



ФГБОУ «ВЕЛИКОЛУКСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ
АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»



II ОТКРЫТАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ
КОНФЕРЕНЦИЯ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ, ОЛИМПИЗМ: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ



посвященная 10-летию XXII Олимпийских
зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр
2014 года в г. Сочи, 100-летию Великолуцкого
уездного комитета по физической культуре



Сборник статей



**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ВЕЛИКОЛУКСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**ОЛИМПИЙСКИЙ КОМИТЕТ РОССИИ
ВЕЛИКОЛУКСКАЯ ОЛИМПИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ**

**СОЮЗ КРАЕВЕДОВ РОССИИ
ВЕЛИКОЛУКСКОЕ ГОРОДСКОЕ
КРАЕВЕДЧЕСКОЕ ОБЩЕСТВО**

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ, ОЛИМПИЗМ: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ

**Сборник статей II открытой
научно-практической конференции,
посвященной 10-летию
XXII Олимпийских зимних игр
и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи,
100-летию Великолуцкого уездного комитета
по физической культуре**

**Великие Луки
2024 г.**

Редакционная коллегия: **В.Н. Шляхтов**, ректор ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» (председатель), **Р.М. Городничев**, директор НИИ проблем спорта и оздоровительной физической культуры ФГБОУ ВО «ВЛГАФК», президент Великолукской олимпийской академии (ВЛОА); **Д.А. Белюков**, декан социально-гуманитарного факультета ФГБОУ ВО «ВЛГАФК», вице-президент ВЛОА, сопредседатель Великолукского городского краеведческого общества; **Челноков А.А.**, заведующий кафедрой естественнонаучных дисциплин ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»; **Ланская О.В.**, профессор кафедры физиологии и спортивной медицины ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»; **Пухов А.М.**, доцент кафедры физиологии и спортивной медицины ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»; **Алексеева Н.А.**, заведующая кафедрой теории и методики физической культуры, педагогики и психологии ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»; **Степанов А.А.**, заведующий кафедрой гуманитарных и социально-экономических дисциплин ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»; **Ковалёва Г.В.**, сопредседатель Великолукского городского краеведческого общества.

Издание осуществлено в соответствии с Планом научно-исследовательской работы ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» и Планом научных конференций, семинаров, симпозиумов Великолукской олимпийской академии на 2024 г.

Ф 50 Физическая культура, спорт, олимпизм: проблемы и перспективы: сборник статей II открытой научно-практической конференции, посвященной 10-летию XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи, 100-летию Великолукского уездного комитета по физической культуре / редколлегия: В.Н. Шляхтов, Р.М. Городничев, Д.А. Белюков [и др.]. – Великие Луки, 2024. –240 с.: с илл.

Сборник статей открытой научно-практической конференции посвящен актуальным вопросам теории и методики подготовки спортивного резерва и высококвалифицированных спортсменов, медико-биологическим аспектам подготовки спортсменов, современным тенденциям и актуальным вопросам развития физического воспитания и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, историческим и краеведческим аспектам физической культуры, спорта и олимпийского движения, проблемам развития олимпийского образования.

СОДЕРЖАНИЕ

Теория и методика подготовки спортивного резерва и высококвалифицированных спортсменов	7
Вериго Д.А. Проявление динамической устойчивости баскетболистов в соревновательных и тренировочных условиях...	7
Курмелёв М.В., Михайлова Е.А. Динамика временных параметров быстрых циклических движений под влиянием развивающегося утомления	12
Пухов А.М., Тарнаков Д.П. Оценка специальной силовой подготовленности стрелков из лука.....	16
Тарнаков Д.П., Пухов А.М. Особенности напряжения мышц при различной глубине захвата тетивы классического лука с изменением конструкции напальчника	21
Ходанович А.Н., Аввакуменков А.А. Особенности адаптивных реакций спортсменов-ориентировщиков при циклической работе	28
Якимова Л.А. Изучение психологических возможностей спортсменов в условиях высокой конкуренции	34
Медико-биологические аспекты подготовки спортсменов	38
Барканов М.Г., Челноков А.А., Гладченко Д.А., Городничев Р.М. Особенности функциональной активности мотонейронных пулов билатеральных скелетных мышц нижних конечностей человека при скоростных локомоторных движениях	38
Бойков А.С. Эффекты сочетанной электрической и магнитной стимуляции спинного мозга на проявление пресинаптического торможения	42
Гладченко Д.А., Алексеева И.В., Челноков А.А. Влияние чрескожной электрической стимуляции спинного мозга на проявление импульсной активности первичных и вторичных афферентов мышц-антагонистов голени при выполнении шагательного паттерна.....	46
Иванов С.М., Городничев Р.М. Влияние парной ассоциативной стимуляции на скоростно-силовые качества спортсменов	52

Иванов С.М., Городничев Р.М. Синхронизирующее устройство для реализации парной ассоциативной стимуляции.....	60
Иконникова Е.С., Мельников А.А., Люкманов Р.Х. Эффекты тренировки дискретного расслабления и тонко-координационной тренировки мышц предплечья на скоординированность и плавность мануального навыка	66
Моисеев С.А. Некоторые аспекты организации мышечных синергий в структуре сложного двигательного навыка	72
Ланская Е.В. Механизмы пластичности кортико-спинальных и нервно-мышечных структур под влиянием разнонаправленной спортивной деятельности	77
Примак И.С. Эффекты чрескожной электрической стимуляции спинного мозга в сочетании с координационными упражнениями на повышение технической и физической подготовленности футзалистов	83
Современные тенденции и актуальные вопросы развития физического воспитания и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта	88
Алексеева Н.А., Ефимова С.В., Богданова С.В. Психолого-педагогические условия формирования психологической культуры студентов в системе профессиональной подготовки	88
Бахирев А.А., Таран И.И. Выраженность и риски профессионального стресса у учителей физической культуры и тренеров спортивных школ Псковской области	94
Петрухин И.В. Тревога как значимый фактор потенциальной результативности спортивных скалолазов на Играх Олимпиад	100
Степанов А.А. Базовые характеристики маркетинга спортивных и физкультурно-оздоровительных услуг	106
Федорова Т.В., Ланская О.В. Эффективность средств АФК для развития функциональных возможностей дыхательной системы и физических качеств у мальчиков 10-11 лет с легкой степенью умственной отсталости	109
Халандач Е.Ф., Федоскина Е.М. Влияние физической активности на психоэмоциональное состояние пожилых людей ...	115

