взглядов ранних гуманистов: голландца Эразма Роттердамского (1469-1536), английского утописта Томаса Мора (1478-1535), французов Франсуа Рабле (1483-1553), Мишеля Монтеня (1553-1592) и др. Не останавливаясь подробно на педагогических взглядах и теориях вышеперечисленных педагогов, отметим лишь их основные взгляды, касающиеся физического воспитания.

В педагогической системе Томаса Мора, базирующейся на нравственных взаимоотношениях людей, системе физической культуры человека отводится значительное место. Главной его заслугой в данном аспекте является введение в механизм саморегуляции физической культуры принципа диалектики ее индивидуальной и социальной ценности. Концептуальной основой воспитания тела он провозгласил идею о физкультурных занятиях в качестве обязанностей человека перед обществом и государством [6].

В концептуальном аспекте физической культуры ценность данной мысли связана с возможностью дифференциации личностной и общественной сферы деятельности в области физической культуры. Более последовательное развитие идеи социально-педагогического содержания физической культуры получили в системе осмысления образования Мишеля Монтеня. Он считал, что необходимо воспитывать человека в целом. В центре его концепции – нравственные основы личности в аспекте единства воспитания и образования человека [11].

Дальнейшее развитие гуманистическая идея физической культуры получила в трудах П. Ф. Лесгафта, главная цель воспитания которой заключалась в гармоническом всестороннем развитии деятельности человеческого организма, а задачей – содействие развитию сознательности, самостоятельности, нравственности человека. Эти три понятия проходят через всю систему физического образования [6].

В настоящее время гуманистическая идея получила воплощение в концепциях личностно-ориентированного образования (Е. А. Бондаревская, И. С. Якимская, Е. Н. Шиянов и др.), которые могут с успехом экстраполироваться на сферу физической культуры.

Гуманизация воспитания – ключевой элемент нового педагогического мышления, изменяющий взгляд на характер и суть педагогического процесса, в котором и педагог, и воспитанники выступают как субъекты развития своей творческой индивидуальности [2].

Гуманизацию как явление педагогической науки можно реализовать в том случае, если цели учебно-воспитательного процесса будут направлены на личностное развитие обучаемого, его демократических свобод и будут совпадать с его жизненными планами [12].

Согласно проведенному нами анализу трудов выше представленных авторов, основными положениями личностно-ориентированного образования являются:

- системный процесс, основу которого составляют гуманистические ценности;
- личность, кроме социальных качеств, обладает различными субъективными свойствами, характеризующими ее автономность, независимость, способность к выбору, в связи с чем изменяется ее роль в образовательном процессе, она становится его системообразующим началом.

Концепция альтернативных форм организации физического воспитания, изложенная в трудах В. К. Бальсевича, Л. И. Лубышевой, М. Я. Виленского, способствовала появлению новых программ и методов по совершенствованию процесса физического воспитания школьников и студентов [1].

Так, В. И. Столяров выделяет две модели физической культуры: инструментальную и гуманистическую [9].

В рамках первой модели субъект образования ориентирован на специальную физическую подготовку к избранной профессиональной деятельности.

Гуманистически ориентированную модель физической культуры отличают следующие основные особенности – направленность субъекта образования на формирование всех компонентов физической культуры: культуры здоровья, культуры телосложения, двигательной культуры; соответствие физического развития критериям гармонии и красоты; стремление субъекта к органическому дополнению физического совершенствования развитием психических способностей (интеллекта, памяти, внимания, творческих способностей и др.); развитие духовной культуры во всех ее формах (нравственной, эстетической, экологической культуры общения) и др.

Комплексное исследование проблемы гуманизации образования, с учетом идей гуманизма прошлого в аспекте их взаимосвязи с физической культурой, показывает, что они актуальны для любой образовательной системы.

Вместе с тем установлено, что огромный гуманистический потенциал физической культуры и спорта используется все еще не достаточно полно и эффективно.

Традиционный путь освоения студентами ценностей физической культуры с приоритетом физической подготовки, направленный на выполнение зачетных нормативов, – это лишь базис для формирования всей системы ценностей физической культуры, которая не исчерпывается телесными кондициями молодого человека.

Понятно, что в процессе гуманизации физического воспитания студента нельзя ограничиться только развитием его интеллектуальной сферы в области физической культуры и здоровьесбережения.

Проблема гуманизации физического воспитания – проблема во многом психологическая, затрагивающая духовно-нравственные компоненты субъектов образования.

В основу эффективного процесса гуманизации физического воспитания должен быть положен диалогический подход. Он позволяет определить субъект-объектное взаимодействие между участниками педагогического процесса, способствует увеличению меры свободы между ними, обеспечивает самоактуализацию и самопрезентацию личности будущего специалиста.

При построении технологий межсубъектного диалога преподаватель стоит перед необходимостью выявления индивидуальных особенностей студента, развития их с опорой на его внутренний потенциал. При этом важно продемонстрировать студенту те его характеристики, о которых он и не догадывался. Педагог как бы пробуждает у подопечного интерес к себе, заставляет его с других позиций оценить самого себя. Это помогает студенту понять противоречие между реальным состоянием и пространством потенциальных возможностей, открывает перед ним беспредельное поле индивидуально-личностного самосовершенствования и самопознания средствами физической культуры.

Как нам видится, для управления процессом гуманизации физического воспитания студентов важно использовать личностный фактор.

С этой целью необходимо:

- четко определить цели физкультурной деятельности;
- определить по времени достижение образовательных целей по приобщению студентов к ценностям физической культуры;
- обеспечить ориентированность студентов в ценностях физической культуры;
- выбрать средства и методы, раскрывающие существенную сторону процесса физического образования молодежи.

Из всего многообразия принципов физической культуры выделим те, реализация которых в реальной практике позволит сделать процесс гуманизации физического воспитания студентов достаточно эффективным [5, 8].

Системообразующим принципом является принцип аксиологизации, предполагающий приобщение студентов к ценностям физической культуры и здорового образа жизни.

Принцип оздоровительной направленности отражает социальную заинтересованность и потребность в сохранении здоровья граждан – главной ценности любого общества. Принцип определяет необходимость разумной оптимизации физических нагрузок в организации педагогических воздействий, строго сбалансированных с индивидуальными способностями, мотивацией занимающихся.

Принцип вариативности и многообразия средств физического воспитания неразрывно связан с принципом индивидуализации и дифференциации, которые создают условия для проявления способностей человека в избранных им формах физкультурно-спортивной деятельности, организуемых с учетом состояния здоровья занимающихся, их ценностных ориентаций и физкультурных интересов. Реализация данного принципа возможна при условии отказа от излишней стандартизации процесса воспитания, создании возможно большего числа альтернативных программ физического воспитания студентов, учитывая потребности, интересы и физические особенности занимающихся.

В случае наличия разработанных педагогических технологий у занимающихся физической культурой возникает возможность выбора, который осуществляется на основе принципа демократизма. Причем в рассматриваемые варианты имеет смысл закладывать лишь общий подход к реализации образовательного процесса, дальнейшее же его выравнивание предполагается непосредственно в ходе осуществления взаимодействий между педагогами физической культуры и воспитанниками.

На наш взгляд, именно гуманизация процесса физического воспитания студентов в вузе поможет создать максимально благоприятные условия для раскрытия физических возможностей студентов, развития лич-

ностных способностей, для их успешного самоопределения в жизни.

Основными направлениями гуманизации физического воспитания в вузе должны стать: создание образовательной системы здоровьесохраняющей и здоровьепреумножающей среды; обеспечение условий для максимального и всестороннего самовыражения студента и преподавателя в конструктивной деятельности, связанной с физической культурой; предоставление студенту возможности выбора различных форм и средств оздоровительной деятельности на занятиях по физическому воспитанию.

В основе системы управления процессом гуманизации физического воспитания лежит реализация педагогических технологий, построенных на принципах субъект-субъективного взаимодействия преподавателя и студента. Применение элементов таких технологий позволяет системообразующим центром педагогического процесса сделать ориентацию на межличностное общение.

Реализация данной модели на практике даст возможность воплотить идеи гуманизма из должного в сущностное как на общественно-образовательном, так и на личностном уровне.

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Бальсевич, В. К., Лубышева, Л. И. Физическая культура: молодежь и современность // Теория и практика физической культуры. – 1995. – № 4. – С. 2–7.

2. Бондаревская, Е. В. Гуманистическая парадигма личностно-ориентированного образования и целостная педагогическая теория // Педагогика. – 1997. – № 4. – С. 11–17.

3. Виленский, М. Я. Физическая культура в профессионально-ценностных ориентациях студентов и процесс их формирования: методология и теория // Теория и практика физической культуры. – 1991. – № 8. – С. 27–30.

4. Вучева, В. В. Социологический аспект физической культуры студентов // Молодежь в современной социокультурной среде региона: материалы региональной научно-практической конференции. – Ставрополь, 2009. – С. 28–35.

5. Выдрин, В. М. Неспецифическое (непрофессиональное) образование // Теория и практика физической культуры. – 1995. – № 5. – С. 15–16.

6. Лесгафт, П. Ф. Избранные педагогические сочинения. – М.: Педагогика, 1988. – 399 с.

7. Осыченко, М. В., Кузнецова, С. Н. Проблемы формирования гуманитарных знаний в области физической культуры // Социально-гуманитарные знания. – 2009. – № 9. – С. 167–170.

8. Матвеев, Л. П. Введение в теорию физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 128 с.

9. Столяров, В. И. Спорт и культура: методологический и теоретический аспекты проблемы // Спорт, духовные ценности, культура. – 1997. – № 1. – С. 84–209.

10. Тарасов, П. В. Возможности применения информационных технологий в процессе обучения физической культуре в вузе // Вестник университета (ГУУ). – 2011. – № 18. – С. 85–88.

11. Торопов, Н. И. Физическая культура в период позднего средневековья // Очерки по истории физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1950. – № 5. – С. 163–165.

12. Якиманская, И. С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе. – М.: Сентябрь, 1996. – 96 с.

## HUMANIZATION OF PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION AS PEDAGOGICAL PROBLEM

M. Osychenko, Assistant Professor, Candidate of Philosophical Sciences, Stavropol State Agrarian University.

Contact information: 355001, Stavropol city, Astrahansky lane, 58.

The author of the article emphasizes the problem of humanization of students' physical education. Humanistically oriented model of physical education is distinguished by the following key aspects: respect for the student's individuality, creation of favorable conditions for development of his physical abilities and

essential individual characteristics for successful life self-determination.

**Key words:** spiritual culture, respect for the personality, humanization, education, personality, modeling, self-determination, physical education.

## СОВРЕМЕННЫЕ КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ВЗГЛЯДЫ НА ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-КОМПЕТЕНТНОСТНОЙ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ ПРЕОБРАЗОВАНИЯ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

Доктор педагогических наук, профессор Б. Ф. Курдюков,  
кандидат педагогических наук М. Б. Бойкова,  
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар.  
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

Вниманию читателей предлагаются на рассмотрение формирующиеся в обществе концептуальные взгляды, определяющие содержание и состав профессионально значимых личностных качеств современного специалиста. Представлены результаты логических заключений, основанных на анализе сложившейся ситуации в сфере профессионального образования и в обществе в целом. Изложены основные положения построения процесса профессиональной подготовки специалистов в современной высшей школе.

**Ключевые слова:** профессиональная подготовка, профессионально-компетентностная личность, профессионализация личности, личностные и профессиональные качества, профессиональное воспитание.

Существенное влияние на состояние, эффективность и качество профессионального образования оказывает совокупность внешних и внутренних факторов. Их наличие и соотношение между собой формируют тенденции дальнейшего развития системы в постоянно изменяющихся условиях. К числу основных факторов, обуславливающих нынешние преобразования системы профессионального образования, относятся: смена социальной и экономической государственной политики, изменение отношения к духовным и материальным ценностям, возникновение потребности в дальнейшем развитии общества на перспективу. В связи с этим одним из приоритетных направлений образовательной политики в России определено создание условий для повышения качества профессионального образования [2, 3, 5].

В концепции модернизации российского образо-



вания говорится, что основной целью профессионального образования является подготовка квалифицированного работника, соответствующего уровня и профиля, конкурентоспособного на рынке труда, компетентного, ответственного, свободно владеющего своей профессией и ориентирующегося в смежных областях деятельности, способного к эффективной работе на уровне мировых стандартов, готового к постоянному профессиональному росту, социальной и профессиональной мобильности.

Динамизм социально-экономических преобразований в России, принципиальные изменения в общественном сознании и мировоззрении людей, возрастание

роли личности в этих процессах обусловили перемены, происходящие в сфере образования. Огромную роль, в свете выше-обозначенных преобразований, играют существующие теоретические предпосылки и научные обоснования построения учебно-воспитательного процесса в вузе. Изучение и анализ позволят определить перспективы дальнейшего развития высшего профессионального образования в России. В этой связи рассмотрим наиболее распространенные позиции ведущих специалистов в области педагогики высшей школы.

По мнению многих авторов [1, 4, 5], человек не может «просто жить» и выполнять свою работу, он должен обрести цель, в которой работа и профессия, а главное, он сам и его действия в профессии занимают определенное место. Вхождение в профессию есть «врастание» в «суперроль», во многом предопределяющую стиль и образ жизни человека. В связи с этим огромное значение приобретает профессиональная подготовка, осуществляемая в рамках образовательного учрежде-

ния [1, 2]. Обучение в вузе, кроме профессиональных знаний, умений и навыков (профессиональная компетентность), предполагает и общекультурное развитие будущего специалиста, формирование у него личностной позиции (мотивационно-ценностного отношения к профессиональной деятельности). При этом данное сочетание выглядит не как сумма свойств, а как качественно новое образование. Последнее характеризуется таким уровнем развития личности, на котором действия и поступки определяются не столько внешними обстоятельствами, сколько внутренним мировоззрением, установками [3, 4].

Многие специалисты [1, 3, 4] считают, что в случае, когда избранная профессия не противоречит сформировавшимся личностным особенностям и профессиональное становление личности соответствует основным ее ценностным представлениям, можно ожидать в будущем ценностного отношения к профессиональной деятельности. Следовательно, проблема овладения профессиональной деятельностью является частью проблемы определения смысла жизни.

Традиционно, в научной сфере проблема профессионального соответствия ассоциируется с наличием определенного потенциала задатков и способностей, которые могут обеспечить успешное формирование необходимых профессиональных знаний, умений и навыков. О профессионализации личности как процессе, в значительной степени определяющем его развитие, речь практически не идет. Предполагается, что с личностью будет все в порядке, если она по отдельным параметрам соответствует требованиям, предъявляемым профессиональной деятельностью к субъекту. Однако в ряде случаев, даже при наличии требуемых качеств, человек оказывается неспособным достичь таких состояний, как плодотворность, самоактуализация, идентичность. Это как раз та ситуация, когда состоялась не личность, а функционер, для которого характерна двойственная ролевая позиция: для работы и для себя.

Идеализированные личностные и профессиональные качества, составляющие понятие профессиональной готовности человека к деятельности, обычно представляются в виде профессиограммы. Ведущее место в ней занимает позиция специалиста – система его интеллектуально-волевых и эмоционально-оценочных отношений к окружающему миру. При этом различают социальную и профессиональную позицию специалиста. Социальная позиция складывается из системы его взглядов, убеждений и ценностных ориентаций. Профессиональная позиция – это отношение к профессии, целям и средствам профессиональной деятельности [2, 4].

В последнее время стали считать, что наиболее глубокими, фундаментальными характеристиками высококвалифицированного специалиста по праву считаются его убежденность и направленность [2, 3]. Вокруг них компонуются основные профессионально значимые свойства – интерес к профессии, профессиональное призвание, профессиональный долг и гражданская ответственность. Профессиональная направленность личности специалиста проявляется в таких качествах,

как гражданский долг и должностная ответственность.

Однако, говоря о подготовке нового поколения молодых специалистов по физической культуре, необходимо учитывать реально сложившуюся ситуацию в нашем обществе. Как известно, в последнее время большую тревогу вызывают значительные изменения социальных ценностей и нравственных ориентиров у современной молодежи. Изменения в ценностно-нормативной системе общества, к сожалению, сопровождаются снижением влияния социальных норм поведения на индивида. На данный момент в молодежной среде на первое место в системе ценностей выходят проблемы материального и индивидуалистического характера, в то время как общественные и духовные интересы уходят на задний план. Происходит усиление потребительских интересов среди молодежи, увеличение количества людей с эгоистическими установками. Вместе с этим, в свете происходящих преобразований в нашем государстве, обществу нужны граждане, которые способны гармонично сочетать личные и общественные ценности, ориентироваться не только на потребление, но и на созидание.

Таким образом, на лицо противоречие между необходимостью готовить подрастающее поколение к полноценным отношениям в социальной и природной сфере и существующей постановкой воспитания подрастающего поколения, не обеспечивающей реализацию реально существующей на данный момент задачи. Это противоречие является обоснованной причиной возникновения проблемы, непосредственно касающейся профессиональной подготовки специалистов (в том числе специалистов по физической культуре) в системе высшего образования.

Обеспечение физической культуры не только интеллектуальными, профессионально эрудированными, но и честными, морально устойчивыми, нравственно воспитанными кадрами является актуальной проблемой на сегодняшний день.