Шитова Л.Ш. Перспективы участия спортивных наблюдателей-обсерверов в соревнованиях по воздухоплавательному спорту	120
Исторические аспекты физической культуры, спорта и олимпийского движения. Олимпийское образование	129
Белюков Д.А. Великолукский период жизни известного ученого, историка физической культуры и спорта Д.А. Крадмана	129
Кузьмина Н.А., Белюков Д.А., Садченко В.П., Медведев А.Н. Роль Музея спорта Псковского края в сохранении наследия XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г.Сочи	134
Леонтьева Л.С. Пляжное самбо в программе Азиатских пляжных игр	140
Леонтьева Н.С., Ганенко А.П. Мобильное приложение как коммуникационный элемент популяризации студенческого спорта в России	145
Садченко В.П., Белюков Д.А. Квест «Сокровища музея спорта» как часть образовательного проекта «Музей – территория олимпийских знаний»	151
Манзюк Е.В., Коренева М.В. Функции «культурного кода» в международном спортивном и олимпийском движении (на примере Российской Федерации)	156
Никифорова А.Ю., Коренева М.В., Самойлова Е.А. Формирование отечественной системы государственного управления физической культурой и спортом: исторический анализ	161
Новиков И.А. Роль физкультурно-оборонной работы в повышении боеспособности допризывной молодежи на Кировском заводе Ленинграда в преддверии Великой Отечественной войны	167
Хованский Д.А., Леонтьева Н.С. Генезис баскетбола 3х3 как олимпийского вида спорта	175
История физической культуры, спорта и олимпийского движения Великих Лук: краеведческий аспект	181
Аввакумов И.Е. Олег Бородин – воспитанник великолукской школы баскетбола	181

Балакирев Г.В. Железнодорожники встали на «скользкий путь» (история хоккея в ЛИИЖТе)	184
Иванова С.В. Спортивная жизнь на Великолукской швейно-трикотажной фабрике в 1954–1960 гг.	190
Ковалёва Г.В. Опыт работы Великолукской библиотеки по продвижению ценностей спорта	193
Лопатина Н.А. Стадион профсоюзов в городе Великие Луки: нереализованные планы и проекты 1940-х–1950-х гг. ..	204
Орлов В.В. Вспоминая первые бассейны Великих Лук	211
Савельева Т.Ю. Великолукский областной Совет ДСО «Буревестник»	214
Саюнов И.О. Врач-олимпиец. Сведения из биографии Г.П. Слепнёва по материалам Музея здравоохранения Великих Лук и газеты «Великолукская Правда»	220
Эйсмонт А.С. Бокс на страницах газеты «Великолукская правда» в 50-80-х гг. XX в.	233

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ
СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА И
ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ**

**ПРОЯВЛЕНИЕ ДИНАМИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ
БАСКЕТБОЛИСТОВ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ И
ТРЕНИРОВОЧНЫХ УСЛОВИЯХ**
Д.А. Вериго

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. Спортсмены постоянно вынуждены выполнять двигательные действия в изменяющихся, часто неожиданных и непредсказуемых ситуациях, требующих оперативного восприятия, оценки и соответствующей двигательной реализации [1]. Исходя из этого, баскетболистам необходимо подбирать наиболее эффективные упражнения, оценивающие умение сочетать скорость, мощность, ловкость, а также навык восстанавливать равновесие во время движения [2]. Цель нашего исследования заключалась в изучении проявлений динамической устойчивости в соревновательной деятельности и поиске новых дополнительных средств, для улучшения динамического равновесия баскетболистов.

Методы и организация исследования. В первой части работы были проанализированы видеозаписи 5 матчей игроков Ассоциации студенческого баскетбола (АСБ) и 5 матчей баскетбольных клубов Единой Лиги ВТБ – Зенит, ЦСКА в сезоне 2022-2023 гг. Мы определили 5 основных категорий бросков с толкающим воздействием защитника: атака кольца после ведения мяча; бросок после игры в «пост» (игрок получает мяч, находясь вблизи кольца и стоя к нему спиной при активной контактной

борьбе защитника, после выполняет разворот лицом к кольцу и совершает бросок); бросок после передачи партнёра по команде; бросок после подбора мяча у кольца соперника; бросок нападающего по кольцу, после превышения защитником минимально допустимого контактного воздействия на атакующего игрока (фола).

Во второй части исследования мы определяли динамическое равновесие баскетболистов с помощью теста «шестиугольник». В качестве дополнительного средства для повышения динамической устойчивости использовалась парная ассоциативная стимуляция (ПАС) [3]. В процессе ПАС испытуемому наносилось 100 пар стимулов на протяжении 800 секунд, где каждая пара состояла из одиночного магнитного стимула, воздействующего на моторную зону коры головного мозга, и электрического стимула, подаваемого на задние корешки спинного мозга. Испытуемые выполняли тест «шестиугольник» до ПАС, сразу после окончания стимуляции и на 5-й, 10-й минутах восстановительного периода. Подготовка к выполнению теста: используя лейкопластырь, на площадке обозначается равносторонний шестиугольник (размер сторон – 60 см). Игрок в стойке ноги вместе находится в середине шестиугольника. На протяжении выполнения всего упражнения он располагается лицом к условно названной «передней» стороне шестиугольника. По сигналу игрок перепрыгивает переднюю сторону вперёд и назад, затем перепрыгивает следующую сторону и т.д. Упражнения заканчиваются, когда игрок выполнит три полных вращения вокруг шестиугольника.

Результаты исследования и их обсуждение.

В исследуемых играх профессиональные команды совершили 629 (таблица 1) бросков по кольцу соперника, при этом 231 атаку они выполнили с активным сопротивлением защитника (36,7%). Любительскими командами было исполнено 766 бросков по кольцу, из которых 270

(35,2%) после толкающего воздействия в процессе контактной борьбы с игроками противоположной команды. Основным способом атаки кольца при внешнем толкающем воздействии защитника у профессиональных команд был бросок после ведения мяча – 85 бросков (38,6%). Студенты в своём нападении также полагались на данную категорию – 141 бросок (51,8%). Высококвалифицированные игроки значительно чаще любителей при противодействии соперника применяли такой способ атаки кольца, как игра в «пост» - 19,5% от всех бросков с внешним воздействием защитника. Тогда как студенты задействовали данный технический приём всего в 10% случаев.

Таблица 1. Категории бросков баскетболистов с внешним толкающим воздействием

Команды	Категории бросков с толкающим воздействием						
	Общее количество бросков	Общее количество бросков с толкающим воздействием	После ведения	Игра в «пост»	После передачи	После подбора мяча	После фола
Профессионалы	629	231	85	43	29	11	63
Любители	766	270	141	15	30	27	57

Реализация бросков во время игры в «пост» является самой эффективной как у профессиональных игроков - 48,8% точных попаданий, так и у студенческих команд – 60% точных бросков с внешним сопротивлением соперника. Во время матчей баскетболисты профессиональных команд

часто провоцировали фолы у защитников – 28% от всех выполненных бросков с сопротивлением соперника. При этом любительские студенческие команды заставляли соперника нарушать на себе правила всего в 21,1% случаях. Баскетболисты клубов Единой Лиги ВТБ лишь эпизодически выполняли броски после подбора мяча у кольца соперника – 5% от общего числа выполненных бросков после толкающего воздействия. Игроки команд АСБ реже всего применяли броски категории «пост» - 5,5% от всех бросков.

При выполнении теста «шестиугольник» у баскетболистов под влиянием ПАС снизилось среднее время прохождения «шестиугольника» на 6% ($P < 0,05$). Общее среднее время прохождения теста составило $15,96 \pm 0,92$ с. (таблица 2).

Таблица 2. Время выполнения теста «шестиугольник» до и после ПАС, ($M \pm \sigma$)

Испытуемые	Время выполнения теста «шестиугольник»		
	Попытки до ПАС (с)	Попытки после ПАС (с)	Изменение времени выполнения теста (%)
1	$20,12 \pm 0,1$	$17,78 \pm 0,31$	-12,02
2	$18,88 \pm 1,05$	$16,75 \pm 0,65$	-11,28
3	$16,95 \pm 1,31$	$15,26 \pm 0,37$	-9,97
4	$16,60 \pm 1,33$	$15,72 \pm 1,07$	-5,3
5	$16,05 \pm 1,46$	$16,10 \pm 0,45$	0,3
6	$16,57 \pm 0,82$	$15,86 \pm 0,38$	1,83
7	$16,09 \pm 0,94$	$15,28 \pm 0,51$	-5,03
8	$14,93 \pm 0,13$	$14,93 \pm 1,27$	0
Общее среднее время выполнения (с)	$17,03 \pm 1,6$	$15,96 \pm 0,92^*$	-6

Примечание * - достоверность различий между временем выполнения теста, зарегистрированным до и после ПАС.

До применения ПАС баскетболисты выполняли тест «шестиугольник» за $17,03 \pm 1,6$ с. У 5 из 8 испытуемых баскетболистов среднее время прохождения теста уменьшилось в диапазоне от 5 до 12%. Самое короткое время прохождения шестиугольника составило 14,93 с. В худшей попытке при прохождении теста среди всех испытуемых было зафиксировано время – 20 с. Четверо испытуемых совершали ошибки во время выполнения теста, попадая на линию либо приземляясь на одну ногу.

Заключение. 35% от всех бросков в баскетбольном матче выполняется при контактном противоборстве соперника. Наиболее частым броском с активным сопротивлением защитника у любительских и профессиональных команд является атака кольца после ведения мяча. Самым эффективным баскетбольным приёмом при выполнении броска с активным сопротивлением защитника у игроков профессионального уровня можно считать нападение в позиции «пост». После ПАС испытуемые показали уменьшение времени выполнения теста «шестиугольник».

Список литературы

1. Яхонтов, Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: учебное пособие / Е.Р.Яхонтов; СПб ГУФК им. П.Ф. Лесгафта; Высшая школа тренеров по баскетболу. – 4-е издание. – Санкт-Петербург: Олимп, 2008. – 134 с.

2. Платонов, В.Н. Основы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Настольная книга тренера: в 2 т. Т.1 / В.Н. Платонов. – Москва: ПРИНТЛЕТО, 2021. – 592 с.

3. The immediate and short-term effects of transcutaneous spinal cord stimulation and peripheral nerve stimulation on corticospinal excitability / Y. Al'joboori [et al.]. – DOI: 10.3389/fnins.2021.749042. // Frontiers in Neuroscience. – 2021. – Т.15. – URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34744614/> (дата обращения 19.03.2024).

ДИНАМИКА ВРЕМЕННЫХ ПАРАМЕТРОВ БЫСТРЫХ ЦИКЛИЧЕСКИХ ДВИЖЕНИЙ ПОД ВЛИЯНИЕМ РАЗВИВАЮЩЕГОСЯ УТОМЛЕНИЯ

М.В. Курмелёв, Е.А. Михайлова

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия
физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. Состояние утомления с лежащими в его основе механизмами является широко обсуждаемой темой в различных видах спорта. Возникающее утомление при выполнении циклических легкоатлетических движений может вызвать изменения в кинематике двигательных действий [3]. Наиболее часто объектом исследования является бег на средние и длинные дистанции [1, 4], при этом эффектам утомления во время выполнения кратковременных движений уделяется недостаточное внимание. Цель данного исследования заключалась в изучении динамики временных характеристик при выполнении циклических движений высокой интенсивности.

Методы и организация исследования. Исследование организовано на базе НИИ ПСОФК ФГБОУ ВО «ВЛГАФК». Все эксперименты проведены с соблюдением требований и принципов биомедицинской этики и одобрены локальным биоэтическим комитетом. Легкоатлеты, специализирующиеся в беге на короткие дистанции (n=7), выполняли проталкивание пассивной ленты тредбана (HP Cosmos Saturn) с максимально возможной скоростью в течение 20 секунд. Видеозахват движений нижних конечностей осуществлялся при помощи системы Qualisys (Швеция). Светоотражающие маркеры размещались на антропометрических точках тела, совпадающих с осями движения в плечевом, тазобедренном, коленном и голеностопном суставах.

Данные экспортировали в систему Statistica 10.0 для дальнейшей статистической обработки. Для анализа были выбраны: фаза переноса ноги – с момента отрыва стопы от опоры до момента достижения коленным суставом наивысшей точки, фаза опускания ноги к опоре с момента наивысшей точки коленного сустава до момента постановки ноги на опору и опорный период – с момента постановки ноги на опору до момента отрыва ноги от опоры. Определяли время цикла движения левой ноги, длительность отдельных фаз.