Обращаясь к вопросу подготовки кадров по физической культуре в высшей школе, следует указать на необходимость повышения качества воспитательной работы со студентами, обучающимися по направлению «Физическая культура». При этом в учебно-воспитательном процессе обязательным является реализация задачи по формированию ценностных ориентаций и профессионального мировоззрения у будущих молодых специалистов.

По мнению ученых [2, 3, 5], в настоящее время недостаточно обучать в рамках старых традиций, передавая студентам накопленный опыт, знания и ценности. Надо воспитывать у них самостоятельность, инициативу, творческий профессионализм и высокую социальную и профессиональную ответственность. Новая социально-экономическая ситуация требует от специалистов и каждого отдельно взятого гражданина полной самоотдачи, самостоятельности, умения принимать ответственные решения, быть личностью и патриотом, отвечать за качество своей деятельности. Следовательно, профессиональное образование должно своевременно и адекватно реагировать на происходящие в обществе изменения и обеспечивать, наряду



с профессиональным обучением, и профессиональное воспитание.

На данный момент в основу дальнейшего развития системы высшего профессионального образования положена парадигма, которая сопряжена с осмыслением философской основы современного образования. Ее особенностью является смещение акцента с примата прагматических знаний на развитие когнитивных форм мышления. Приоритетным становится развитие интересов и мотивации обучения, адекватных современным ценностям установкам. Под профессиональной подготовкой предлагается понимать совокупность специальных знаний, умений и навыков, личностных качеств, трудового опыта и норм поведения, обеспечивающих успешность работы по определенной профессии [1, 3, 4].

В качестве основных положений построения процесса профессиональной подготовки в высшей школе предлагаются следующие:

1. Основной задачей профессионального образования является вооружение обучаемых подлинной культурой, которая поможет им найти свое место в жизни и обеспечит возможность принимать верные, адекватные, самостоятельные решения.

2. Содержание профессиональной подготовки определяется целью, задачами, содержанием, условиями и другими особенностями будущей профессиональной деятельности.

3. Профессиональное обучение в вузе должно быть развивающим, способствующим развитию самостоятельности, инициативы и творчества, что в полной мере соответствует Законам РФ «Об образовании» и «О высшем и послевузовском образовании».

Основываясь на вышесказанном, можно констатировать, что разработка проблем профессиональной подготовки специалистов физической культуры долж-

на осуществляться в единстве с решением проблем воспитания как в рамках будущей профессии, так и общих проблем воспитания студенческой молодежи. При этом одним из наиболее приоритетных направлений профессионального воспитания в целостном процессе профессиональной подготовки специалистов физической культуры в вузе следует выделить гражданское воспитание.

### ЛИТЕРАТУРА:

1. Бабаскин, В. С. и др. Фрагменты дидактики высшей школы: теория, методология, практика / В. С. Бабаскин. – М., 2000. – С. 47-49.

2. Бикмухамедов, Р. К. Содержание процесса физического воспитания в системе педагогического образования // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 7. – С. 45-50.

3. Вербицкий, А. А. Особенности реформирования образования в России и зарубежных странах / А. А. Вербицкий // Сравнение систем высшего образования и сравнительная педагогика: тез. междунар. конф. – М., 1994. – С. 8-11.

4. Голуб, С. Б. Концептуальная модель активной профессиональной подготовки студентов / С. Б. Голуб // Специалист. – 1997. – № 4. – С. 20-23.

5. Днепров, Э. Д. Современная реформа образования в России: исторические предпосылки, теоретические основания, этапы подготовки и реализации: автореф. дис. ... д-ра пед. наук в виде научного доклада: 13.00.08 / Э. Д. Днепров. – СПб., 1994. – 40 с.

6. Зиминая, О. А. Формирование ценностных ориентаций у студентов в образовательном процессе вуза: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Краснодар, 2004. – 22 с.

7. Осипов, П. Н. Особенности профессионального развития студентов традиционных и инновационных учебных заведений / П. Н. Осипов // Специалист. – 2000. – № 5. – С. 32-34.

8. Попков, В. А. Методология педагогического исследования и дидактика высшей школы / В. А. Попков, А. В. Коржуев. – М., 2000. – 238 с.

## MODERN CONCEPTUAL VIEWS TO THE PROCESS OF FORMING THE PROFESSIONALLY COMPETENCE PERSONALITY ACCORDING TO CONDITIONS OF HIGH SCHOOL TRANSFORMATION

**B. Kurdyukov, Professor, Doctor of Pedagogical Sciences,**

**M. Bojkova, Candidate of Pedagogical Sciences,**

**Kuban State University of Physical Education, Sport and Tourism, Krasnodar.**

**Contact information: 350015, Krasnodar city, Budyennogo str., 161.**

Modern conceptual views of our society determining contents and structure of professionally important personally qualities of contemporary specialist are offered to the readers' consideration. There are results of logical conclusions, based on the analysis of established situation in the sphere of professional education and in society as a whole. Main points of constructing of professional

education process of specialists in modern high school are explained.

**Key words:** professional training, professionally competence personality, professionalization of personality, personally and professionally qualities, professional education.

## МОТИВАЦИОННЫЕ ОСНОВЫ ПРИВЛЕЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К ДОПОЛНИТЕЛЬНОМУ ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ

Кандидат психологических наук, доцент В. А. Черкасова,  
 доктор психологических наук, профессор О. Г. Кукосян,  
 доктор психологических наук, профессор А. Н. Демин,  
 Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар.  
 Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

В статье рассмотрены мотивационные факторы получения дополнительного профессионального образования. Установлено существенное влияние на отношение студентов к пополнению знаний широких мотивационных установок, задаваемых социокультурной средой. Обнаружены гендерные различия мотивации получения дополнительного образования, а также различия, обусловленные получаемой специальностью, которые усиливаются от начала к концу обучения. Фактором, снижающим интерес к расширению круга знаний, является невысокое стремление к компетентности, характерное для значительной части студентов. Полученные данные являются основой разработки программ мониторинга мотивации профессионального развития, а также создания программ его психологического сопровождения.

**Ключевые слова:** дополнительное профессиональное образование, мотивация, карьерные ориентации, образовательная микросреда.

Дополнительное профессиональное образование как никакое другое способствует развитию карьеры человека. В силу своей гибкости и необходимости живо реагировать на изменения в социально-экономической ситуации, дополнительное профессиональное образование учитывает требования рынка к подготовке и компетентности специалиста.

Для любого человека характерны определенная личностная концепция, таланты, побуждения, мотивы и ценности, которыми он не может или не хочет поступиться, осуществляя выбор карьеры. Индивидуальный жизненный опыт формирует определенную систему ценностных ориентаций, установок. Карьерные ориентации возникают в ходе социализации, на основе и



в результате обучения и переобучения в начальные годы развития карьеры [1].

Мы исследовали карьерные установки студентов-выпускников разных специальностей КГУФКСТ как основу отношения к послевузовскому, дополнительному профессиональному образованию. Для практического изучения карьерных ориентаций использовалась психодиагностическая методика Эдгара Шейна «Якоря карьеры».

В исследовании приняли участие студенты 4-5 курсов, очного и заочного обучения факультетов экономики и менеджмента, тренерского, педагогики и психологии, оздоровительного и педагогического. В целом выборка составила – 641 человек (370 юношей,

271 девушка).

У студентов имеются определенные приоритеты, касающиеся профессиональной карьеры. Наиболее значимым фактором для всех участников исследования оказалась стабильность места работы и заработка, ради которой они готовы сменить место жительства – значимость стабильности места жительства невысока. Ориентация на служение занимает второе место. Студенты – будущие специалисты по физической культуре и спорту – рассматривают свою профессиональную деятельность как служение другим людям, что говорит о ясном понимании смысла избранной участниками исследования профессии. На третьем по значимости месте оказалась ориентация на интеграцию стилей жизни – значит, многие студенты не рассматривают профессиональную карьеру как единственный смысл жизни и хотят, чтобы профессиональная деятельность позволяла реализовать жизненные ценности и цели, выходящие за ее рамки. Четвертое и пятое место занимают ориентация на менеджмент и предпринимательство, что соответствует условиям, в которых студенты включаются в профессиональное становление.

Нельзя не отметить, что в числе наименее значимых карьерных ориентаций оказалась профессиональная компетентность. Среди карьерных приоритетов студентов она находится на предпоследнем месте. Это свидетельство своего рода расхождения целей и средств: студенты хотели бы иметь стабильную работу и заработок, но не видят связи между этими целями и тем, что их достижение напрямую зависит от собственной профессиональной компетентности. Невысокая значимость профессиональной компетентности может быть препятствием для своевременного включения выпускников в образовательные программы, необходимые для поддержания высокого уровня профессионализма [2].

Сходство карьерных установок студентов разных факультетов, дневной и заочной формы обучения еще раз подтверждает вывод о том, что как отношение к образованию, так и карьерные установки формируются в значительной степени под влиянием макросредовых факторов (культурных традиций, социальной и экономической ситуации, особенностей рынка труда). Однако определенный вклад в формирование карьерных ориентаций вносит и образовательная микросреда вуза – то, какие приоритеты она задает содержанием и организацией процесса обучения и подготовки специалистов.

Вклад микросреды вуза оценивался на основе сравнения карьерных ориентаций студентов разных специальностей и форм обучения. Анализ карьерных ориентаций студентов факультета спорта и факультета экономики и менеджмента, а также студентов заочной формы обучения третьего курса показывает, что они не различаются по пяти параметрам из девяти.

Все студенты-третьекурсники мало озабочены приобретением профессиональной компетентности. К пятому курсу дифференциация карьерных установок студентов дневной и заочной форм обучения становится более отчетливой.

Из восьми достоверных различий между группами шесть приходится на различия между студентами дневной и заочной форм обучения. Студенты дневной формы обучения в большей степени, чем студенты заочной, готовы включиться в менеджмент и предпринимательство, принимать сложные ситуации профессиональной деятельности, являющиеся вызовом для специалистов в личностном и профессиональном плане. Студенты заочной формы обучения больше, чем студенты дневной, дорожат стабильностью места работы, хотя и готовы сменить место жительства, поступиться какими-то интересами вне профессии, о чем говорит более низкий показатель ориентации на интеграцию стилей жизни.

Сравнение показателей карьерных ориентаций студентов с третьего по пятый курс показывает, что, несмотря на их очевидную зависимость от широких социальных факторов, этапы обучения также накладывают на них определенный отпечаток. Ситуация завершения обучения на пятом курсе способствует, по-видимому, интенсификации профессионального самоопределения.

На это указывают различные акценты карьерных установок у студентов факультета спорта и факультета экономики и управления очной формы обучения.

Невысокая значимость для всех трех групп профессиональной компетентности является указанием на необходимость совершенствования ценностных аспектов учебного процесса и профессиональной практики, которые не могут не оказывать влияния на карьерные ориентации студентов.

Профессиональная карьера занимает разное место в жизни мужчин и женщин. На первом курсе показатели карьерных установок девушек и юношей достоверно различаются по двум показателям: «Вызов» и «Предпринимательство», причем характер этих различий находится в противоречии с традиционными полоролевыми стереотипами.

Девушки имеют более высокие показатели готовности противостоять вызовам профессиональной деятельности, решать задачи такой сложности, которая под силу немногим. Они также выражают большее желание работать в сфере предпринимательства, чем юноши. Девушки имеют более высокие показатели желания заниматься менеджментом, стремления к автономии. С другой стороны, у них несколько ниже, чем у юношей, показатель отношения к своей профессии как к служению другим людям, хотя принято считать, что служение является профессиональной установкой, характерной для женщин.

Наибольшее количество достоверных различий между юношами и девушками по показателям карьерных установок отмечено на выпускном пятом курсе. У юношей отмечено более активное стремление к предпринимательству, к автономии, склонность к принятию вызова профессиональной деятельности, у девушек больше проявляется ориентация на служение людям и меньше заинтересованность в сохранении места жительства.

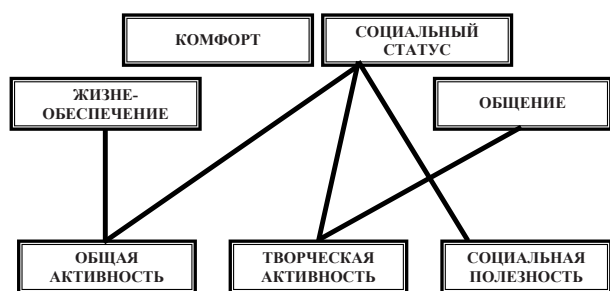
Обнаруженные различия карьерных установок юношей и девушек приводят к заключению о различии мотивационных предпосылок обращения к дополнительному образованию. Если для юношей таким побуждением, с большой вероятностью, может быть вызов, стремление к самостоятельности как индикатору профессиональной состоятельности и успешности, то для девушек более вероятным побуждением к профессиональному самообразованию может быть ориентация на служение людям, на укрепление уверенности в себе путем повышения профессиональной компетентности.

Мы изучили соотношение общежитейских и деловых мотивов выпускников очной и заочной формы обучения по методике Мильмана. Общежитейскую направленность характеризуют мотивы жизнеобеспечения, комфорта, социального статуса, общения; деловую – мотивы общей активности, творческой активности и социальной полезности. Ни та, ни другая направленность не имеют преимущества у тех или иных студентов.

С целью уточнения возможного влияния общежитейской и деловой направленности на отношение к

дополнительному образованию был проведен корреляционный анализ показателей того и другого вида направленности, а также показателей стремления к самоактуализации, установленных по методике Шострема. Показатели общежитейской направленности преимущественно отрицательно коррелируют с параметрами стремления к самоактуализации. Особо следует отметить отрицательные корреляционные связи потребности в комфорте, ориентации на жизнеобеспечение с потребностью в познании. Показатели деловой направленности связаны с показателями самоактуализации в основном положительными корреляционными связями. В связи с задачами исследования следует выделить положительную корреляционную связь показателя стремления к социальной полезности и потребности в познании.

Несмотря на различный характер взаимосвязей показателей общежитейской и деловой направленности с показателями самоактуализации, две группы индикаторов мотивации взаимосвязаны между собой (рис.). Наиболее включен в такого рода взаимосвязи показатель стремления к социальному статусу, входящий в группу мотивов общежитейской направленности. Он связан положительными корреляционными связями со всеми тремя показателями мотивации, характеризующими деловую направленность. Следовательно, студенты взаимосвязывают социальный статус с общей и творческой активностью со стремлением к общественной полезности. Имеются также положительные корреляционные связи показателей творческой активности и общения, жизнеобеспечения и общей активности.



**Рис. Достоверные корреляционные связи мотивационных индикаторов общежитейской и деловой направленности**

Полученные данные подтверждают устойчивость представлений о взаимосвязи преуспевания, выражающуюся в высоком социальном статусе, с познанием, творческой активностью. Однако низкая заинтересованность студентов в наращивании профессиональной компетентности говорит о том, что понимание ценности образования, заложенное культурой, не перерастает непосредственно в познавательную активность, во включение в самообразование. Повышение активности, связанной с самообразованием, требует специально организованной работы, передающей общекультурные ценности в ценности образовательной

микросреды вуза, в мотивационный климат, делающий очевидными положительные следствия включения в разнообразные программы дополнительного образования для приобретения соответствующего социального статуса, для профессионального саморазвития.

Таким образом, наиболее устойчивой мотивацией включения в процесс освоения программ дополнительного профессионального образования является саморазвитие, показатели которого положительно коррелируют с показателями самоактуализации; общежитейские мотивы преимущественно отрицательно коррелируют с параметрами самоактуализации.

Среди карьерных ориентаций студентов ведущую роль играют ориентация на постоянство места работы и заработка, автономность, готовность включиться в предпринимательство, принять вызов профессиональной деятельности, что сопровождается высокой степенью готовности к смене места жительства, но слабой заинтересованностью в профессиональной компетентности.

Влияние образовательной микросреды вуза на карьерные ориентации студентов отчетливо проявляется лишь на выпускном курсе, о чем свидетельствуют достоверные различия их показателей у выпускников и студентов младших курсов, зависящие от специфики избранной студентами профессии.

Карьерные ориентации достоверно зависят от пола студентов, усиливаясь от младших курсов к старшим, и выражаются в большей ориентации девушек на служение людям и самосовершенствование, а у юношей – на автономию, предпринимательство, преодоление трудностей на пути профессионального развития. Эти различия отражают нормативный процесс усвоения полоролевых стереотипов.

Необходимым микросредовым условием направленного включения студентов и специалистов по физической культуре и спорту в процесс освоения программ дополнительного профессионального образования является мониторинг их образовательных потребностей и мотивационных установок в ходе освоения основной профессиональной образовательной программы вуза.

Результаты исследования состава личностных и средовых предпосылок получения дополнительного профессионального образования в области физической культуры, спорта и туризма и особенностей их воздействия на становление профессионального статуса специалиста позволяют внести предложения по организации и технологии направленного педагогического регулирования этого процесса. Здесь можно выделить два основных направления оптимизации региональной образовательной политики вуза:

- введение необходимых корректировок в состав и содержание регионального раздела профессиональной образовательной программы вуза с учетом образовательных потребностей, мотивов и интересов студентов и слушателей ФПК;

- внедрение адекватных инновационных технологий организации учебного процесса и направленно-

го формирования необходимых профессиональных качеств выпускников с учетом требований развития личности, а также актуализации, гуманизации и индивидуализации образовательных воздействий.