Результаты и их обсуждение. В среднем за 20 секунд спортсмены выполняли 38 циклов движения. Для анализа динамики временных показателей были выбраны 2-6, 18-22 и 34-38 циклы (таблица 1).

Таблица 1. Длительность движения левой ногой при проталкивании ленты пассивной беговой дорожки, с ($M \pm m$)

Фаза движения	2-6 циклы	18-22 циклы	34-38 циклы
Полный цикл	0,523±0,002	0,558±0,002*	0,615±0,007*
Перенос ноги	0,245±0,001	0,260±0,001*	0,278±0,003*
Опускание к опоре	0,090±0,002	0,097±0,001	0,102±0,002*
Опора	0,188±0,003	0,201±0,001*	0,235±0,003*

Примечание: * - достоверность различий относительно 2-6 цикла, $p < 0,05$.

В среднем, в начале тестового упражнения спортсмены выполняли 5 циклов движения за $2,617 \pm 0,002$ с, в середине – за $2,789 \pm 0,002$ с, а в конце на выполнение 5 циклов требовалось $3,079 \pm 0,007$ с. В результате процессов развивающегося утомления длительность полного цикла движений ногой увеличивалась в середине упражнения на 6,7% ($p < 0,05$), в конце упражнения 17,7% ($p < 0,05$).

Естественным было и увеличение времени отдельных фаз цикла. Длительность переноса ноги от момента отрыва стопы от опоры до момента наивысшей точки подъема коленного сустава в середине упражнения была увеличена на 6,2% ($p < 0,05$) и на 13,4% ($p < 0,05$) в конце упражнения. На опускание ноги к опоре спортсмены затрачивали на 7,7% ($p > 0,05$) и 13,3% ($p < 0,05$) больше времени в середине и в конце двигательного задания, соответственно. Время нахождения стопы на опоре при проталкивании полотна дорожки в 18-22 циклах было увеличено на 7,0% ($p < 0,05$), в 34-38 циклах на 25,0% ($p < 0,05$). Таким образом, в конце упражнения бегуны не могли выполнять быстрое и мощное проталкивание полотна дорожки, а также активный мах ног.

Под влиянием утомления изменилось и соотношение отдельных фаз к общему времени цикла движения (рисунок 1). При анализе выявлено, что в первых пяти циклах на перенос ноги затрачивалось 47% от всего времени цикла, на опорный период – 36%. В заключительных циклах двигательного задания соотношение для этих фаз составляло 45% и 38%.

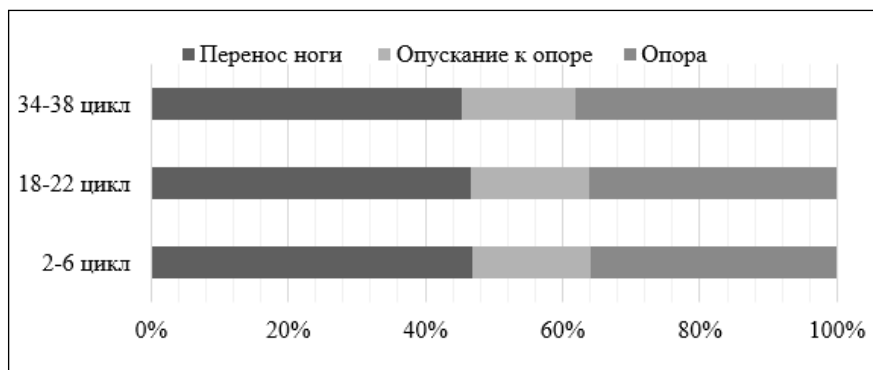


Рисунок 1 – Соотношение фаз движения ног при развитии утомления, %

Увеличение длительности двойного бегового шага и опорного периода было продемонстрировано

в исследованиях повторного бега с максимальной скоростью, что обуславливалось увеличением продолжительности ЭМГ-активности рабочих мышц при развитии утомления [2].

Анализ динамики длительности полного цикла движения на протяжении всего выполнения двигательного задания показывает, что спортсмены могли поддерживать временные характеристики, соответствующие первому движению, либо выполнять действия быстрее до 12 цикла (рисунок 2).



Рисунок 2 – Динамика времени цикла движения ногой и прирост данного показателя в процентах

Далее до окончания задания наблюдалось прогрессирующее увеличение длительности цикла движения. Таким образом, спортсмены могли поддерживать максимальную скорость в течение 6,3 с.

Заключение. Под влиянием развивающегося утомления изменяется временная структура движений ног при совершении быстрой циклической локомоции. Время полного цикла двигательного действия увеличивается в большей степени за счет повышения длительности опорного периода. Длительность движений прогрессиивно возрастает, начиная с 12-го цикла, что свидетельствует о начале развития утомления после 6 секунд работы с максимальной скоростью.

Список литературы

1. Биомеханика утомления в беге / В.В. Тюпа, О.Д. Михайлова, О.Н. Мнухина, Е. Е. Аракелян // Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 1. – С. 66-72.
2. Пискунов, И.В. Особенности координационной структуры бегового шага у спринтеров различного уровня спортивного мастерства в состоянии утомления / И.В. Пискунов, Р.М. Городничев, С.А. Моисеев // Физиология человека. – 2021. – Т. 47, № 3. – С. 80-87.
3. Novice runners show greater changes in kinematics with fatigue compared with competitive runners / E. Maas, J. De Bie , R. Vanfleteren [et al.] // Sports Biomech. – 2018. – V.17(3). – P. 350-360.
4. Willwacher, S. Fatigue matters: An intense 10 km run alters frontal and transverse plane joint kinematics in competitive and recreational adult runners / S. Willwacher, M. Sanno, G.P. Brüggemann // GaitPosture. – 2020. – V.76. – P. 277-283.

ОЦЕНКА СПЕЦИАЛЬНОЙ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТРЕЛКОВ ИЗ ЛУКА

А.М. Пухов, Д.П. Тарнаков

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия
физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. В тренировочном процессе стрелков из лука актуальным вопросом является поиск подходов к оценке силы и выносливости основных мышечных групп, участвующих в выполнении выстрела [3]. Объективные сведения о специальной физической подготовленности спортсмена дают возможность повысить эффективность выбора и настройки лука [4]. Баллистические характеристики полета стрелы во многом зависят от скорости ее вылета [1], которая в свою очередь обеспе-

чивается силой натяжения тетивы лука [2]. В тренировочном процессе стрелков из лука отсутствуют объективные подходы к оценке силы и выносливости основных мышечных групп, участвующих в выполнении выстрела [3]. В связи с этим, цель исследования заключалась в разработке методики по оценке специальной силовой подготовленности стрелков из классического лука.

Организация и методы исследования. В исследованиях приняли участие стрелки из классического лука ($n=37$) от начинающих спортсменов, не имеющих разряда, до Заслуженных мастеров спорта России в возрасте от 14 до 36 лет, представляющие 10 субъектов РФ.

У спортсменов проводилась динамометрия максимального усилия посредством разработанного «Динамометра лучника». Выполнение максимального произвольного сокращения (МПС) в изготовке лучника имитировало выстрел из лука с предельно возможным для спортсмена натяжением тетивы. Спортсмены выполняли по три реализации МПС, между попытками предоставлялось время для полного восстановления, составлявшее в среднем 1-2 минуты. Полученные результаты максимального произвольного сокращения сопоставлялись с рабочей силой натяжения тетивы лука, которая измерялась с помощью динамометра EASTON Bow Weight Scale (Easton Technical Products, США) в момент полного натяжения лука.

Результаты исследования и их обсуждение. Для регистрации максимального произвольного сокращения, развиваемого спортсменами в положении, моделирующем изготовку стрелка из лука, был разработан прибор «Динамометр лучника» (рисунок 1А), состоящий из рукоятки классического лука, динамометра и захвата, которые связаны между собой многозвенной цепью (рисунок 1Б). Динамометр рассчитан на измерения до 100 кг. Конструкция устройства позволяла регулировать длину цепи и подбирать ее в соответствии с антропометрическими данными спортсмена. Расстояние

между рукояткой и захватом соответствовало длине натяжения лука и подбиралось индивидуально для каждого спортсмена. Таким образом, имитировалось положение стрелка в момент прикладки.

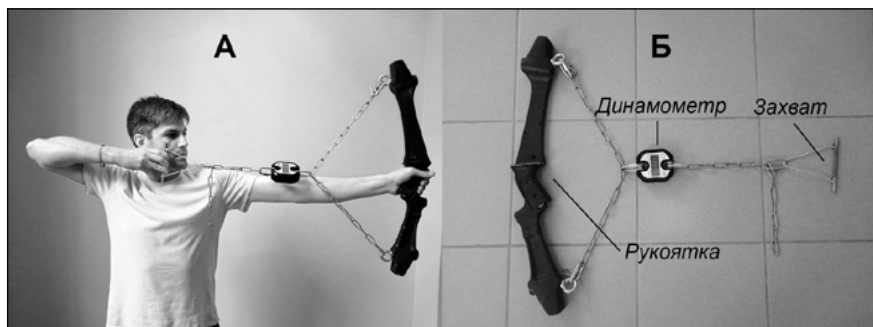


Рисунок 1 – Внешний вид (А) и конструкция (Б) прибора «Динамометр лучника»

Наименьшие значения максимального произвольного сокращения зарегистрированы у спортсменов без разряда: у юношей – $14,40 \pm 0,70$ кг, у девушек – $22,61 \pm 1,45$ кг. У спортсменов-мужчин выявлено линейное увеличение максимальной силы с повышением квалификации. Кандидаты в мастера спорта демонстрировали МПС на уровне $42,69 \pm 1,48$ кг, у мастеров спорта она была больше на 32,51% ($p < 0,05$) и достигала $56,57 \pm 1,70$ кг, а у МСМК/ЗМС был зарегистрирован максимальные уровень специальной силовой подготовленности – $73,12 \pm 1,70$ кг, что на 29,25% больше по сравнению с МС ($p < 0,05$) (таблица 2). У женщин с квалификацией КМС и МС средние значения максимальной произвольной силы не имели статистически значимых отличий и составляли $36,58 \pm 0,63$ кг и $33,16 \pm 1,76$ кг соответственно. Однако у высококвалифицированных спортсменок (МСМК/ЗМС) средняя величина МПС была на 40,33% больше по сравнению с таковой у мастеров спорта ($p < 0,05$). Вместе с тем, темпы развития специальной силовой подготовленности у мужчин значительно выше, чем у женщин: различия у КМС составля-

ли 14,31% ($p < 0,05$), а на уровне МСМК/ЗМС достигали 40,33% ($p < 0,05$) (таблица 1).

Таблица 1 – Величины максимального произвольного сокращения и силы натяжения тетивы у стрелков из классического лука, кг ($M \pm m$)

	Пол	Разряд/звание			
		б/р	КМС	МС	МСМК/ЗМС
МПС	Мужчины	14,40±0,70	42,69±1,48*#	56,57±1,70*#	73,12±1,70*#
	Женщины	22,61±1,45	36,58±0,63*	33,16±1,76	43,63±2,93*
Сила натяжения тетивы	Мужчины	10,89±0,96	18,00±0,60#	20,75±0,52*#	23,73±0,37*
	Женщины	13,68±0,93	16,75±0,32*	17,98±0,65	21,40±1,16*

Примечание. * – достоверность различий по отношению к предыдущему спортивному разряду при $p < 0,05$; # – достоверность различий между мужчинами и женщинами одинаковой квалификации при $p < 0,05$.

Как правило, с повышением уровня спортивного мастерства увеличивается и сила натяжения тетивы. У начинающих спортсменов был наименьшей уровень специальной силовой подготовленности по сравнению с квалифицированными спортсменами: у юношей – 10,89±0,96 кг, у девушек – 13,68±0,93 кг (таблица 1). На каждом уровне спортивной квалификации сила натяжения тетивы лука была больше по отношению к предыдущей, максимальные значения зарегистрированы у стрелков международного класса и заслуженных мастеров спорта (у мужчин – 23,73±0,37 кг, у женщин – 21,40±1,16 кг).

Сила лука, определяемая жесткостью плеч и натяжением тетивы, подбирается с учетом вида лука, стрел, индивидуальных особенностей спортсмена. Увеличение силы натяжения тетивы сопровождается повышением скорости вылета стрелы и, соответственно, лучшими баллистическими параметрами ее полета [1].