В ходе настоящего исследования выявлены особенности ценностных ориентаций личности (отношение к образованию, мотивы освоения профессии, характер карьерных установок и др.), свойственные обследованному контингенту студентов и слушателей ФПК Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. В связи с этим целесообразна корректировка микросредовых предпосылок направленного их формирования. Необходимо, как мы полагаем:

1) *ввести постоянный мониторинг образовательных потребностей и мотивационных интересов «Студент – профессия – специалист» как обязательную предпосылку направленной корректировки региональных компонентов профессиональной образовательной программы вуза;*

2) *разработать дифференцированную по составу специализаций программу элективных курсов и спецсеминаров, учитывающих спектр образовательных устремлений студентов, их карьерную ориентацию и познавательную мотивацию потребности в конкретных областях знаний (юриспруденция, экономика, психология, медицина, социология);*

3) *разработать комплексную программу психологического сопровождения процесса становления профессио-*

нально ориентированного мышления студентов на всем протяжении их обучения в вузе (в порядке индивидуальных заданий на самостоятельную работу, дифференцированных по специфике учебных дисциплин и кафедр);

4) *организовать работу постоянно действующего психологического семинара для преподавателей всех кафедр по проблемам актуализации и формирования внутренней, личностной мотивации и вооружения студентов средствами удовлетворения насущных и формирующихся образовательных интересов и познавательных потребностей;*

5) *разработать методические указания по оказанию консультативной помощи студентам в преодолении психологических барьеров, стереотипов, установок, опасений, препятствующих их активному и эффективному включению в образовательный процесс профессионального становления.*

### ЛИТЕРАТУРА:

1. Черкасова, В. А. Психолого-педагогические проблемы дополнительного профессионального образования: учебное пособие. – Краснодар, 2004 (в соавт. с Г. Б. Горской).

2. Черкасова, В. А. Мотивационные основы привлечения студентов к дополнительному профессиональному образованию. *Spolecznostwo I Edukacja Mitdzynarodowe Studia Humanistyczne* №1/2011, *Wyzsza Szkola Menedzrska w Legnicy, Wysoka skola menedzinarodneho podnikania ISM Slovakia v Presove*, Киевский национальный университет культуры и искусств, 2011. – С. 171-181.

## MOTIVATIONAL BASES OF INVOLVEMENT OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF PHYSICAL EDUCATION TO ADDITIONAL PROFESSIONAL EDUCATION

V. Cherkasova, Assistant Professor, Candidate of Psychological Sciences,

O. Kukosyan, Professor, Doctor of Psychological Sciences,

A. Demin, Professor, Doctor of Psychological Sciences,

Kuban State University of Physical Education, Sport and Tourism, Krasnodar.

Contact information: 350015, Krasnodar city, Budyennogo str., 161.

Motivational factors of getting additional professional education are examined in the article. It is established that broad motivational aims put up by the sociocultural environment influence greatly on the students' relation to deepening their knowledge. Gender motivational differences of getting an additional education have been revealed. Moreover, the differences depending on the received specialty which are grooving from the beginning to the end of the training have been proved too. It should be pointed out that low aspiration to the competence which

is typical for the most part of students is one of the main factors lowering the students' interest to the widening of their knowledge. The obtained data are the basis for elaboration of the monitoring programs of motivation of the professional development, and for creation the programs for its pedagogical accompaniment.

**Key words:** additional professional education, motivation, carrier orientations, educational microenvironment.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕКОТОРЫХ СОМАТОМЕТРИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПРИ СПОРТИВНОМ ОТБОРЕ В НАСТОЛЬНОМ ТЕННИСЕ

Доктор медицинских наук, профессор Г. Д. Алексанянц,  
кандидат биологических наук, доцент Т. Г. Гричанова,  
кандидат педагогических наук, доцент Л. А. Дмитренко,  
преподаватель Л. Н. Сабирова,  
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар.  
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

В статье представлены результаты исследования соматометрических показателей юных спортсменов, занимающихся настольным теннисом в учебно-тренировочных группах трех спортивных школ Краснодарского края. Статистическая обработка полученных показателей позволила установить их достоверную взаимосвязь с уровнем технической подготовленности, что указывает на существенное влияние особенностей телосложения на способность к овладению техникой настольного тенниса.

Сравнительный анализ уровня технической подготовленности между группами юных теннисистов, относящихся к разным типам телосложения, пропорций и вариантов биологического развития, показал, что лица, относящиеся к микросомному типу телосложения и микромембральному типу пропорций, уступают в темпах освоения техники игры в настольный теннис юным спортсменам с мезо- и макросомными (мембральными) типами пропорций, особенно эта тенденция выражена у девочек.

**Ключевые слова:** спортивный отбор, соматические типы, пропорционный уровень варьирования, варианты биологического развития, настольный теннис.

В настоящее время для достижения высоких результатов в современном спорте атлету необходимо обладать уникальным сочетанием морфологических, функциональных, психических и других признаков, характерных для избранного вида.

Научно обоснованные методы отбора детей в детско-юношеские спортивные школы, а также про-



гнозирование их будущих результатов становятся важными этапами современной системы подготовки спортсменов [2, 3].

В научной литературе проблеме отбора в спорте уделяется большое внимание [1, 4]. Вместе с тем целый ряд вопросов так и остается открытым, что не позволяет в полной мере реализовать потенциальные возможности генетически детерминированных признаков спортсменов в процессе их подготовки.

Известно, какое значительное влияние оказывают соматические типы телосложения на способности к овладению спортивным мастерством в командных видах

спорта [3, 4]. Однако существующая методика отбора в настольном теннисе в этом плане, главным образом, основана на личном опыте тренеров и не подкреплена научными исследованиями.

Для создания эффективной системы отбора в настольном теннисе необходим комплексный подход, который учитывает морфофункциональные и другие особенности и позволяет выделить спортсмена, способного достичь высокого уровня мастерства [5, 6, 8]. Однако в доступной литературе данный вопрос освещен фрагментарно и не систематизирован.

Целью настоящего исследования явилось определение возможности использования некоторых соматометрических показателей при спортивном отборе в настольном теннисе.

Исследование проводилось на базе спортивных школ Краснодарского края: СДЮСШОР настольного тенниса Краснодарского края (директор – заслуженный тренер России И. В. Подносков), ДЮСШ «Юность» г. Славянска-на-Кубани (директор В. С. Боровик), ДЮСШ ст. Крыловской (директор А. В. Крикус).

Обследованы 73 юных спортсмена 11-12 лет (41 мальчик и 32 девочки), имеющие спортивную квалификацию 1-2 разряд и занимающиеся настольным теннисом в учебно-тренировочных группах на этапе углубленной специализации.

Для определения соматических типов и пропорционного уровня варьирования применялась метрическая схема тестирования детей и подростков, предложенная Р. Н. Дороховым и В. Г. Петрухиным [6], изучение вариантов биологического развития человека осуществлялось по методике, разработанной Р. Н. Дороховым [5]. Оценка технической подготовленности юных спортсменов проводилась на основе общепринятых контрольных упражнений [8] (выполнение накатов справа и слева, «треугольник» накатами). Для статистической обработки полученных данных использовался пакет стандартных программ «Statistika – 6.0» с расчетом t-критерия Стьюдента и проведением корреляционного анализа.

Результаты проведенных исследований в группе мальчиков, занимающихся на этапе углубленной специализации, выявили, что 20% юных теннисистов относятся к микросомному (МиС) типу телосложения, 55% – к мезосомному (МеС) и 25% – к макросомному (МаС). В группе девочек установлено следующее соотношение типов телосложения: 19% юных теннисисток относятся к МиС, 62% – к МеС и 19% – к МаС типу телосложения. Т. е., полученные данные свидетельствуют о преобладании в обеих группах юных спортсменов МеС типа телосложения независимо от пола.

Проведенный корреляционный анализ выявил достоверную взаимосвязь результатов выполнения контрольных упражнений «накат справа и слева» с типом телосложения ( $r=0,656$  и  $r=-0,843$ ) только у юных теннисисток, относящихся к МиС.

В группе мальчиков достоверная корреляционная взаимосвязь обнаружена у юных теннисистов МиС типа телосложения с результатами выполнения упражнения «треугольник» ( $r=-0,522$ ), а у лиц МеС типа телосложения – с результатами выполнения упражнения «накат слева» ( $r=0,682$ ).

Достоверной взаимосвязи типа телосложения с показателями технической подготовленности юных спортсменов МаС типа телосложения не выявлено.

При оценке пропорционных особенностей девочек, обучающихся на этапе углубленной специализации, было установлено, что 62% имеют мезомембральный (МеМем) тип пропорций, 19% – микромембральный (МиМем) и 19% – макромебральный тип (МаМем) (рис.). В группе мальчиков 45% относится к МеМем типу пропорций, 35% – к МиМем, 20% – к МаМем.

Таким образом, у юных спортсменов, занимающихся настольным теннисом, независимо от пола преобладает МеМем тип пропорций.

Проведенный корреляционный анализ показал, что в группе юных теннисисток, относящихся к МаМем типу пропорций, прослеживается достоверная

взаимосвязь пропорций тела со всеми контрольными упражнениями: накат слева, накат справа и «треугольник» (соответственно  $r=-0,994$ ,  $r=-0,869$ ,  $r=-0,935$ ). Также достоверная взаимосвязь типа пропорций тела с результатами выполнения упражнений «накат справа» ( $r=-0,797$ ) и «треугольник» ( $r=0,593$ ) обнаружена у юных теннисисток, относящихся к МиМем типу пропорций.

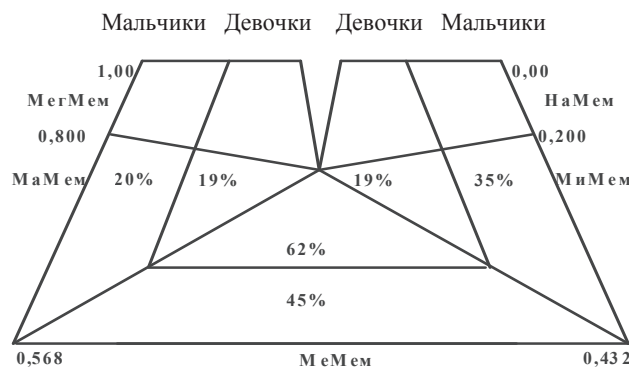


Рис. Распределение юных теннисистов, обучающихся на этапе углубленной специализации, по пропорционному уровню варьирования

В группе мальчиков достоверная взаимосвязь типа пропорций с показателями технической подготовленности выявлена только у юных теннисистов с МаМем типом пропорций в упражнениях «накат справа» и «треугольник» ( $r=-0,528$ ,  $r=-0,612$ ).

В процессе исследования изучался еще один важный аспект, а именно: влияние разных вариантов биологического развития юных спортсменов на уровень владения техникой настольного тенниса.

Так, согласно полученным данным, в группе девочек 69% имеют нормальный вариант развития, 25% – растянутый и 6% – укороченный. У мальчиков это соотношение несколько отличается: 40% юных теннисистов имеют нормальный вариант развития, 35% – растянутый и 25% укороченный.

Корреляционный анализ выявил тесную взаимосвязь с уровнем технической подготовленности у юных спортсменов обоего пола, имеющих укороченный и растянутый варианты развития: у первых с упражнениями накат справа ( $r=0,63-0,71$ ) и «треугольник» ( $r=0,70-0,71$ ), у вторых – накат слева ( $r=0,47-0,69$ ) и «треугольник» ( $r=0,56-0,69$ ). У юных спортсменов, имеющих нормальный вариант развития, достоверной взаимосвязи с показателями технической подготовленности не выявлено.

Проведенный корреляционный анализ показал, что соматометрические показатели юных теннисистов оказывают существенное влияние на способность к овладению техникой настольного тенниса. Однако для проведения эффективного отбора необходимо определить, каким именно сочетанием пропорционных признаков должен обладать перспективный

спортсмен. Для решения этого вопроса был проведен сравнительный анализ уровня технической подготовленности между группами юных теннисистов, относящихся к разным типам телосложения, пропорций и вариантов биологического развития.

Сравнение показателей технической подготовленности в группе девочек, занимающихся на этапе углубленной специализации, выявило достоверное превосходство представительниц МаС типа телосложения ( $t=1,8-2,8$ ;  $P<0,05$ ). В группе мальчиков существенного преобладания какого-либо типа телосложения не выявлено.

Сравнительный анализ показателей технической подготовленности у теннисистов, имеющих разные пропорции тела (табл. 1), выявил, что теннисисты, относящиеся к МеМем типу пропорций, достоверно превосходят мальчиков МиМем типа в упражнениях накат слева и «треугольник» ( $t=2,0$ ,  $t=1,8$ ).

Таблица 1  
**Сравнительный анализ показателей технической подготовленности у юных теннисистов с различным типом пропорций тела (группа мальчиков)**

Параметры	Микро-мембральный	Мезомембральный	Макромембральный
	(n=8)	(n=18)	(n=15)
	1	2	3
Накат справа (кол-во раз) Хср.	51,1±19,6	72,2±22,2	57±22
	(1-2)	(1-3)	(2-3)
t	1,6	0,3	0,9
P	>0,05	>0,05	>0,05
Накат слева (кол-во раз) Хср.	44,9±17,8	77,8±32	49,3±19,1
	(1-2)	(1-3)	(2-3)
t	<b>2</b>	0,3	1,5
p	<0,05	>0,05	>0,05
«Треугольник» накатами (кол-во раз) Хср.	50,3±16,8	75,4±26	51±31,9
	(1-2)	(1-3)	(2-3)
t	<b>1,8</b>	0,04	1,4
P	<0,05	>0,05	>0,05

В группе девочек выявлено существенное превосходство в уровне технической подготовленности представительниц, относящихся к МаМем типу пропорций (табл. 2). Результаты, показанные ими при выполнении контрольных упражнений, достоверно выше, чем у теннисисток с МеМем и МиМем типом пропорций ( $t=1,9-6$ ;  $P<0,05$ ).

Также необходимо отметить преимущество девочек МеМем типа пропорций над представительницами МиМем типа в упражнениях «накат справа» ( $t=3,1$ ;  $P<0,05$ ) и «треугольник» ( $t=2,7$ ;  $P<0,05$ ).

Таблица 2  
**Сравнительный анализ показателей технической подготовленности юных теннисистов с различным типом пропорций тела (группа девочек)**

Параметры	Микро-мембральный	Мезомембральный	Макромембральный
	(n=6)	(n=20)	(n=6)
	1	2	3
Накат справа (кол-во раз) Хср.	50±10,7	89,8±21,6	146±9,3
	(1-2)	(1-3)	(2-3)
T	<b>3,1</b>	<b>6</b>	<b>4,6</b>
P	<0,05	<0,05	<0,05
Накат слева (кол-во раз) Хср.	37±14	58,8±25,6	98,3±18,2
	(1-2)	(1-3)	(2-3)
T	1,9	<b>3,4</b>	<b>2,3</b>
P	<0,05	0,05	<0,05
«Треугольник» накатами (кол-во раз) Хср.	36,3±17,1	84,7±25,4	145±15,3
	(1-2)	(1-3)	(2-3)
T	<b>2,7</b>	<b>6</b>	<b>3,7</b>
P	<0,05	<0,05	<0,05

Следовательно, ведущим соматометрическим признаком при отборе в настольном теннисе является отношение длины конечностей к длине тела.

Сравнение показателей технической подготовленности между группами юных спортсменов, имеющих разные варианты биологического развития, не выявило достоверного превосходства ни одной из них ( $t=0,13-1,36$ ;  $P>0,05$ ).

Заключение. Таким образом, определение соматометрических показателей юных спортсменов, занимающихся настольным теннисом, показало, что на этапе углубленной специализации как у мальчиков, так и у девочек преобладают мезосомный тип телосложения (55 и 62% соответственно) и мезомембральный тип пропорций (45 и 62% соответственно).

Корреляционный анализ рассматриваемых соматометрических показателей с уровнем технической подготовленности выявил их высокую взаимосвязь, особенно выраженную у девочек. При этом сравнительный анализ показателей технической подготовленности юных теннисистов, обучающихся на этапе углубленной специализации, показал, что существенное превосходство в темпе освоения техники игры в настольный теннис имеют мальчики с мезомембральным и девочки с макромембральным типом пропорций ( $t=1,9-6$ ;  $P<0,05$ ). Значительно уступают в уровне технической подготовленности юные теннисисты, относящиеся к микросомному типу телосложения и микромембральному типу пропорций.

На основании вышеизложенного можно сделать вывод, что на начальном этапе отбора в спортивные школы по настольному теннису целесообразно про-



ведение соматотипирования с последующей оценкой пропорций тела, которое позволит тренеру прогнозировать возможности начинающих теннисистов к решению специфических для данного вида спорта двигательных задач.