Собственные результаты исследования выявили увеличение силы натяжения тетивы с повышением уровня спортивного мастерства, что является следствием биологического развития спортсмена в процессе естественного онтогенеза, так как начинающие спортсмены, как правило, имеют меньший возраст по сравнению с высококвалифицированными. Также сила лука увеличивается ввиду физического развития спортсменов посредством специфических нагрузок, характерных для стрельбы из лука.

Оценивая процентное отношение силы натяжения тетивы к уровню силовой подготовленности стрелков из лука можно отметить, что с повышением спортивного мастерства данная величина снижается. В частности, сила натяжения тетивы мужского лука у начинающих спортсменов, не имеющих разряда, составляла $83,76 \pm 5,07\%$ от их максимальных силовых способностей, у стрелков уровня КМС – $46,75 \pm 3,85\%$ от МПС ($p < 0,05$), а у МС и МСМК/ЗМС – $38,36 \pm 1,73\%$ ($p < 0,05$) и $33,10 \pm 0,93\%$ ($p < 0,05$) соответственно. У девушек, не имеющих разряда, сила натяжения тетивы лука составляла $61,01 \pm 4,25\%$ от МПС. При достижении уровня спортивного мастерства КМС и выше у женщин не выявлено значимых изменений отношения силы натяжения тетивы к максимальной произвольной силе и она находилась на уровне 45-60%

Заключение. Таким образом, у начинающих спортсменов тренировочная и соревновательная нагрузка значительно больше по отношению к спортсменам более высокой квалификации, даже с учетом меньшего выполнения выстрелов. В связи с низким уровнем специальной физической подготовленности спортсмены без разряда для выполнения выстрела из лука вынуждены прикладывать субмаксимальные усилия, тогда как у квалифицированных спортсменов натяжение тетивы составляет лишь треть от их максимальных силовых возможностей. Также следует отметить, что у женщин-классиков после достижения уровня КМС процентное

отношение силы лука к МПС практически не изменяется с ростом спортивного мастерства и остается на уровне 45-60%.

Список литературы

1. Aerodynamic properties of an archery arrow / T. Miyazaki, Y. Komori, K. Okawa [et al.] // Sports Engineering. – 2013. – Vol. 16. – P. 43-54.

2. Denny, M. Bow and catapult internal dynamics / M. Denny // European Journal of Physics. – 2003. – Vol. 24(4) – P. 367-378.

3. Komarudin, H.Y. Neurotracker training to improve shooting performance of archery athletes / H.Y. Komarudin, G. Novian // International Journal of Human Movement and Sports Sciences. – 2021. – Vol. 9(4). – P. 66-70.

4. Qiu, Y. Too Hot to Focus: The Mean and Distributional Effects of Heat on Labor Productivity / Y. Qiu, J. Zhao // SSRN Electronic Journal. – 2019. – Vol. 14(9). – P. 124.

ОСОБЕННОСТИ НАПРЯЖЕНИЯ МЫШЦ ПРИ РАЗЛИЧНОЙ ГЛУБИНЕ ЗАХВАТА ТЕТИВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ЛУКА С ИЗМЕНЕНИЕМ КОНСТРУКЦИИ НАПАЛЬЧНИКА

Д.П. Тарнаков, А.М. Пухов

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Актуальность. Одним из базовых элементов техники выстрела из лука является захват тетивы, который обеспечивает взаимодействие спортсмена и оружия. Как правило, захват тетивы выполняется указательным, средним и безымянным пальцами [1, 5], однако, могут встречаться захваты двумя пальцами: указатель-

ным и средним. Технически правильный захват тетивы должен обеспечивать равномерное распределение нагрузки на все пальцы. Неправильно выполненный захват сопровождается избыточным напряжением мышц предплечья, что приводит к нарушению техники выпуска тетивы и, как следствие, снижению результативности выстрелов. Исходя из этого, важно сформировать правильную технику захвата тетивы [2].

Правильное расположение пальцев на тетиве характеризуется единообразным распределением усилия лука между пальцами [5], что сказывается на напряжении мышц кисти и предплечья. Электромиограмма (ЭМГ) позволяет регистрировать напряжение конкретных мышц, а по величине ее амплитуды можно оценить развиваемое ими усилие [3].

Цель исследования – сравнение активности мышц правой руки, выполняющей натяжение тетивы, при среднем и глубоком захватах тетивы.

Организация и методы исследования. В исследованиях приняли участие шесть стрелков из классического лука, имеющих спортивную квалификацию от кандидата в мастера спорта до мастера спорта России, в возрасте 17-23 лет. Все спортсмены имели левостороннюю стойку: левая рука опорная – упирается в рукоятку лука, правая рука тянущая – натягивает тетиву.

Спортсмены выполняли стрельбу на дистанции 3 метра с одновременной регистрацией электромиограмм скелетных мышц посредством биомонитора ME-6000 (Mega Electronics Ltd, Финляндия). Для последующего анализа были зарегистрированы ЭМГ мышц правой руки и спины: короткий сгибатель большого пальца, поверхностный сгибатель и общий разгибатель пальцев, двуглавая и трехглавая плеча, дельтовидная (задняя часть) и трапециевидная (верхние и нижние пучки с правой стороны).

В исследовании анализировалась амплитуда ЭМГ-активности скелетных мышц, при изменении глубины захвата тетивы – средний и глубокий. При среднем

захвате тетива располагалась на дистальных фалангах пальцев, при глубоком – на средних фалангах пальцев.

Статистическую обработку данных осуществляли с помощью Statistica 10.0. Рассчитывали среднее арифметическое (M) и ошибку среднего арифметического (m). В некоторых случаях рассчитывали изменения, выраженные в процентах. Для оценки достоверности различий в регистрируемых параметрах применяли однофакторный дисперсионный анализ для повторных измерений (ANOVA) с Post-hoc анализом Mann-Whitney. Статистически значимым уровнем считали $p < 0,05$.

Результаты исследования и их обсуждение.

Обследуемые спортсмены применяли средний захват тетивы при выполнении выстрела из классического лука. Средний захват самый распространённый и ему учат подавляющее большинство тренеров в спортивных школах. Обусловлено это тем, что захват тетивы производится путем складывания пальцев в крюк вокруг тетивы, которая находится примерно на середине дистальных фаланги, позволяет легче распределить давление на пальцы тянущей руки и обеспечить выпуск стрелы [4]. При глубоком захвате добиться чистого и быстрого выпуска гораздо сложнее.