### ЛИТЕРАТУРА:

1. Барчукова, Г. В. Построение тренировочного процесса юных игроков в настольный теннис [Текст] / Г. В. Барчукова // Современный олимпийский спорт и спорт для всех // 7 Международный науч. конгр.: материалы конф., 24-27 мая 2003 г. – М., 2003. – С. 86-87. – 3 т.

2. Барчукова, Г. В. Проблемы оценки и планирования нагрузок в спортивных играх (на примере настольного тенниса) [Текст] / Г. В. Барчукова, К. С. Бакшеев // Теория и практика физ. культуры: тренер: журнал в журнале. – 2006. – № 9. – С. 32-36.

3. Волков, Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта [Текст] / Л. В. Волков. – Киев: Олимпийская литература, 2002. – 294 с.

4. Губа, В. П. Прогнозирование двигательных способностей и основа ранней ориентации в спорте [Текст] / В. П. Губа. – М.: Олимпия-Пресс, 2007. – 155 с.

5. Дорохов, Р. Н. Спортивная морфология [Текст]: учебное пособие для высших и средних специальных заведений физической культуры / Р. Н. Дорохов, В. П. Губа. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 236 с.

6. Дорохов, Р. Н. Нетрадиционный подход к оценке соматического типа у детей и подростков [Текст] / Р. Н. Дорохов, В. Г. Петрухин // Труды конференции актуальные проблемы спортивной морфологии и интегративной антропологии // II Международная научная конференция / под редакцией П. К. Лысова. – М.: МосГУ, 2006. – С. 25.

7. Настольный теннис: пример прогр. для ДЮСШ, СДЮШОР [Текст]: Доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту // Гос. ком. Рос. Федерации по физ. культуре и спорту. – М.: Сов. спорт, 2004. – 143 с.

8. Тарпищев, Ш. А. Особенности подготовки юных теннисистов [Текст] / Ш. А. Тарпищев, В. П. Губа, А. Б. Самойлов. – М.: Физкультура и спорт, 2006. – 226 с.

## USE OF SOME SOMATOMETRIC INDICES IN SPORT SELECTION OF TABLE TENNIS

G. Aleksanyants, Professor, Doctor of Medical Sciences,

T. Grichanova, Assistant Professor, Candidate of Biological Sciences,

L. Dmitrenko, Assistant Professor, Candidate of Pedagogical Sciences,

L. Sabirova, Lecturer,

Kuban State University of Physical Education, Sport and Tourism, Krasnodar.

Contact information: 350015, Krasnodar city, Budyennogo str., 161.

Investigation results of some young sportsmen's somatometric indices, who go in for table tennis in educational and training groups of three sport schools of Krasnodar region, are given in the article. Statistical processing of received indices allowed establishing their true interrelation with the level of technical readiness of sportsmen. This fact reveals that peculiarities of sportsmen's constitution influences greatly on the ability of mastering table tennis technique.

Comparative analysis of the level of technical readiness between different groups of young tennis players, belonging to different types of constitution, having different

body proportions and various biological development, shows that sportsmen of microsomatotype of constitution and micromembral type of proportions concede to young sportsmen of meso- and macrosomatotypes of constitution and membral type of proportions in pace of mastering table tennis technique. Especially this tendency predominates among girls.

**Key words:** sport selection, somatotypes, proportional level of variation, variants of biological development, table tennis.

## БИНОКУЛЯРНАЯ СИНХРОННАЯ ПУПИЛЛОМЕТРИЯ В МОНИТОРИНГЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Кандидат медицинских наук, доцент В. Е. Кальницкая,  
доктор педагогических наук, профессор А. И. Погребной,  
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар.  
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

В наблюдениях за 83 спортсменами высокой квалификации, представляющих различные виды спорта, с помощью метода компьютерной пупиллометрии выявлена специфика качественных и количественных параметров зрачкового рефлекса, позволяющая оценивать функциональное состояние, выявлять отклонения и предлагать реабилитационные мероприятия.

**Ключевые слова:** пупиллометрия, психосоматика, диагностика, функциональное состояние, нервная система, спортсмены высокой квалификации.

**Актуальность.** До настоящего времени остается актуальным вопрос поиска объективных критериев оценки функционального состояния высококвалифицированных спортсменов на различных этапах тренировочной и соревновательной деятельности. В этом плане важна разработка методов, позволяющих в короткие сроки проводить мониторинг текущего психосоматического и функционального состояния спортсменов, специализирующихся в различных видах спорта.

Одним из таких методов, позволяющих диагностировать и выдавать оценку психосоматическому состоянию здоровья высококвалифицированных спортсменов, является бинокулярная синхронная пупиллометрия.

Предпосылкой этому послужили многочисленные исследования (более 3,5 тыс.), проведенные нами на контингенте употребляющих психоактивные вещества. Полученные результаты показали, что с помощью пупиллометрии определяется не только функциональное состояние организма, но и параметры ЦНС и парасимпатико-симпатического баланса [4, 5, 9].

В программу исследования входило несколько задач:



1. Изучить реакцию зрачков на световой раздражитель у высококвалифицированных спортсменов различных видов спорта.

2. Провести анализ изменений зрачкового рефлекса до и после высокой нагрузки у элитных спортсменов.

3. Выявить у исследуемых топографию нарушений реакции зрачков на световой раздражитель с признаками истощения физического и психического качества здоровья.

**Методы исследования.** В 2002-2011 г. на базе НИИ КГУФКСТ проводилась комплексная компьютерная диагностика психосоматического и психоэмоционального состояния высококвалифицированных спортсменов, членов сборных команд края и Российской Федерации.

В число обследованных спортсменов входили: 10 легкоатлетов (6 кмс, 4 мс), 20 борцов классического стиля (17 мс, 3 мсмк), 16 борцов тхэквандо (9 кмс, 6 мс, 1 мсмк), 7 велосипедистов (4 кмс, 3 мс), 14 акробатов (4 кмс, 10 мс), 4 гребца (2 кмс, 2 мс), 12 волейболистов (8 кмс, 4 мс). Всего кандидатов в мастера спорта – 25, мастеров спорта – 42, мастеров спорта международного класса – 4. Возраст спортсменов 14-25 лет. Обследуемые спортсмены были разделены на 3 группы:

1 группа – игровые виды спорта (волейбол);

2 группа – виды спорта на выносливость (легкая атлетика, велосипедный спорт, гребля);

3 группа – скоростно-силовые виды спорта (борьба, акробатика).

Для определения психосоматического и психоэмоционального состояния спортсменов использовался метод пупиллометрии. Фирмой Iritech Inc. (Южная Корея) и ее московским представительством разработан оригинальный аппаратно-программный компьютерный комплекс «Reflexometer-2010» (RM-2010) для бино-

кулярной синхронной видеорегистрации и обработки пупилломоторных реакций человека в режиме реального времени [3, 4]. RM-2010 позволяет анализировать такие особенности вегетативной нервной системы, как скорость и амплитуда ответа на раздражитель, тип реагирования, время и степень восстановления до и после физических, эмоциональных, соматических и фармакологических нагрузок.

В аппаратном комплексе для регистрации зрачкового рефлекса блок осветителя, блок видеоискателя и проекционный блок оптически и механически связаны между собой.

Способ регистрации зрачковой реакции включает подачу стимула в виде световой вспышки, регистрацию отраженного светового потока, запись пупиллограммы с последующей ее обработкой.

Измерение размеров зрачка производится в цифровой форме в каждом кадре телевизионного изображения, при этом регистрируется для каждого обследуемого начальная совокупность пупиллограмм, по которой формируются его индивидуальные нормы пупиллометрии.

RM-2010 прост в обращении, надежен в эксплуатации и может применяться как для экспресс-диагностики, так и для наблюдения за состоянием спортсменов в динамике.

Пупиллометрия проводилась у каждого спортсмена до и через 3 мин после физической нагрузки. В течение каждого пупиллометрического обследования регистрировались три последовательные зрачковые реакции на стандартный световой стимул. Продолжительность каждой регистрации – 2,5 с, интервал между

измерениями – 60 с, продолжительность светового стимула – 30 мс.

Индивидуальные результаты пупиллометрического исследования, учитывая возраст и пол, представляются компьютером в виде графиков, статистических данных, таблиц и текстового заключения с автоматическим анализом более 25 параметров пупиллограмм [5, 12].

В программу заложены усредненные значения параметров зрачкового рефлекса и их отклонения в % от среднестатистической возрастной нормы для данного обследуемого [2].

Данные, представленные в таблицах 1, 2, обработаны с использованием t-критерия Стьюдента.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Пупиллометрии спортсменов трех групп показали, что у 50,5% спортсменов отмечалась стабильность пупиллометрических параметров. Все параметры (стартовые возможности, амплитуда ответа на световой стимул, симпато-парасимпатический баланс, степень восстановления после светового стимула, вектор скорости) соответствовали возрастной норме (рис. 1).

Как видно из рисунка 1, у спортсменов критерии активности парасимпатических и симпатических фаз автономной нервной системы были сбалансированы. Латентное время сокращения и расслабления глазодвигательных мышц находилось в прямопропорциональной зависимости.

Согласно данным таблицы 1, у атлетов всех спортивных специализаций стартовые возможности вегетативной нервной системы достаточно высоки и стабильны. Амплитуда ответа на световой стимул на 22% ( $P=0,001$ )

Таблица 1

**Показатели зрачкового рефлекса спортсменов высокой квалификации (у. е.  $\bar{X} \pm m$ )**

Группы спортивных специализаций	Колич. обслед.	Стартовый индекс	Амплитуда ответа	Вектор скорости	Степень восстановления	Индекс восстановления
Игровые	12	85±1,3	66±3,2	85 ±0,4*	75±2,8*	75±0,3*
Выносливость	21	85±1,8	52±1,6*	75±1,1	62±1,7	75±0,7
Скоростно-силовые	50	85±1,2	66±2,5	75±0,9	50±2,1*	55±0,6*

Примечание: значок «\*» означает  $P=0,001$ .

Таблица 2

**Показатели состояния зрачковой реакции после нагрузки у высокотренированных спортсменов (у. е.  $\bar{X} \pm m$ )**

Группы спортивных специализаций	Колич. обслед.	Стартовый индекс	Амплитуда ответа	Вектор скорости	Степень восстановления	Индекс восстановления
Игровая	12	82±2,5	65±2,8*	84±0,7*	75±1,3*	74±0,8*
Выносливость	21	86±2,1	51±2,1	75±2,2	62±2,0	74±1,3
Скоростно-силовая	50	83±2,2	64±1,8*	75±1,6	50±1,6*	54±1,2*

Примечание: значок «\*» означает  $P=0,001$ .

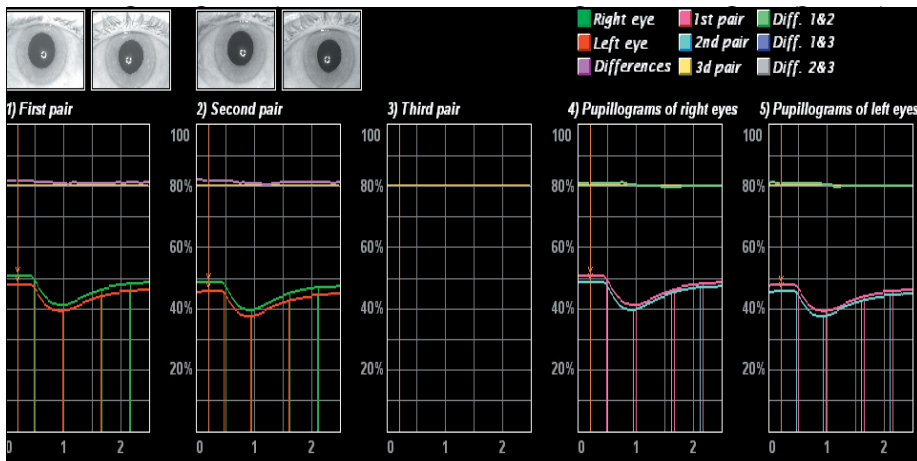


Рис. 1. Показатели зрачкового рефлекса и психосоматического состояния высококвалифицированного спортсмена, находящегося в хорошей спортивной форме

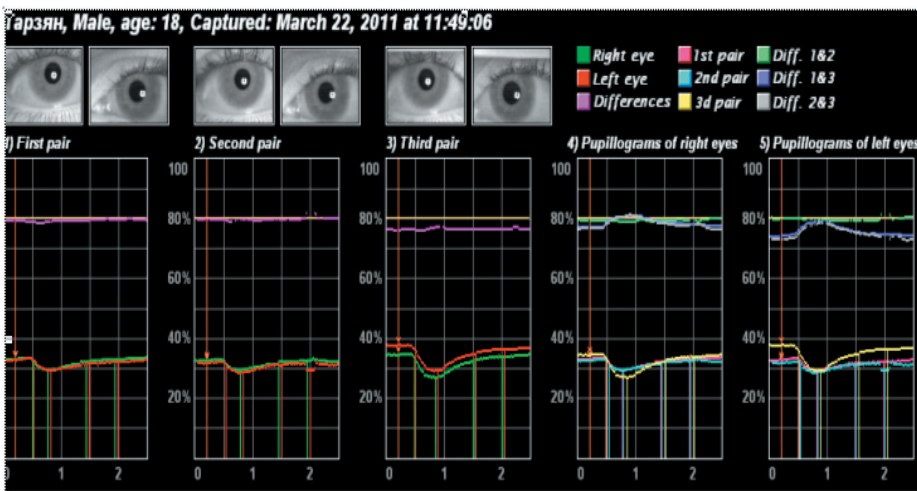


Рис. 2. Данные пупиллометрии высококвалифицированного спортсмена, имеющего отклонение в состоянии здоровья

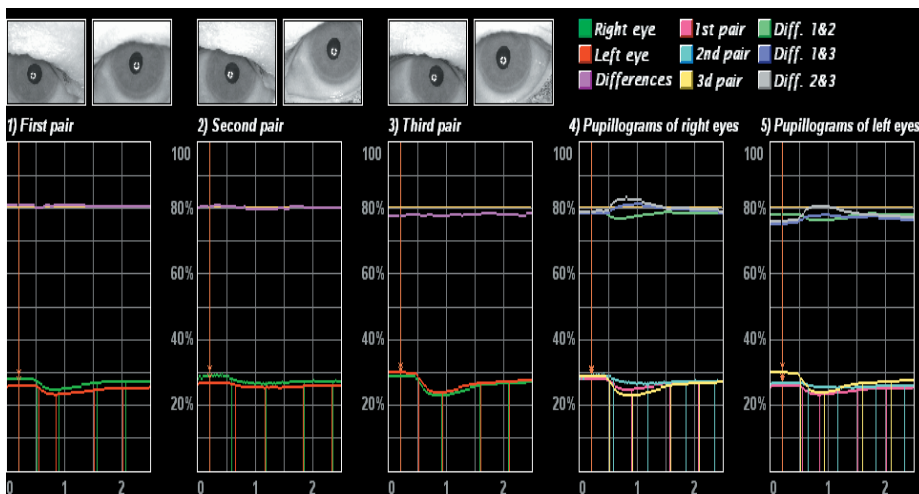


Рис. 3. Психосоматическое состояние спортсмена, находящегося в состоянии эмоционального и физического стресса

снижена в группе видов на выносливость, что связано с необходимостью экономизации энергетических расходов в течение более длительного периода. Вектор скорости был выше на 13% ( $P=0,001$ ) у спортсменов из группы игровых видов спорта, что отражает их ориентированность на принятие быстрых и нестандартных решений. Степень и индекс восстановления также наиболее высоки у спортсменов-игроков и у представителей группы видов спорта на выносливость ( $P=0,001$ ).

У спортсменов скоростно-силовых видов спорта эти показатели на 25 и 20% ( $P=0,001$ ) соответственно ниже, поскольку данные виды предполагают максимальные нервно-мышечные затраты за короткие промежутки времени при относительно медленном восстановлении энергетических затрат.

Показатели зрачковой реакции до и после физической нагрузки у высококвалифицированных спортсменов колебались в пределах средней арифметической

ошибки, что говорит о стабильности психосоматического состояния здоровья и хорошей вегетативной регуляции (табл. 2).

Психосоматическое состояние атлетов при измененном зрачковом рефлексе и нарушениях в различных звеньях пупиллограммы наглядно иллюстрируется на рисунке 2.

У 49,5% спортсменов исследуемых групп обнаружены изменения зрачкового рефлекса. Из них 23,6% имели замедление процесса восстановления в симпатической фазе, уменьшение амплитуды ответа и стартового индекса, что говорит о снижении резервов вегетативной нервной системы.

У 12,5% спортсменов отмечены: умеренная нестабильность зрачкового рефлекса, значительное снижение резервов вегетативной нервной системы, низкие стартовые возможности, плохое восстановление базальных показателей, истощение энергетических и метаболических резервов, гиперактивность, состояние стресса.

Количественная характеристика пупиллограмм в каждом конкретном случае позволяла выделить топографию поражений и оценить степень и характер патологии.

У высококвалифицированных спортсменов наблюдалось как одно-, так и двустороннее изменение диаметра зрачков. Миоз оказался более характерен для представителей игровых видов спорта. Значительный двусторонний миоз отмечался у 38,9% атлетов. У спортсменов, тренирующихся на выносливость, в 28,5% случаев имелось миотическое состояние зрачков. Остальные представители видов спорта на выносливость имели индивидуальный среднестатистический размер зрачков [2].