Исследуемые нами мышцы можно условно разделить на две группы. В первую входят мышцы, непосредственно участвующие в захвате тетивы: короткий сгибатель большого пальца, поверхностный сгибатель пальцев и общий разгибатель пальцев. Наиболее высокое напряжение среди мышц, выполняющих захват тетивы, демонстрировал поверхностный сгибатель пальцев, $177,83 \pm 30,85$ мкВ. Однако короткий сгибатель большого пальца, который не выполняет захват тетивы, развивал амплитуду ЭМГ $181,67 \pm 32,90$ мкВ. Общий разгибатель пальцев проявлял наименьшее напряжение, $97,92 \pm 16,76$ мкВ (таблица 1). По своим функциям он антагонист к мышцам, которые выполняют захват, и его активность должна быть минимальной.

Таблица 1-Амплитуда мышц при различных захватах тетивы, мкВ, M±m

№	Мышцы	Захват			
		средний		глубокий	
		с крючком	без крючка	с крючком	без крючка
1	короткий сгибатель большого пальца	181,67±32,90	131,67±18,23	159,83±35,73	106,67±19,65
2	поверхностный сгибатель пальцев	177,83±30,85	230,92±55,44	179,67±36,17	228,00±53,58
3	общий разгибатель пальцев	97,92±16,76	104,50±15,97	90,58±15,56	98,58±16,13
4	двуглавая плеча	246,83±60,7	229,33±47,22	317,00±81,43	239,67±53,87
5	трехглавая плеча	57,17±13,83	39,25±4,22	39,67±4,43	38,58±4,03
6	задняя часть дельтовидной	626,42±154,31	572,08±150,31	612,75±146,96	537,92±130,65
7	верхние пучки трапециевидной	248,75±50,36	277,58±65,34	285,17±68,7	267,08±60,67
8	нижние пучки трапециевидной	350,92±72,94	401±81,76	367,33±75,23	381,67±79,3

Вторая группа мышц участвует в натяжении и удержании тетивы при выстреле из лука: двуглавая и трёхглавая плеча, задняя часть дельтовидной, верхние и нижние пучки трапециевидной. Наибольшая амплитуда ЭМГ наблюдалась у задней части дельтовидной, 626,42±154,31 мкВ, так как она выполняет отведение тянущей руки назад и участвует в удержании растянутого лука. Следующая по величине напряжения была трапециевидная мышца: амплитуда нижних пучков – 350,92±72,92 мкВ и верхних пучков – 248,75±50,36 мкВ.

Амплитуда ЭМГ двухглавой мышцы плеча составляла $246,83 \pm 60,70$ мкВ, и она выполняет сгибание тянущей руки в локтевом суставе. Её антагонист – трёхглавая мышца плеча – проявляла наименьшее напряжение по сравнению со всеми исследуемыми мышцами – $57,17 \pm 13,83$ мкВ (таблица 1).

В последнее время популярность набирает глубокий захват тетивы. Он характеризуется тем, что кисть руки, осуществляющей захват, располагается перпендикулярно тетиве (перед натяжением лука). Тетива захватывается тремя (иногда двумя) пальцами таким образом, чтобы нагрузка на них была по возможности равномерной, а сама тетива располагалась на сгибе между второй и третьей фаланг пальцев. Остальная часть пальцев и ладонь должны быть по возможности выпрямлены.

При выполнении выстрелов с глубоким захватом тетивы выраженных изменений в напряжении исследуемых мышц по сравнению со средним захватом не зарегистрировано. Однако можно отметить, что в процентном сравнении при глубоком захвате у короткого сгибателя большого пальца уменьшилась активность на 12% ($p > 0,05$). У остальных мышц, участвующих в удержании тетивы, активность мышц осталась практически на том же уровне: у поверхностного сгибателя пальцев амплитуда ЭМГ составила $179,67 \pm 36,17$ мкВ, а у общего разгибателя пальцев – $90,58 \pm 15,56$ мкВ (таблица 1). В мышцах плеча можно отметить увеличение и расслабление мышц антагонистов: удвуглавой плеча амплитуда ЭМГ возросла на 32% до $317,00 \pm 81,43$ мкВ ($p > 0,05$), и активности трехглавой, напротив, снизилась на 30%, до $39,67 \pm 4,43$ мкВ ($p > 0,05$). Также при выстрелах с глубоким захватом тетивы незначительно, на 13% ($p > 0,05$), увеличилось напряжение верхних пучков трапецевидной мышцы. У остальных мышц изменения напряжения не превышали 4% по сравнению со средним захватом тетивы (таблица 1).

При этом стоит отметить, что при глубоком захвате наблюдается устойчивая тенденция к увеличению

активности мышц сгибателей и расслаблению мышц разгибателей. Можно предположить, что удержание тетивы между вторыми и третьими фалангами пальцев производится ближе к ладони и проявляется большим усилием мышц-сгибателей руки для удержания тетивы. Таким образом, при глубоком захвате мышцы-сгибатели более активны, а мышцы-разгибатели проявляют меньшую активность в сравнении со средним захватом тетивы.

При использовании напальчника без крючка напряжение короткого сгибателя большого пальца снижалось, при среднем захвате на 27% ($p > 0,05$), при глубоком захвате на 33% ($p > 0,05$). Вместе с тем, происходило увеличение амплитуды ЭМГ поверхностного сгибателя пальцев при среднем захвате на 23% ($p > 0,05$) и при глубоком захвате на 21% ($p > 0,05$) (таблица 1). Можно предположить, что при отсутствии крючка в конструкции напальчника снижалось напряжение короткого сгибателя большого пальца, так как нагрузка от тетивы лука распределилась между тремя пальцами участвующими в захвате тетивы (указательный, средний, безымянный). Однако из-за отсутствия крючка на напальчнике мизинец не осуществлял давление на него, и основная нагрузка ложилась на пальцы, участвующие в захвате тетивы, и, следовательно, увеличивалось напряжение поверхностного сгибателя пальцев.

В глубоком захвате при использовании напальчника без крючка снизилось напряжение двухглавой мышцы плеча на 24% ($p > 0,05$) по сравнению с глубоким захватом с крючком. Остальные мышцы при захвате тетивы напальчиком без крючка при разной глубине захвата явных изменений напряжения не проявили.