У спортсменов скоростно-силовых видов, наоборот, в 60 % случаев (особенно у тхэквондистов) наблюдалось мидриатическое состояние зрачков. У них диаметр зрачков превышал среднестатистическую норму на 41-104%. Мидриатический эффект у спортсменов этой группы можно отнести к спастическому варианту, который связан с активацией адренергической медиации.

При этом у 15% представителей всех групп латентное сокращение и расслабление зрачков меньше среднестатистических данных на 36-50% соответственно. Амплитуда сокращения зрачков снижена на 25%, продолжительность зрачковой реакции между серединой постоянной скорости симпатической и парасимпатической фаз – на 96%, период восстановления на – 68%, стартовые возможности на – 25%. Соотношение активности симпатической и парасимпатической фаз варьировало, составляя 55-67% от возрастной нормы.

Вегетативная дисфункция свидетельствовала об отсутствии синхронности в работе органов и систем. У спортсменов отмечались раздражительность, нарушение сна, снижение работоспособности, изменение со стороны желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой, иммунной систем и ЦНС. По-видимому,

физическая нагрузка для этих спортсменов была чрезмерной, вызывая значительный энергодефицит, физический и биологический стресс.

У 13,5% исследуемых спортсменов имелась выраженная нестабильность пупиллометрических показателей с торпидной реакцией и резким снижением стартового индекса, амплитуды ответа на световой раздражитель. У них констатированы существенное истощение и состояние стресса (рис. 3). Топическая диагностика пупиллограмм этих спортсменов иллюстрировала прогностически неблагоприятные показатели зрачкового рефлекса. Исходный диаметр зрачков зависел от степени истощения функционального состояния. У 10% спортсменов он был меньше (на 45-145%) или больше (на 15-20%) возрастной нормы. Латентное сокращение и расслабление зрачков значительно удлинялось и составляло 35-194% от нормы. Амплитуда сокращения мышц и длительность сжатия зрачков соответственно уменьшалась от 45,8 и 50,0 до -137,5 и -165%. Чувствительность к воздействию светового раздражителя и уровень сокращения зрачков также были меньше индивидуальной возрастной нормы от 30,0 до 167%. Соотношение критериев активности симпатической и парасимпатической фаз у части высококвалифицированных атлетов этой подгруппы было снижено на 67-154%, а у других спортсменов повышено в несколько раз, что свидетельствовало об истощении парасимпатической или симпатической ветвей нервной системы [6]. Время зрачкового рефлекса на середине фазы постоянной скорости прохождения импульса через веточки симпатического и парасимпатического нервов значительно удлинялось от 82 до 197%.

Вышеперечисленная симптоматика иллюстрировала прогностически неблагоприятное психосоматическое и эмоциональное состояние здоровья спортсменов. Наблюдался интервегетативный «ступор», резко истощались адренергетические и холинергетические структуры. У части этих спортсменов (4,7%) имелись признаки воздействия экзогенных токсических веществ.

Таким образом, проведенные нами исследования показали, что у спортсменов высокой квалификации имеется специфика качественных и количественных параметров зрачкового рефлекса, позволяющая диагностировать наличие патологических сдвигов не только в деятельности вегетативной нервной системы, но и головного мозга в целом.

Проведенные исследования расширяют сферу применения пупиллометрии в оценке состояния ЦНС и всего организма не только при мониторинге текущего состояния, но и позволяют оценивать применяемые реабилитационные мероприятия.

### Выводы

1. У высококвалифицированных спортсменов, находящихся в хорошей спортивной форме, зрачковый рефлекс соответствует среднестатистическим нормам здорового человека.

2. У высококвалифицированных спортсменов с нарушением психоэмоционального и соматического качества здоровья констатировано значительное изменение зрачкового рефлекса. Отмечено резкое снижение амплитуды сокращения зрачков, торпидный тип ответа на световой импульс, что является прогностически неблагоприятным фактором и свидетельствует об истощении ЦНС и автономной нервной системы.

3. Почти четверть обследованных (24,0%) высококвалифицированных спортсменов нуждается в проведении лечебных мероприятий в связи с выявленной у них выраженной симптоматикой нарушения адаптации.

4. Пупиллометрия с использованием аппаратного комплекса RM-2010 является информативным методом определения уровня тренированности и психосоматического состояния спортсменов.

**ЛИТЕРАТУРА:**

1. Ананин, В. Ф. Исследование методов регистрации движений глаз и зрачковых рефлексов [Текст]: дис. ... канд. техн. наук. – М., 1965. – 23 с.  
 2. Вельховер, Е. С. Клиническая иридология [Текст] / Е. С. Вельховер. – М. 1992. – 431 с.  
 3. Духан Ким. Матер. Всеросс. науч. конф. [Текст] / Духан Ким, И. Е. Макачук, Н. Н. Варченко. – Волгоград, 2003. – С. 27.  
 4. Духан Ким. Физическая культура и спорт в профилактике наркомании и преступности среди молодежи [Текст] / Духан Ким, И. Е. Макачук, В. Е. Кальницкая. – Краснодар, 2002. – С. 178-180.

5. Кальницкая, В. Е. Особенности пупиллограммы у наркоманов в период острой абстиненции [Текст] / В. Е. Кальницкая, А. И. Погребной // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Краснодар, 2003. – Т. 6. – С. 221-230.

6. Кальницкая, В. Е. Аспекты реабилитации при наркоманиях опийного ряда [Текст] / В. Е. Кальницкая, А. И. Погребной // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Краснодар, 2004. – Т. 9. – С. 153-161.

7. Кальницкая, В. Е. Психосоматическое состояние подростков, злоупотребляющих психоактивными веществами [Текст] / В. Е. Кальницкая, А. И. Погребной // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Краснодар, 2005. – Т. 8. – С. 168-172.

8. Кальницкая, В. Е. Психосоматическое состояние организма подростков, злоупотребляющих психоактивными веществами [Текст] / В. Е. Кальницкая, А. И. Погребной // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Краснодар, 2008. – Т. 9. – С. 167-175.

9. Кальницкая, В. Е. Бинокулярная синхронная пупиллометрия в мониторинге психосоматического здоровья наркозависимых в период острой абстиненции [Текст] / В. Е. Кальницкая, А. И. Погребной // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Краснодар, 2009. – Т. 11. – С. 155-157.

10. Кальницкая, В. Е. Мониторинг психосоматического состояния наркозависимых в период реабилитации средствами физической культуры [Текст] / В. Е. Кальницкая, А. И. Погребной // Физическая культура и спорт в профилактике наркомании и преступности. – Краснодар, 2009. – С. 218-220.

11. Колесников, В. В. Особенности зрачкового рефлекса у наркоманов в период абстиненции [Текст] / В. В. Колесников, В. Е. Кальницкая, А. И. Погребной // Вопросы наркологии. – 2004. – № 4. – С. 39-46.

## BINOCULAR SYNCHRONIC PUPILLOMETRY IN MONITORING HIGHLY QUALIFIED SPORTSMEN' FUNCTIONAL CONDITION

V. Kalnitskaya, Assistant Professor, Candidate of Medical Sciences,  
 A. Pogrebnoj, Professor, Doctor of Pedagogical Sciences,  
 Kuban State University of Physical Education, Sport and Tourism, Krasnodar.  
 Contact information: 350015, Krasnodar city, Budyennogo str., 161.

The specifics of qualitative and quantitative parameters of pupillary reflex with the use of the computer pupillometry method was detected according to the observations over 83 highly qualified sportsmen, engaged in different kinds of sport. This specifics allows to estimate

sportsmen' functional condition, reveal its deviation and offer rehabilitation activities.

**Key words:** pupillometry, psychosomatics, diagnostics, functional condition, nervous system, highly qualified sportsmen.

## МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ СТАТУС ЖЕНЩИН 35-45 ЛЕТ РАЗЛИЧНОГО СОМАТОТИПА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИТНЕСОМ

Старший преподаватель Н. И. Романенко,  
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар.  
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

**В настоящей статье рассматриваются средства физкультурно-оздоровительных занятий женщин второго периода зрелого возраста на основе системы фитнеса. Учет соматического типа развития позволяет выявить адекватные фитнес-программы в соответствии с возрастными особенностями женщин 35-45 лет для повышения их морфофункционального статуса.**

**Ключевые слова:** женщины 35-45 лет, фитнес-программы, соматический тип, морфофункциональный статус.

**Введение.** Одним из приоритетных направлений социальной политики государства последних лет является обеспечение здоровья нации. Как показано во многих исследованиях (А. А. Федякин, 2000; И. В. Антипенкова, 2004; В. Ю. Давыдов, 2005; С. В. Савин, 2008; О. И. Сапожникова, 2011), состояние здоровья женщин второго периода зрелого возраста зависит от многих факторов, среди которых ведущая роль принадлежит образу жизни и систематическим занятиям физическими упражнениями. Вместе с тем анализ многочисленных публикаций свидетельствует о том, что в России около 15% населения занимается физической культурой и спортом, из них десятую часть составляют женщины 35-45 лет.

Столь критически низкий уровень вовлеченности женщин в активные формы двигательной активности неизбежно влечет за собой ухудшение состояния их здоровья, снижение уровня функционального состояния и физической подготовленности.

Решение данной проблемы невозможно без учета индивидуально-типологических особенностей занимающихся. Известно, что физические возможности человека являются результатом взаимодействия врожденного нейрофизического статуса и внешних воздействий, адаптация к которым формирует текущее морфофункциональное состояние (В. В. Зайцева,



1995). Кроме того, стандартное воздействие, в том числе связанное с мышечной деятельностью, вызывает неодинаковую адаптивную реакцию у индивидов различных типологических категорий (И. В. Антипенкова, 2004; В. Ю. Давыдов, 2005; О. В. Буркова, 2008).

Традиционно при выделении типов конституции за основу берется морфологический критерий – соматотип, сочетающийся с функциональными признаками, особенностями организации метаболизма, двигательными возможностями (Б. А. Никитюк, 1989-1991; Р. Н. Дорохов, 1989-2002). Отсюда стала очевидной проблема разработки и научного обоснования содержания занятий в фитнес-клубе на основе выявления особенностей соматотипа женщин второго периода зрело-

го возраста для улучшения их морфофункционального статуса.

**Цель исследования** – выявить особенности влияния фитнес-программ на морфофункциональный статус женщин 35-45 лет с учетом различного соматотипа.

**Методика и организация исследования.** Соматический тип определялся по метрической схеме Р. Н. Дорохова (1984). Соматотипирование включало оценку габаритного и компонентного уровня варьирования. Измерялись продольные, поперечные, обхватные размеры тела и толщина кожно-жировых складок. В содержание функционального тестирования женщин были включены общепринятые функциональные тесты (табл. 1). В эксперименте приняли участие 142 женщины 35-45 лет, занимающиеся фитнесом, экспериментальной (n=74) и контрольной (n=68) групп. Каждая группа была разделена на три подгруппы с учетом соматотипа: микросомный (МиС), мезосомный (МеС) и макросомный (МаС).

Для женщин из экспериментальной группы была разработана методика занятий фитнесом с учетом соматотипа. Представительницы МиС типа (n=16) занимались силовой программой с использованием дек-

платформы и системой Пилатес; женщины MeC типа (n=40) – степ-аэробикой и фитнес-йогой; MaC (n=18) – слайд-аэробикой и круговой тренировкой.

Для женщин из контрольной группы в содержание физкультурно-оздоровительных занятий включалась базовая аэробика. В недельном цикле проводилось четыре занятия продолжительностью 60 минут.

**Результаты исследования.** В результате обследования женщин, занимающихся фитнесом, были установлены три основных типа телосложения: микросомный (МиС), мезосомный (МеС) и макросомный (МаС). При этом основная масса обследованных женщин сконцентрировалась в пределах мезосомного (МеС) типа – 53,6%, к микросомному (МиС) типу были отнесены – 22,5%, к макросомному (МаС) – 23,9% (рис.).

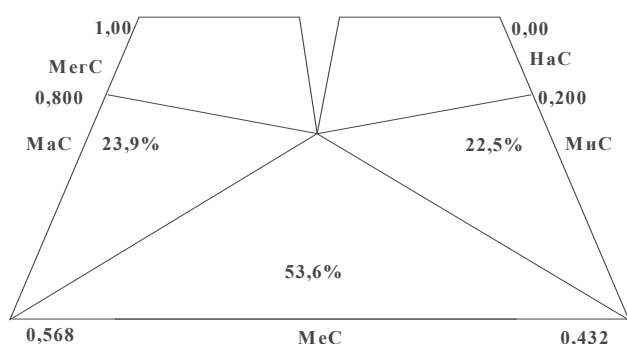


Рис. Соматограмма: распределение женщин по габаритному уровню варьирования

Анализ выраженности жирового компонента массы тела показал разные результаты во всех соматотипах: 38,2% представительниц MeC типа обладали мезокорпуленцией (МеК) – средним развитием жировой массы, 68,1% – макрокорпуленцией (МаК), т. е. повышенным развитием ЖМ; 68,7% женщин МиС типа имели микро-

корпуленцию (МиК) – слабое развитие ЖМ, в то время как представительницы MaC типа 100% – макрокорпуленцию (МаК), т. е. повышенное развитие.

При изучении мышечного компонента у женщин различных соматических типов выявлены следующие особенности: у MeC типа: 29% – слабое развитие (микромышечный тип), 22,4% – повышенное (макромышечный тип) и 48,6% – среднее (мезомышечный тип). У представительниц MaC типа: 49% – мезомышечный тип (МеМ), 45,2% – макромышечный тип (МаМ), 5,8% – микромышечный тип (МиМ). Все женщины МиС типа обладают микромышечным типом – наименьшим показателем мышечной массы тела.

Исследование костного компонента показало следующие результаты: 90,6% микросоматиков имеют слабое развитие костной массы – микроостный тип (МиО), 9,4% среднее развитие – мезоостный (МеО); 18,4% мезосоматиков – микроостный тип, слабое развитие, 27,6% – макроостный, повышенное, 54% – мезоостный (МеО), среднее развитие; 85,2% макросоматиков обладают макроостным типом (МаО) – повышенным развитием костного компонента, 14,8% – мезоостным типом (МеО), средним.

Приведенная характеристика выраженности компонентного уровня развития послужила основой подбора фитнес-программ для совершенствования физического состояния женщин.

В ходе эксперимента женщины были разделены на две группы: экспериментальную и контрольную, каждая из которых – на три подгруппы по соматотипам.

Анализируя полученные данные исследования физического развития женщин из контрольной и экспериментальной групп, выявлены достоверные различия по абсолютным показателям, а также по темпам прироста (табл. 2).

Максимальное снижение веса тела наблюдалось в ЭГ у представительниц MaC типа – на 7,3% (4,3 кг)

Таблица 1

Показатели габаритного и компонентного уровня варьирования женщин 35-45 лет различного соматотипа в конце эксперимента (M±m)

Показатели	МиС		МеС		МаС	
	КГ <sub>1</sub> (n=16)	ЭГ <sub>1</sub> (n=16)	КГ <sub>2</sub> (n=36)	ЭГ <sub>2</sub> (n=40)	КГ <sub>3</sub> (n=16)	ЭГ <sub>3</sub> (n=18)
Вес тела (кг)	53,8 ±0,7	54,5 ±0,4	64,7 ±0,6	62,5 ±0,2	73,3 ±0,6	70,3 ±0,6
P	> 0,05		<0,01		<0,001	
Жировой компонент (y. e.)	0,394 ±0,06	0,388 ±0,05	0,518 ±0,01	0,491 ±0,07	0,563 ±0,01	0,546 ±0,04
P	> 0,05		<0,05		<0,001	
Мышечный компонент (y. e.)	0,380 ±0,05	0,395 ±0,03	0,513 ±0,09	0,543 ±0,07	0,559 ±0,07	0,568 ±0,04
P	<0,05		<0,05		> 0,05	
Костный компонент (y. e.)	0,390 ±0,03	0,392 ±0,02	0,502 ±0,01	0,522 ±0,01	0,602 ±0,05	0,601 ±0,01
P	> 0,05		> 0,05		> 0,05	



Таблица 2

**Показатели физического развития и функционального состояния женщин 35-45 лет в конце эксперимента (M±m)**

Показатели	МиС		МеС		МаС	
	КГ <sub>1</sub> (n=16)	ЭГ <sub>1</sub> (n=16)	КГ <sub>2</sub> (n=36)	ЭГ <sub>2</sub> (n=40)	КГ <sub>3</sub> (n=16)	ЭГ <sub>3</sub> (n=18)
Индекс Кетле (у. е)	0,336 ±0,05	0,342 ±0,04	0,392 ±0,04	0,379 ±0,01	0,431 ±0,04	0,414 ±0,05
P	> 0,05		<0,01		<0,001	
Динамометрия (кг)	23,6 ±0,2	24,1 ±0,2	27,5 ±0,4	28,9 ±0,3	29,9 ±0,6	32,6 ±0,3
P	<0,05		<0,05		<0,001	
Силовой индекс (кг)	44,1 ±0,9	44,7 ±0,5	42,6 ±0,7	46,3 ±0,6	40,9 ±0,5	46,4 ±0,5
P	> 0,05		<0,01		<0,001	
ЖЕЛ (мл)	2881,2 ±54,6	2937,5 ±48,3	3037,7 ±33,8	3167 ±14,4	3087,5 ±24,8	3166 ±11,1
P	> 0,05		<0,01		<0,01	
Проба Штанге (с)	38,7 ±0,7	39,5 ±0,9	42,5 ±1,0	45,8 ±0,7	39,3 ±0,8	43,2 ±0,6
P	> 0,05		<0,05		<0,01	
Проба Генчи (с)	24,0 ±0,4	24,5 ±0,5	24,5 ±0,5	26,5 ±0,5	24,1 ±0,3	25,1 ±0,1
P	> 0,05		<0,05		<0,001	
Ортопроба (уд/мин)	17,5 ±0,3	15,8 ±0,3	18,3 ±0,6	15,9 ±0,4	17,7 ±0,2	16,5 ±0,5
P	<0,05		<0,05		> 0,05	
Проба Руффье (б)	11,6 ±0,4	10,0 ±0,2	10,5 ±0,1	9,6 ±0,1	10,5 ±0,1	9,8 ±0,1
P	<0,05		<0,01		<0,001	
ЧСС в покое, уд/мин	84,2 ±1,8	79,7 ±0,9	85,1 ±1,2	82,1 ±0,5	88,2 ±2,5	81,5 ±0,8
P	<0,05		<0,05		<0,001	
САД, мм рт. ст.	118,4 ±1,3	122,3 ±0,8	141,4 ±1,0	138,2 ±0,7	140,7 ±1,1	134,7 ±0,6
P	> 0,05		<0,05		<0,001	
ДАД, мм рт. ст.	78,6 ±1,1	80,1 ±0,9	88,9 ±1,2	86,8 ±0,5	91,2 ±2,1	86,1 ±0,6
P	> 0,05		> 0,05		<0,001	
PWC отн. (кг <sub>х</sub> м/мин/кг)	14,0 ±0,3	14,5 ±0,2	13,1 ±0,2	15,2 ±0,1	13,5 ±0,3	15,2 ±0,4
P	> 0,05		<0,051		<0,001	
МПК отн. (мл/мин/кг)	38,3 ±0,5	39,1 ±0,4	38,6 ±0,3	40,3 ±0,3	39,2 ±0,3	41,0 ±0,3
P	> 0,05		<0,01		<0,001	

и МеС – на 3,7% (3,6 кг). У женщин МиС типа не произошли достоверные изменения, что связано с их изначально низкими показателями. Организация занятий оздоровительной направленности с учетом выраженности компонентного уровня варьирования в экспериментальной группе позволила получить достоверные различия в снижении жирового компонента у женщин МаС типа на 6,4%, МеС – на 4,1%. Максимальный прирост мышечной массы тела у представительниц МиС составил 8,4%, МеС – 5,9%. Исследование костного компонента не выявило достоверных различий между данными контрольной и экспериментальной групп.

Вследствие снижения веса тела достоверно (P<0,001) уменьшились значения индекса Кетле у МаС и МеС на 4,9% и 4% соответственно. Темпы прироста кистевой динамометрии женщин МиС типа составили 6%, МеС – 6,5%, а максимальные изменения определены у представительниц МаС типа – 7,8%. В связи с потерей веса тела и увеличением силы кисти ведущей руки показатели силового индекса в экспериментальной группе достоверно (P<0,001) возросли у представительниц МеС типа на 10%, МаС – на 12,4% и приблизились к границам нормы (45-50 о. е.). В КГ достоверные различия (P<0,05) наблюдались у женщин

MeC и MaC типов. Темпы прироста составили 4,7% и 5,7% соответственно.

В ходе педагогического эксперимента значительно улучшились физиометрические показатели женщин из экспериментальной группы (табл. 2).

При оценке уровня жизненной емкости легких (ЖЕЛ) в экспериментальной группе наиболее выраженные изменения выявлены у мезосоматиков и составили 1,3%, у макросоматиков 2,3%.

Значительный объем дыхательных упражнений, а также физические упражнения с постановкой дыхания позволили женщинам из ЭГ повысить функциональные возможности дыхательной системы. Это подтверждается данными исследования, проведенного с помощью проб Штанге и Генчи.

Наибольшие приросты данных показателей у женщин MaC типа составили 7% – проба Штанге, 9,1% – проба Генчи, у представительниц MeC по 5% соответственно.

Позитивные сдвиги произошли и в деятельности сердечно-сосудистой системы. У представительниц различных соматотипов ЧСС в покое снизилась от 4,5% до 8,8%, что говорит об увеличении сократительной способности миокарда и, как следствие, о возрастании минутного объема крови. Наиболее выраженное снижение ЧСС отмечено у лиц MaC типа на 8,9 уд/мин, МиС и MeC типов – на 4,5 уд/мин соответственно. У женщин КГ не выявлено достоверных различий.

Необходимо отметить стабилизацию артериального давления, которая характеризуется увеличением на 5,5% систолического артериального давления у женщин МиС типа, склонных к гипотензии. У женщин MaC типа, склонных к гипертензии, наблюдается снижение систолического артериального давления на 9,8%, что свидетельствует о благоприятной адаптации ССС к регулярным занятиям оздоровительной направленности.

Регуляторная функция вегетативной нервной системы оценивалась на основе применения ортостатической пробы. При первичном исследовании разница ЧСС составила у женщин от 20 до 17 уд/мин. При повторной диагностике разница ЧСС снизилась при смене ортположения на 3-4 уд/мин в ЭГ и на 1-2 уд/мин в КГ. Наилучшие показатели были получены в конце эксперимента у женщин МиС типа – 15,8 уд/мин, MeC – 15,9 уд/мин, что свидетельствует о более высокой вегетативной адаптации к физической нагрузке.

Результаты пробы Руффье также подтверждают эффективность разработанных методик. У представительниц МиС типа экспериментальной группы достоверное ( $P < 0,001$ ) превосходство составило 17,7%, у женщин MaC и MeC типов – 12,9% и 9,9% соответственно. Очевидно, разница в темпах прироста указанных показателей является результатом целенаправленных физических нагрузок.

Физическая работоспособность (ФР), характеризующая реакцию сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку, в ЭГ увеличилась достоверно ( $P < 0,05$ –

0,001) больше, чем в КГ. Темпы прироста в ЭГ у женщин МиС типа составили 7,1%, MeC – 16,8%, MaC – 13,5%.

Для интегральной оценки резервных возможностей организма определялось значение максимального потребления кислорода (МПК) по показателям теста  $PWC_{170}$ . В ЭГ выявлены процентные изменения в относительных величинах у женщин различных соматотипов. Наибольшие достоверные изменения МПК получены у представительниц МиС типа – 3,2%, MeC – 6,9%, MaC – 4,8%, что свидетельствует о среднем уровне аэробных возможностей. В КГ достоверные различия обнаружены только у женщин MeC типа – 4,9%.

**Выводы.** В результате проведенного исследования установлены три основных типа телосложения: микросомный (МиС), мезосомный (MeC) и макросомный (MaC), приведена характеристика выраженности компонентного уровня развития, которая послужила основой подбора фитнес-программ для совершенствования морфофункционального состояния женщин второго периода зрелого возраста. Учет различного соматотипа позволил разработать экспериментальную методику физкультурно-оздоровительных занятий, эффективность которой подтверждается повышением показателей функциональной подготовленности женщин из экспериментальной группы.

### ЛИТЕРАТУРА:

1. Антипенкова, И. В. Направленность оздоровительной тренировки и адаптивной физической культуры женщин фертильного возраста: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 2004. – 20 с.
2. Буркова, О. В. Влияние системы Пилатеса на развитие физических качеств, коррекцию телосложения и психоэмоциональное состояние женщин среднего возраста: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 2008. – 24 с.
3. Давыдов, В. Ю. Морфофункциональный статус и церебральная гемодинамика женщин, занимающихся оздоровительной аэробикой, различных конституциональных типов в клинко- и ортостазе // Теория и практика физической культуры. – 2005. – № 1. – С. 47–51.
4. Дорохов, Р. Н., Губа, В. П. Спортивная морфология: учебное пособие для высших и средних специальных учебных заведений физической культуры. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 236 с.
5. Савин, С. В. Педагогическое проектирование занятий фитнесом с женщинами зрелого возраста: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 2008. – 24 с.
6. Сапожникова, О. В. Оздоровительная технология применения физических упражнений с отягощениями для женщин второго зрелого возраста // Теория и практика физической культуры. – 2011. – № 9. – С. 55–59.
7. Федякин, А. А. Занятия физической культурой как фактор сохранения и укрепления здоровья женщин / А. А. Федякин, Ж. Г. Кортова: материалы научно-практической конференции с международным участием «Актуальные вопросы валеологии». – Воронеж: ВГТА, 2000. – С. 156–159.

## MORPHOFUNCTIONAL STATUS OF WOMEN OF DIFFERENT SOMATOTYPES AGED 35-45 ENGAGED IN FITNESS

N. Romanenko, Senior lecturer,  
Kuban State University of Physical Education, Sport and Tourism, Krasnodar.  
Contact information: 350015, Krasnodar city, Budyennogo str., 161.

Means of physical and improving activities for women belonging to the second period of mature age on the basis of fitness system are exposed in the article. The account of somatotype of development allows determining adequate fitness programs in accordance with age peculiarities of

women aged 35-45 with the aim of improvement their morphofunctional status.

**Key words:** women aged 35-45, fitness programs, somatotype, morphofunctional status.

УДК 796.01:612

## ОСОБЕННОСТИ ПОСТУРАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СТРЕЛКОВ ПО ДВИЖУЩЕЙСЯ МИШЕНИ С ПОЗИЦИЙ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ АСИММЕТРИИ

Аспирантка В. А. Уварова,  
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар.  
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

В статье представлены результаты исследования особенностей поддержания вертикальной позы у 13 элитных стрелков из пневматической винтовки по «движущейся мишени». Для профиля асимметрии всех исследуемых было характерно доминирование правой ноги и правого глаза. Проведены тесты на двухплатформенном стабилметрическом анализаторе «Стабилан 01» (ОКБ «Ритм», г. Таганрог) с ограничением функционирования отдельных сенсорных входов постуральной системы (зрения) и разной степенью сложности выполняемых заданий по поддержанию позы, моделирую-



щих различное количество получаемой сенсорной информации. Оценка устойчивости вертикальной позы сделана на основании данных статокинезиограммы, с помощью интегрального показателя «качество функции равновесия». Выявлены функциональные асимметрии, особенности поддержания вертикальной позы и распределения функций ног у стрелков.

**Ключевые слова:** физиология спорта, функциональная асимметрия, колебания тела, вертикальная устойчивость, компьютерная стабилография, спортивная стрельба, движущаяся мишень.

**Введение.** Неотъемлемым компонентом спортивной техники является статическая устойчивость в вертикальной позе. Явные признаки асимметрии вертикальных поз у спортсменов подтверждают возможность взаимосвязи эффективности спортивных поз с профилем латеральной организации мозга человека, отдельными признаками моторной и сенсорной асимметрии [1, 5, 7]. Следует отметить, что исследования роли функциональных асимметрий в формировании физиологических механизмов позного контроля в стрельбе по «движущейся мишени» практически отсутствуют [6].

**Целью исследования** явилась стабิโลграфическая оценка устойчивости вертикальной позы высококвалифицированных спортсменов-стрелков. Произведен анализ функциональных асимметрий, которые возникают в связи со спецификой позы и тренировочных нагрузок, с большей опорой на одну ногу, поворотами головы, рук, туловища, слежением за перемещающейся целью и качеством которых в значительной степени определяется закономерностями регуляторных механизмов моторной асимметрии. Исследовались физиологические механизмы вертикальной устойчивости, особенности распределения функций ног, взаиморасположение частей тела, определяемые закономерностями регуляторной асимметрии.

**Материал и методы исследования.** Было обследовано 13 элитных стрелков из пневматической винтовки по «движущейся мишени» (квалификация от мастера спорта до заслуженного мастера спорта) во время проведения чемпионата России по стрельбе (г. Краснодар). Для профиля асимметрии всех исследуемых было характерно функциональное доминирование правой ноги и правого глаза. Исследование выполнено с помощью двухплатформенного стабิโลметрического анализатора «Стабилан 1» (ОКБ «Ритм», г. Таганрог). По данным статокинезиограммы (СКГ) судили о колебаниях центра давления (ЦД) массы тела человека. Работа проводилась в билатеральном режиме, т. е. данные регистрировались отдельно для правой (СКГ-2) и левой стопы (СКГ-1), а также СКГ ЦД всего тела (СКГ-3). Для анализа статокинезиограммы автором выбран интегральный показатель адаптации человека к гравитационному окружению на основе анализа векторов линейной скорости статокинезиограммы – «качество функции равновесия» (КФР), который наилучшим образом отражает устойчивость позы. Этот показатель ввёл д. м. н., профессор В. И. Усачев на основе анализа векторов скоростей и ускорений в точках дискретизации движения ЦД, оказываемого человеком на плоскость опоры. КФР оценивает, насколько минимальна скорость ЦД. Он рассчитывается в виде процентного отношения площади, ограниченной функцией распределения длин векторов скоростей, и некоторой константы, равной площади прямоугольника, ограниченного осями координат, горизонтальной асимптотой функции кривой распределения длин скоростей и вертикальной границей. Величина площади одного коль-

ца и площадь прямоугольника определены на основе экспериментальных исследований различных групп людей. КФР глубоко характеризует процессы, в результате которых осуществляется функция прямостояния и измеряется в процентах: чем больше его значение, тем выше устойчивость в процессе поддержания вертикальной позы.

Исследования проводились по трем группам билатеральных тестов: тест Ромберга с открытыми и закрытыми глазами, «Мишень», «модельный тест». Для сравнения полученных результатов те же тесты (кроме модельного) были проведены в лаборатории кафедры физиологии КГУФКСТ в контрольной группе, состоящей из 12 студентов КГУФКСТ мужского пола с правым латеральным фенотипом (по схеме: «рука – нога – глаз – ухо»), не специализирующихся в определенном виде спорта.

Компьютерная статистическая обработка заключалась в сравнении данных по критерию Вилкоксона для связанных и несвязанных выборок и непараметрическом корреляционном анализе по Спирмену [7].

Результаты исследования и их обсуждение:

Проявляясь при выполнении не только основных элементов движений, но и в менее заметных, но важных деталях, асимметрия мышечных связей мышц-антагонистов правой и левой стороны тела при динамическом рассмотрении существенно дополняет понятие профиля функциональной асимметрии. В этом случае двигательная асимметрия отдельных систем – рук, ног и туловища – оказывается связанной в единую динамическую систему, особенности которой определяют индивидуальный характер спортивной техники [2]. Индивидуальная поза стрелка имеет свои специфические особенности. Усредняя индивидуальные особенности каждого стрелка в «модельном тесте» мы исследовали модельную стрелковую стойку. Её можно описать следующим образом: ноги выпрямлены и удерживаются за счет костно-связочного аппарата суставов и определенного тонуса мышц, отстоят друг от друга на расстоянии около 20 см, голова расположена прямо, без наклона, щека лежит на гребне приклада так, чтобы глаз находился от прицела на расстоянии 7-15 см [3]. Левая рука согнута в локтевом суставе и образует тупой угол. Локоть отведен от туловища вперед влево. Правая рука находится по отношению к туловищу под углом 40-100°, а угол в локтевом суставе составляет 80-100°.

Для выявления индивидуальных особенностей поддержания вертикальной позы стрелков автором проведено несколько этапов стабิโลграфических тестов с ограничением функционирования отдельных сенсорных входов постуральной системы (зрения) и разной степенью сложности выполняемых заданий по поддержанию позы, моделирующих различное количество получаемой сенсорной информации.

На первом этапе исследования проведен билатеральный тест Ромберга, в ходе которого исследуемый в течение 20 с должен был стоять и одновременно считать количество цветных кругов, появляющихся на

экране монитора, затем закрыть глаза и 20 с считать число звуковых сигналов.

Выявлено, что у стрелков при поддержании стандартной вертикальной позы с открытыми глазами значения показателя КФР больше по сравнению с нетренированными юношами: для правой и левой ноги на 7 и 8% соответственно, а СКГ центра давления тела – на 10% (табл. 1).

При работе в условиях достаточного количества внешней информации КФР стрелков выше, чем у обычных здоровых людей, как для всего тела, так и для каждой ноги в отдельности. Учитывая описанные выше данные, можно сделать вывод, что включение зрительного анализатора делает работу по поддержанию «непроизвольной» позы стрелка более успешной по сравнению с нетренированными юношами.

Таблица 1  
**Показатель «качество функции равновесия» в билатеральном тесте Ромберга у стрелков и контрольной группы (M+m)**

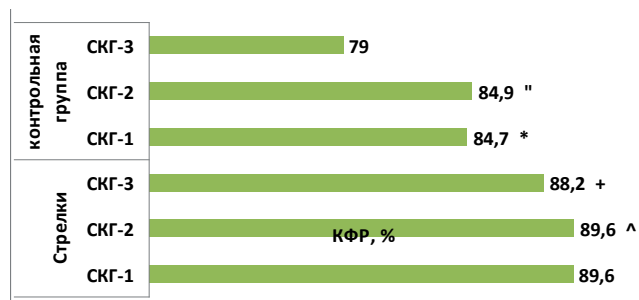
Открытые глаза			Закрытые глаза		
СКГ-1	СКГ-2	СКГ-3	СКГ-1	СКГ-2	СКГ-3
Стрелки					
<b>94,5±1,0</b>	<b>95,0±0,5</b>	<b>94,5±0,6</b>	82,9±2,5	82,2±2,6	82,2±2,3
Контрольная группа					
86,5±1,9	88,2±1,8*	85,3±1,7	77,8±4,0	81,0±2,5	77,4±3,1

Примечание: \* – достоверность различий между СКГ-2 и СКГ-3 ( $p<0,05$ ), жирным шрифтом выделены достоверные по Вилкоксону отличия между показателями СКГ у стрелков и контрольной группы ( $p<0,05$ ).

В то же время при недостатке зрительной информации показатели устойчивости стрелков значимо не отличаются от результатов контрольной группы. Зрение не является главным источником информации, об этом свидетельствует отсутствие значимого снижения показателя КФР у стрелков при закрывании глаз, что определяется высокой степенью функционирования других систем организма, участвующих в поддержании равновесия – проприоцептивной и вестибулярной сенсорных систем. Кроме того, отсутствие значимых изменений в параметрах поддержания вертикальной позы свидетельствует о надежности центральных механизмов постурального контроля при депривации зрения.

На втором этапе в тесте «Мишень» проанализированы особенности произвольной регуляции позы устойчивости стрелков в сравнении с нетренированными юношами. Во время проведения пробы испытуемый использовал зрительную биологическую обратную связь (прослеживая перемещение маркера, отражающего координаты тела на экране монитора) и пытался минимизировать колебания тела. При этом возможна аналогия с картиной, видимой стрелком в оптическом прицеле оружия при слежении за перемещением мишени.

Показано, что внутри группы стрелков отсутствуют значимые отличия КФР правой и левой ноги от КФР всего тела. В контрольной группе показатель СКГ ЦД тела был на 7% меньше показателей КФР левой и правой ноги в отдельности (рис. 1).



Примечание:

\* – различия между СКГ-1 и СКГ-3 в контрольной группе ( $p<0,05$ );

" – различия между СКГ-2 и СКГ-3 в контрольной группе ( $p<0,05$ );

+ – различия между стрелками и контрольной группой для СКГ-3 ( $p<0,05$ );

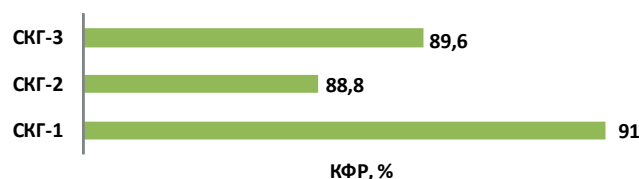
^ – различия между стрелками и контрольной группой для СКГ-2 ( $p<0,05$ ).

**Рис. 1. Средние величины показателя «качество функции равновесия» у стрелков и в контрольной группе в тесте «Мишень»**

КФР стрелков превышает КФР контрольной группы по СКГ ЦД тела и правой ноги на 10 и 6% соответственно, подтверждая большую устойчивость тела стрелка в вертикальной стойке с визуальной обратной связью при произвольном контроле позы по сравнению с юношами, не занимающимися определенным видом спорта.

На третьем этапе исследования проанализирована устойчивость тела стрелка с помощью «модельного теста», который заключался в выявлении особенностей поддержания стрелковой позы. В течение 10 с у каждого стрелка регистрировались данные колебаний тела во время удержания оружия в цели (рис. 2).

Для стрелков характерна высокая эффективность реализации механизмов поддержания позы во время прицеливания на фоне асимметричности стрелковой стойки, в которой основная опора приходится на левую ногу стрелка. Ей, видимо, отводится опорная функция в поддержании равновесия системы «стрелок – оружие».

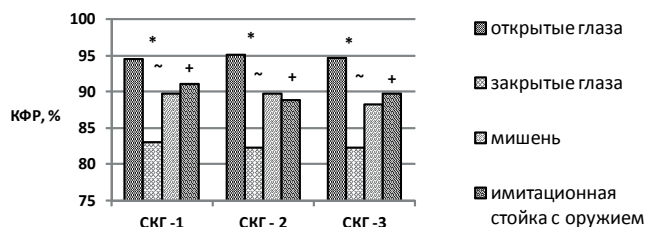


**Рис. 2. Показатель «качество функции равновесия» у стрелков в модельном тесте**

Необходимо отметить высокий уровень симметрии уровня устойчивости нижних конечностей, сформиро-

ванный в процессе многолетних тренировок в данном виде стрельбы, так как анализ СКГ с помощью связанного непараметрического критерия Вилкоксона не выявил достоверных различий параметров КФР тела с КФР правой или левой стопы.

У стрелков для определения индивидуальной значимости тестовых ситуаций вычислялись межтестовые разности расчетных параметров для каждой ноги (рис. 3).



Примечание:

~ – достоверные различия показателей между тестом Ромберга с закрытыми глазами и тестом «Мишень» ( $p < 0,05$ );

\* – достоверные различия показателей между тестом Ромберга с открытыми и закрытыми глазами ( $p < 0,05$ );

+ – достоверные различия показателей между тестом Ромберга с закрытыми глазами и имитационным тестом ( $p < 0,05$ ).

**Рис. 3. Изменение показателя «качество функции равновесия» при тестировании стрелков в условиях разной визуальной модальности**

Анализ различий КФР между разными группами тестов, отличающимися визуальной модальностью, выявил следующие закономерности. Для левой ноги показатель КФР в тесте Ромберга при визуальной депривации в тесте Ромберга был на 12% меньше, чем в тесте Ромберга с визуальным контролем, на 7% меньше, чем при наличии визуальной обратной связи (тест «Мишень»), и на 9% меньше, чем в модельной стойке. В тесте Ромберга с открытыми глазами КФР был на 5% больше, чем в обычной стойке с визуальной обратной связью, и на 4% больше, чем в модельной стойке.

Для правой ноги показатель КФР с закрытыми глазами в тесте Ромберга был на 13% меньше, чем при тестировании с открытыми глазами, на 8% меньше, чем в тесте «Мишень», и на 7% меньше в сравнении с модельной стойкой. В тесте Ромберга с открытыми глазами КФР был на 6% больше, чем при тестировании с наличием визуальной обратной связи и на 7% больше, чем в модельном тесте.

Самый высокий показатель устойчивости для всего тела стрелка был зарегистрирован с открытыми глазами при произвольном контроле позы. Он оказался значимо больше (на 7%), чем в тесте «Мишень», и на 5% больше, чем в модельной стойке. Наименьшее значение показателя КФР ЦД тела было отмечено при депривации зрения. Спортсмены-стрелки с закрытыми глазами на 13, 7 и 8% хуже поддерживали равновесие по сравнению с позой при сохранном зрительном кон-

троле, наличием произвольного контроля за счет биологической обратной связи и в модельной стойке, имитирующей прицеливание.

При обычном положении тела с открытыми глазами (тест Ромберга) отмечены достоверные ( $p < 0,05$ ) корреляции между показателем КФР для ЦД тела и каждой ноги в отдельности (табл. 2).

Таблица 2

**Коэффициенты корреляции показателя «качество функции равновесия» у спортсменов-стрелков при различных вариантах тестирования**

Показатель \ Тест	Тест Ромберга		Тест «Мишень»	Модельный тест
	открытые глаза	закрытые глаза		
СКГ1 – СКГ2	-	0,73	-	0,55
СКГ1 – СКГ3	0,83	0,94	0,69	0,73
СКГ2 – СКГ3	0,55	0,85	0,61	0,85

Примечание:

в таблице представлены только достоверные значения коэффициентов корреляции ( $p < 0,05$ );

СКГ1 – СКГ2 – корреляция между показателем КФР левой и правой ноги;

СКГ1 – СКГ3 – корреляция между показателем КФР левой ноги и ЦД тела;

СКГ2 – СКГ3 – корреляция между показателем КФР правой ноги и ЦД тела.

Таблица 3

**Коэффициенты корреляции показателя «качество функции равновесия» в контрольной группе при различных вариантах тестирования**

Показатель \ Тест	Тест Ромберга		Тест «Мишень»
	открытые глаза	закрытые глаза	
СКГ1 – СКГ2	-	0,54	-
СКГ1 – СКГ3	0,73	0,94	-
СКГ2 – СКГ3	0,81	0,70	-

Примечание:

в таблице представлены только достоверные значения коэффициентов корреляции ( $p < 0,05$ );

СКГ1 – СКГ2 – корреляция между показателем КФР левой и правой ноги;

СКГ1 – СКГ3 – корреляция между показателем КФР левой ноги и ЦД тела;

СКГ2 – СКГ3 – корреляция между показателем КФР правой ноги и ЦД тела.

В тесте Ромберга выявлены более тесные взаимосвязи КФР ЦД тела с левой ногой, что указывает на её особо значимую роль в поддержании устойчивости

тела, а следовательно, на более значимое участие правого полушария в регуляции стандартной вертикальной позы. При закрывании глаз увеличивается теснота взаимосвязей КФР обеих ног и ЦД тела. КК для левой ноги достигает 0,94. Кроме того, проявляется сильная положительная корреляция КФР для правой и левой ноги между собой. Указанные закономерности присущи как элитным стрелкам, так и нетренированным исследуемым, составляющим контрольную группу (табл. 3), что свидетельствует об идентичности физиологических механизмов произвольной регуляции позы при обычном положении тела с открытыми и с закрытыми глазами.

Напротив, при произвольной регуляции вертикальной позы (тест «Мишень») у стрелков обнаружена средняя корреляционная зависимость между КФР правой и левой ноги с ЦД тела, тогда как в контрольной группе корреляционные связи отсутствовали. Этот факт указывает на существенные различия в корковых механизмах произвольной регуляции поддержания равновесия у стрелков и нетренированных юношей.

У стрелков при выполнении «модельного теста» уровень всех корреляций возрастает. Так, становится максимальным КК для КФР правой ноги и ЦД тела (0,85), сохраняется сильная взаимосвязь для КФР левой ноги и ЦД тела (0,73), а также проявляется средний уровень корреляции КФР правой и левой ноги между собой (0,55). Видимо, реализация физиологических механизмов центральной регуляции, обеспечивающих поддержание автоматизированного двигательного навыка – вертикальной модельной позы стрелка, максимально приближенной к реальным условиям «изготовки», предполагает у элитных стрелков существенную мобилизацию внутри- и межполушарных связей.

### Заключение

Применительно к задачам поддержания равновесия в позе «изготовки» целесообразно использовать термин «позная схема тела квалифицированного спортсмена-стрелка», предложенный Ю. С. Левиком (2008), на основании которой осуществляется управление модельной позой. При этом представление о теле строится «на языке пространственных координат, а не отдельных мышц» и, несомненно, с учетом индивидуального профиля асимметрии. Задача поддержания вертикальной позы требует использования системы координат, формируемой в ЦНС в течение многолетних тренировок на основании кинестетических входов, с участием механизмов «схемы тела» и алгоритмов обработки афферентной информации о взаимодействии с опорой.

Основываясь на высоком уровне КФР, можно сделать вывод, что вертикальная поза высококвалифицированного спортсмена-стрелка обладает более высокой эффективностью реализации механизмов поддержания равновесия и является особенностью стрелков, наравне с отличием в корковых механизмах регуляции поддержания позы, по сравнению с нетренированными юношами.

Полученные данные могут стать основой принципиально новых подходов к научному обоснованию спортивного отбора, так как стабилметрия напрямую отражает не только умение спортсмена сохранять статическое положение (позу) в данный момент, но и выявляет объективную картину готовности стрелка к соревнованиям. Это позволит тренерам более точно прогнозировать результаты спортсменов и избегать ошибок при формировании стартового состава команды на крупнейшие мировые турниры.

### ЛИТЕРАТУРА:

1. Бердичевская, Е. М. Функциональная асимметрия и спорт / Е. М. Бердичевская, А. С. Гронская // Руководство по функциональной межполушарной асимметрии: научное издание. Коллектив авторов. – М.: Научный мир, 2009. – С. 647-691.
2. Иванова, Г. П. О роли двигательной асимметрии нижних конечностей в динамике спортивных достижений / Г. П. Иванова, Д. В. Спиридонов, Э. Н. Саутина // Теория и практика физической культуры: научно-методический журнал. – 2003. – № 1. – С. 62-63
3. Иткис, М. А. Специальная подготовка стрелка-спортсмена / М. А. Иткис. – М.: ДОСААФ, 1982. – 128 с.
3. Левик, Ю. С. Стабилография в исследованиях управления позой / Ю. С. Левик // Известия ЮФУ. Технические науки. Тематический выпуск. «Медицинские информационные системы». – Таганрог: Изд-во ТТИ ЮФУ, 2008. – №6(83). – С. 108-112.
4. Мистулова, Т. Е. Методика стабилграфии в научно-методическом обеспечении подготовки сборных команд Украины / Т. Е. Мистулова // Теория и практика физической культуры: научно-методический журнал. – 2006. – № 2. – С. 22-30.
5. Напалков, Д. Ю. Аппаратные методы диагностики и коррекции функционального состояния стрелка: методические рекомендации / Д. А. Напалков, П. О. Ратманова, М. Б. Коликов. – М.: МАКС Пресс, 2009. – 212 с.
6. Применение методов статистического анализа для изучения общественного здоровья и здравоохранения: учебное пособие для практических занятий / под ред. В. З. Кучеренко. – 4-е изд., перераб. и доп. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011. – 256 с.
7. Шестаков, М. П. Использование стабилметрии в спорте / М. П. Шестаков. – М.: ТВТ «Дивизион», 2007. – 112 с.

## POSTURAL BALANCE FEATURES OF HIGHLY QUALIFIED SHOOTERS AT MOVING TARGET FROM POSITIONS OF FUNCTIONAL ASYMMETRY

V. Uvarova, post-graduate student,

Kuban State University of Physical Education, Sport and Tourism, Krasnodar.

Contact information: 350015, Krasnodar city, Budyennogo str., 161.

Investigation results of features of maintenance of a vertical pose by 13 highly qualified air-rifle shooters at a moving target are presented in the article. The profile asymmetry of examinees was the dominance of right leg and right eye. Tests are performed on a two-platform stabiloanalyzer "Stabilan 01" (ECB "Rhythm", Taganrog city) providing restriction of functioning of postural system separate sensitive inputs (for ex. sight) and providing different degree complexity tasks on maintenance of vertical pose, and modeling different quantity of received

sensitive information. Assessment of vertical pose stability is made on the basis of static kinesiogram (SKG), with an integral indicator "quality of equilibrium function". Functional asymmetry, features of maintenance of vertical pose and distribution functions of shooters' legs are revealed.

**Key words:** sports physiology, functional asymmetry, body fluctuations, vertical stability, computer stabilography, sport shooting, moving target.



## КОНЦЕПЦИЯ ПРИВЛЕЧЕНИЯ ВОЛОНТЕРОВ ДЛЯ ОБСЛУЖИВАНИЯ ОЛИМПИЙСКИХ И ПАРАЛИМПИЙСКИХ ИГР ПО НАПРАВЛЕНИЮ «СЕРВИС»

Преподаватель М. В. Коренева,  
кандидат педагогических наук, доцент Д. А. Кружков,  
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар.  
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

В статье приводятся результаты анализа возможности привлечения различных возрастных групп нашей страны к участию в волонтерской деятельности для обслуживания XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года по направлению «Сервис» на базе Волонтерского центра «Сочи-2014» при Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма.

**Ключевые слова:** студенты, волонтеры, профессиональное образование, Олимпийские зимние игры, Паралимпийские зимние игры, школа волонтеров.

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма (КГУФКСТ) по оценкам руководства Министерства спорта, туризма и молодежной политики является одним из ведущих вузов физической культуры Российской Федерации. Это мнение базируется на оценке результатов многолетних достижений коллектива университета по многим направлениям его профессиональной деятельности, включая подготовку высококвалифицированных специалистов, научно-исследовательскую, спортивную и воспитательную работу. При этом по организации волонтерской деятельности вуз является признанным лидером среди 14 вузов физической культуры Российской Федерации, что неоднократно отмечалось руководством Министерства.

Необходимо отметить, что серьезная научно-методическая работа, которая ведется по различным проблемам волонтерского движения, базируется на многолетнем опыте организации различных добровольческих акций.

В качестве примера можно привести участие наших студентов и преподавателей:



– в торжественной церемонии открытия Игр XXII Олимпиады 1980 года в г. Москве;

– обслуживании I Игр доброй воли в г. Москве в 1986 году, III Игр доброй воли в г. Санкт-Петербурге в 1994 году;

– волонтерском сопровождении I Всемирных юношеских игр в г. Москве в 1998 году;

– обслуживании Международных спортивных юношеских игр стран СНГ, Балтии и регионов России в г. Москве в 2002 году;

– направлении волонтеров на международные соревнования по более чем 20 видам спорта.

Вместе с тем волонтерская деятельность студентов КГУФКСТ на протяжении всех лет его существования не ограничивалась только

участием в обслуживании различных спортивных мероприятий. Руководство вуза всегда придавало большое значение и социально важным волонтерским проектам, к которым можно отнести:

– ежегодную организацию силами студентов университета физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с детьми, подростками и молодежью на спортивных площадках по месту жительства в летний каникулярный период;

– работу студентов по организации анимационных мероприятий, а также мероприятий по безопасности жизнедеятельности отдыхающих на Азово-Черноморском побережье Краснодарского края;

– оказание помощи воспитанникам дошкольных образовательных учреждений, учащимся общеобразовательных школ в организации секционных занятий по различным видам спорта;

– шефскую помощь воспитанникам домов ребенка, детских домов, а также ветеранам Великой Отечественной войны, труда и спорта.

Накопленный опыт и понимание необходимости

развития волонтерского движения как особого направления добровольческого служения обществу являлись основой для проведения серьезной научно-исследовательской работы по данной тематике. Ее результатом явилось получение вузом еще в 2006 году гранта Российского гуманитарного научного фонда на разработку проекта «Социально-педагогические аспекты формирования системы подготовки волонтеров для предстоящих XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи».

После сессии Международного олимпийского комитета в Гватемале единственной законодательно закрепленной структурой, отвечающей за организацию и проведение XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи, стал Оргкомитет «Сочи-2014», начавший активную деятельность по разработке методического сопровождения и ставший заказчиком подготовки и базового обучения волонтерского корпуса. Со специалистами Оргкомитета были согласованы многие вопросы содержания и организации подготовки волонтеров и других образовательных программ, которые разрабатываются и реализуются в вузе.

В 2010 году был объявлен конкурс на право открытия в образовательных учреждениях волонтерских центров. Всего три вуза, подведомственных Министерству спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, подали заявки на участие, и только один – Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма – принял в нем участие в составе 60 образовательных учреждений, направивших в АНО «Оргкомитет «Сочи-2014» 127 заявок по 11 лотам. КГУФКСТ стал одним из 4 победителей среди 22 вузов, подавших заявки по лоту «Сервис – Обслуживание мероприятий».

Для продвижения идей добровольчества 14 мая 2011 года в вузе был открыт волонтерский центр, основная работа которого сосредоточена на трех направлениях: спортивном, социальном и олимпийском, за каждое из которых отвечают квалифицированные специалисты.

В рамках подготовки волонтеров решается важнейшая задача – формирование у студентов необходимой структуры мотивационно-потребностной сферы к реализации волонтерских функций, основные подходы к решению которой заключаются в следующем:

1. Включение работы в качестве волонтеров в содержание профессиональной, в том числе и преддипломной практики студентов.

2. Представление работы в качестве волонтеров как фактора повышения конкурентоспособности на рынке труда студентов, получающих социальномические профессии.

3. Проведение внутривузовских конкурсов среди претендентов на участие в группах волонтеров, поощрение студентов, показавших подготовленность к добровольческим инициативам в качестве волонтеров в межвузовских конкурсах, использование в качестве

мотивирующего фактора материалов о роли волонтеров в олимпийском движении.

4. Мотивирование студентов возможностью приобретения нового и уникального опыта, участия в событиях XXII Олимпийских зимних игр, XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи.

Основа эффективной работы центра заключается в научно-методическом подходе к организации его деятельности. С апреля 2008 года успешно реализуется проект «Школа волонтера». За четыре года подготовку в «Школе волонтера» прошли 529 студентов, освоивших основные способы организации добровольческой работы и получивших личную книжку волонтера.

В соответствии с распределением регионов по профилям подготовки, в Волонтерский центр ФГБОУ ВПО «КГУФКСТ» будут поступать заявки из 16 территорий двух Федеральных округов: четырех из Южного (Краснодарский край, Астраханская и Волгоградская области, Республика Калмыкия) и двенадцати из Сибирского (Алтайский, Забайкальский, Красноярский края, Иркутская, Кемеровская, Новосибирская, Омская, Томская области, Республики Бурятия, Алтай, Тыва, Хакасия).

В целях проведения более качественного и углубленного анализа во все рекомендованные субъекты Российской Федерации главам администраций республик, краев, областей, а также руководителям высших учебных заведений были направлены письма за подписью ректора с предложением сотрудничества и просьбой о предоставлении информации о количестве учреждений среднего и высшего профессионального образования, осуществляющих подготовку специалистов для сферы услуг, с указанием количественных характеристик контингента обучающихся и примерного уровня владения английским языком, а также с прогнозом возможности привлечения для подготовки в качестве волонтеров работающего населения и лиц пенсионного возраста.

Систематизация полученной информации позволила предположить, что работу по привлечению «внешних» волонтеров для участия в организации и обслуживании XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в городе Сочи по направлению «Организация мероприятий» целесообразно в первую очередь строить на основе реализации совместных образовательных проектов Университетских комплексов Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (с привлечением Олимпийской академии Юга России) и Сибирского государственного университета физической культуры и спорта (с привлечением специалистов Сибирской олимпийской академии).

По направлению «Обслуживание мероприятий» в рекомендованных территориях можно использовать студентов 26 учреждений высшего и 23 среднего профессионального образования, осуществляющих подготовку кадров для сферы услуг. На 01.10.2011 по данному направлению в этих учебных заведениях обучаются около 20000 студентов. Согласно представленным ма-

териалам, уровень владения английским языком у них в среднем составляет:

– в Южном федеральном округе: 42% – ниже среднего, 29% – средний, 21% – выше среднего, 8% – продвинутый;

– в Сибирском федеральном округе: 54% – ниже среднего, 28% – средний, 12% – выше среднего, 6% – продвинутый.

Для просветительской работы по привлечению «внешних» волонтеров из среды студенчества предлагается:

1. Расширенное использование потенциала социальных сетей и Интернета в части создания, наполнения интересным и познавательным контентом и перманентного администрирования специальных страниц и групп (сообществ), в которых рассказывалось бы о ценностях волонтерства и его роли в распространении олимпийской идеологии и принципов служения обществу.

2. Участие представителей волонтерского центра и АНО «Оргкомитет «Сочи-2014» в научно-практических конференциях «Олимпийское движение: история, проблемы, перспективы» в г. Краснодаре и «Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма» в г. Омске в 2012 году. В работе этих конференций примут участие представители молодежного и студенческого актива всех закрепленных территорий, что позволит распространить имеющийся опыт и укрепить сотрудничество с заинтересованными учебными заведениями.

К сожалению, данные о возможности вовлечения в подготовку волонтеров работающего населения в справках практически были не отражены, однако анализ, проведенный собственными силами с использованием отчетов о работе Университетских комплексов КГУФКСТ и СГУФКС, позволяет прогнозировать высокую активность взрослого населения в Краснодарском и Красноярском краях, а также в Волгоградской, Астраханской, Иркутской, Кемеровской, Новосибирской, Омской, Томской областях, что позволяет прогнозировать привлечение не менее 20-25 кандидатов из каждого региона. Уровень владения английским языком в среднем составляет:

– в Южном федеральном округе: 47% – ниже среднего, 33% – средний, 28% – выше среднего, 2% – продвинутый;

– в Сибирском федеральном округе: 55% – ниже среднего, 29% – средний, 15% – выше среднего, 1% – продвинутый.

Для продвижения идей волонтерского движения и его популяризации в обществе рекомендуется привлечение волонтеров ко всем мероприятиям спортивной, культурной и социальной направленности, проводимым в муниципальных образованиях.

По итогам анализа материалов, предоставленных территориями, закрепленными за направлением «Обслуживание мероприятий», наибольшая активность кандидатов пенсионного возраста ожидается в Крас-

нодарском и Красноярском краях, Астраханской, Волгоградской, Иркутской, Кемеровской, Новосибирской, Омской, Томской областях, что обусловлено существованием ветеранских организаций и активной жизненной позицией их представителей. В то же время проанализировать социально-демографическую ситуацию и плотность населения в Республиках Калмыкия, Бурятия, Алтай, Тыва, Хакасия, а также в Алтайском и Забайкальском краях, активность кандидатов пенсионного возраста не представляется возможным. К сожалению, 70% пенсионеров вообще не владеют английским языком, 25% имеют уровень ниже среднего и только 5% – средний. По нашим оценкам, из Южного федерального округа можно привлечь не более 120 кандидатов, из Сибирского – не более 100 по этому направлению.

Для привлечения пенсионеров рекомендуется расширенное использование средств телевизионной и печатной социальной рекламы, а также непосредственная работа с органами социального обеспечения и ветеранскими организациями.

Таким образом, по итогам анализа полученных материалов можно сделать вывод, что территории, закрепленные за направлением «Обслуживание мероприятий», в целом обладают достаточным ресурсным потенциалом для привлечения специалистами волонтерского центра ФГБОУ ВПО «КГУФКСТ» волонтеров, из них не менее 1600 – в возрасте 18-25 лет, 200 волонтеров в возрасте 25-50 лет и 200 волонтеров в возрасте 50-80 лет. Основную работу на данном этапе следует сконцентрировать на учреждениях высшего и среднего профессионального образования Краснодарского края и Республики Адыгея, входящих в состав Университетского комплекса КГУФКСТ. Это, прежде всего, филиалы вуза в городах Ейске, Ростове-на-Дону, Элисте, Новороссийске, Южный институт менеджмента (г. Краснодар), Кубанский социально-экономический институт (г. Краснодар), Кубанский институт международного предпринимательства и менеджмента (г. Краснодар), Адыгейский государственный университет (г. Майкоп) а также педагогические колледжи в городах Анапе, Ейске, Краснодаре, Майкопе, Туапсе, Усть-Лабинске и станице Ленинградской. Планируется привлечь из перечисленных образовательных учреждений до 1000 волонтеров.

Несмотря на явный добровольческий характер, волонтерская деятельность имеет все признаки профессиональной деятельности, и, следовательно, дальнейшая подготовка волонтеров должна осуществляться в соответствии с научно обоснованными алгоритмами профессиональной подготовки, что требует дальнейшего совершенствования работы олимпийского волонтерского центра КГУФКСТ. Вместе с тем, по данным статистических отчетов, около 45% молодых людей в Краснодарском крае готовы заниматься добровольческой работой. При этом необходима только соответствующая координация их деятельности. Таким координационным центром – проводником олимпийских и волонтерских ценностей – может стать Кубанский

государственный университет физической культуры, спорта и туризма. Отмеченные факты и опыт вуза в реализации собственных, краевых и федеральных программ свидетельствуют о его высоком потенциале как образовательного учреждения, способного оказать

большую помощь Организационному комитету XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи по привлечению и подготовке волонтерского корпуса.

## VOLUNTEER INVOLVEMENT CONCEPTION FOR WORKING DURING OLYMPIC AND PARALYMPIC GAMES IN THE AREA «EVENT SERVICES»

M. Koreneva, Lecturer,

D. Kruzhkov, Assistant Professor, Candidate of Pedagogical Sciences,  
Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar.

Contact information: 350015, Krasnodar city, Budyennogo str., 161.

The results of analysis of involvement the different volunteer age groups of our country for participation in volunteer activity directed on service the XXII Olympic Winter Games and the XI Paralympic Winter Games of 2014 in the area «Event Services» on the basis of University Volunteer Center "Sochi 2014" located in the Kuban State

University of Physical Education, Sports and Tourism are presented in this article.

**Key words:** students, volunteers, professional education, Olympic Winter Games, Paralympic Winter Games, volunteer school.

## ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС СЦЕНАРИЕВ ПРАЗДНИКА «500 ДНЕЙ ДО XXII ОЛИМПИЙСКИХ ЗИМНИХ ИГР 2014 ГОДА В ГОРОДЕ СОЧИ»

Кандидат педагогических наук, доцент И. А. Зуева,  
студент А. А. Герасимов,  
доктор педагогических наук, профессор С. М. Ахметов,  
доктор педагогических наук, профессор Ю. К. Чернышенко,  
кандидат педагогических наук, доцент Д. А. Кружков,  
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар.  
Контактная информация для переписки: 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.

**В статье представлены материалы, характеризующие содержание концепции организации городского мероприятия «500 дней до Игр» в рамках Всероссийского конкурса молодежных проектов, объявленного АНО «Оргкомитет «Сочи 2014».**

**Ключевые слова:** конкурс, Олимпийские и Паралимпийские игры, физкультурно-спортивные театрализованные мероприятия.

Выбор города Сочи местом проведения XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года предопределил необходимость проведения значительного количества широкомасштабных акций с целью популяризации среди населения Кубани этих грандиозных спортивных мероприятий. В этой связи АНО «Оргкомитет «Сочи 2014» объявил Всероссийский конкурс молодежных проектов «Сценарий городского мероприятия: 500 дней до Игр». Используя огромный многолетний опыт коллектива КГУФКСТ в контексте подготовки массовых физкультурно-спортивных театрализованных мероприятий, а также творческий потенциал специалистов кафедры спортивной режиссуры была разработана концепция проекта «СОЧИни победу», включающего семь основных блоков:

1. Толерантный флеш-моб – на главной площади города гуляет масса людей. В день проведения флеш-моба к ним присоединяются, не привлекая к себе внимания, танцоры и волонтеры, знающие общий танец. Флеш-моб начинается в заранее установленное время со звуков барабанов, на которых играют представители кавказских коллективов. Под звуки барабанной музыки



из массы людей выходят и начинают танцевать лезгинку солисты народных ансамблей. Затем к кавказским барабанщикам присоединяются африканские, которые задают ритм для народных танцев Африки. На смену кавказским танцорам выходят исполнители африканских танцев. После них начинает звучать музыка в стиле Хип-Хоп. Танцоры из разных коллективов начинают исполнять современные танцы, к ним присоединяются волонтеры и все желающие. В финальной стадии флеш-моба вся площадь заполняется танцующими людьми.

2. Детский праздник «Юный олимпиец» – мероприятие, отражающее историю Олимпийских игр от Москвы 1980 до Сочи 2014. Дети, вместе с талисманами Олимпийских игр 2014, совершают путешествие

по столицам прошедших Олимпиад. Каждая столица представлена национальными номерами, играми и загадками, соответствующими культуре городов.

3. «Молодежный город» – на одной из площадей города установлен парк «Молодежных культур». Каждая конструкция является демо-версией олимпийских объектов. Так же здесь установлены площадки для игры в стрит-бол, где все желающие, включая людей с ограниченными возможностями здоровья, участвуют в импровизированных соревнованиях.

4. Водное шоу «Танцующий город» – мероприятие на берегу любого водоема (река, озеро, море и т. д.). На дне водоема устанавливаются световые лампы разного цвета, позволяющие в темное время суток его окрашивать в цвета радуги. На поверхности воды установлены платформы, на которых выступают артисты разных жанров.

5. Гала-концерт «СОЧИняй победу» – на центральной площади после захода солнца начинается лазерное шоу, которое перерастает в проекционное шоу на окружающие здания (возведение олимпийских объектов, ожившие колонны, долгий путь подготовки к Олимпиаде). Эпоеем шоу становится обратный отчет часов, минут, секунд до Олимпиады в Сочи.

6. «Кубань гостеприимная» – выставка-дегустиация национальных блюд и безалкогольных напитков народов Кубани. В процессе мероприятия гости могут по-

пробовать блюда и напитки, а также поучаствовать в их приготовлении.

7. «Здоровый образ жизни – основа личной успешности» – массовые физкультурно-спортивные мероприятия, включающие выступления ведущих спортсменов Кубани.

Опыт проведения отдельных блоков, входящих в данную концепцию, свидетельствует об их широкой популярности среди различных половозрастных групп населения.

## ALLRUSSIAN COMPETITION OF HOLIDAY SCRIPTS "500 DAYS TILL XXII OLYMPIC WINTER GAMES 2014 IN SOCHI"

---

I. Zueva, Assistant Professor, Candidate of Pedagogical Sciences,

A. Gerasimov, student,

S. Akhmetov, Professor, Doctor of Pedagogical Sciences,

Yu. Chernishenko, Professor, Doctor of Pedagogical Sciences,

D. Kruzhkov, Assistant Professor, Candidate of Pedagogical Sciences,

Kuban State University of Physical Education, Sport and Tourism, Krasnodar.

Contact information: 350015, Krasnodar city, Budyennogo str., 161.

---

The materials characterizing contents of the organization concept of city action "500 days till Games" within Russian competition of youth projects that is hold by Independent Non-profit Organization "Organizing Committee "Sochi 2014" are presented in the article.

**Key words:** competition, Olympic and Paralympic Games, physical and sport theatrical events.

Научно-методический журнал

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА,  
СПОРТ – НАУКА И ПРАКТИКА**

**2/2012**

Оригинал-макет – В. А. Прусова, М. И. Калашников, В. В. Крачунов.

Корректор – С. С. Деркачева.

Переводчик – Ю. К. Хайитова.

Подписано к печати 29.06.2012 г.

Формат 60х90/8

Бумага для офисной техники

Усл. печ. л. 8. Тираж 100 экз.

Редакционно-издательский отдел  
ФГБОУ ВПО «Кубанский государственный университет  
физической культуры, спорта и туризма»  
350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161