Заключение. Исходя из полученных результатов, можно заключить, что при различной глубине захвата тетивы не наблюдается выраженных изменений в активности мышц тянущей руки. При этом можно отметить тенденцию к увеличению напряжения мышц-сгибателей

при глубоком захвате тетивы по сравнению со средним.

Также при сравнении амплитуды ЭМГ мышц выстрелов из лука с напальчником с крючком и без крючка под мизинец не выявлено значимых различий. Однако при выстрелах без крючка наблюдалась тенденция к повышению активности поверхностного сгибателя пальцев кисти и снижению напряжения короткого сгибателя большого пальца.

Список литературы

1. Базовая техника стрельбы из лука // Archery Club: сайт. – URL: <https://archeryclub.by/theory/basic-archery-technique/> (дата обращения: 25.02.2024).

2. Байдыченко, Т.В. Концептуальный подход к индивидуальной наладке оружия в стрельбе из лука / Т.В. Байдыченко, В.В. Лысенко, А.Ю. Бородин // Теория и практика прикладных видов спорта. – 2011. – №2 (11). – С. 38-41.

3. Пухов, А.М. Особенности силовых и электромиографических характеристик при максимальном произвольном сокращении и выстрелах из классического лука / А.М. Пухов, Д.П. Тарнаков // Наука и спорт: современные тенденции. – 2023. – Т. 11, № 4. – С. 45-52.

4. Семериков, С.К. Формирование базовой основы техники у начинающих стрелков из лука, студентов СПО / С.К. Семериков, А.В. Литманович // Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта. – 2018. – № 1. – С. 23-26.

5. Lee, K. Total archery: text-book / Lee Kisik. – ASC, Australia, 2004. – 150 p.

ОСОБЕННОСТИ АДАПТИВНЫХ РЕАКЦИЙ СПОРТСМЕНОВ-ОРИЕНТИРОВЩИКОЙ ПРИ ЦИКЛИЧЕСКОЙ РАБОТЕ

А.Н. Ходанович, А.А. Аввакуменков

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. Спортивное ориентирование – вид спорта, в котором физические и умственные нагрузки тесно связаны между собой. Современная спортивная деятельность предъявляет высокие требования к подготовке спортсменов которая осуществляется в условиях постоянно изменяющейся ситуации. На спортсмена постоянно воздействуют различные факторы внешней среды [7]. Физиологические особенности соревновательной деятельности и тренировочное воздействие на спортсменов аналогичны другим видам спорта, в которых выносливость является определяющим фактором физической подготовленности [8, 9].

Адаптация организма к постоянно изменяющимся условиям среды – безостановочно происходящий процесс приспособления организма, призванный сохранять в нем гомеостатическое равновесие. Физиологический смысл адаптации организма заключается именно в поддержании гомеостаза и, соответственно, обеспечения жизнеспособности организма практически в любых условиях, на которые он способен адекватно реагировать [2, 5]. Адаптация организма к условиям среды может носить различный характер и затрагивает все функциональные системы организма [3].

Проблема адаптации организма к напряженной мышечной деятельности в спорте во многом связывается с изучением механизмов регулирования его физиологических функций. При этом специфика

тренировочного процесса оказывает существенное влияние на функциональное состояние систем кровообращения и дыхания. В то же время, на формирование типа адаптации большое влияние оказывает специфика соревновательной деятельности [4].

Достижение максимальных спортивных результатов и сохранение здоровья спортсмена возможно на основе согласованного функционирования органов и систем различного уровня. Контроль за развитием адаптационных реакций спортсменов в процессе их подготовки позволяет корректировать величину физических нагрузок в соответствии с меняющейся реактивностью организма, оценивать и прогнозировать эффективность их влияния на организм спортсмена в различные периоды времени [1]. Вместе с тем, типы адаптивных реакций можно применять для надежного прогноза функционального состояния сердечно-сосудистой системы и сопряженных с ней систем транспорта и утилизации кислорода в работающих тканях при адаптации организма спортсменов к максимальным физическим нагрузкам [6].

Анализ специальной научно-методической литературы показал, что в существующих исследованиях не уделялось внимания изучению адаптивных реакций сердечно-сосудистой и кардио-респираторной систем спортсменов-ориентировщиков. В этой связи предпринятое исследование направлено на выявление типов адаптивных реакций у спортсменов-ориентировщиков при выполнении различных уровней циклической нагрузки.

Методы и организация исследования. Систематический поиск релевантных статей осуществлялся с помощью электронных баз данных eLibrary, Scopus, Web of Science, ResearchGate, PubMed. Исследование проводилось в 2023 году на базе Научно-исследовательского института проблем спорта

и оздоровительной физической культуры ВЛГАФК. Статистическая обработка результатов эксперимента проводилась с помощью Microsoft Office Excel 2007 и программы Statistica 10.0.

При помощи спироэргометрической «Quark» и беговой дорожки h/p/cosmos venus определялась физическая работоспособность и уровень порога анаэробного обмена. Спортсмены выполняли ступенчато-возрастающую нагрузку на беговой дорожке. Первая ступень начиналась на скорости 7 км/ч, продолжительность ступени – 2 мин, далее каждые 2 минуты скорость увеличивалась на 2 км/ч. Фиксировались показатели газообмена и ЧСС на 4 ступенях нагрузки. В исследовании приняло участие 8 юношей, занимающихся спортивным ориентированием в возрасте 16-18 лет и имевшие квалификацию 1-2 разряда.

Результаты и их обсуждение. При рассмотрении динамики ЧСС спортсменов-ориентировщиков в ходе выполнения нагрузочного тестирования на 1 ступени нагрузки (скорость тредбана 7 км/ч, градиент 0 градусов) установлено, что относительно начального уровня ЧСС спортсменов можно выделить 3 типа реакции. В течение первых 2 минут работы на указанной величине нагрузки у части испытуемых (3 человека) происходил резкий рост значений ЧСС в течение первых 20 секунд работы со скоростью 0,3-0,4 удара/сек., а затем происходила стабилизация значений. Трое испытуемых продемонстрировали W-образную динамику, т.е. в течение первых 20-30 секунд происходил рост, а затем падение значений ЧСС, а к 2 минуте работы возобновлялся рост значений ЧСС. Третий тип реакции на 1 ступени нагрузки можно охарактеризовать как «нисходящий», т.е. в течение 2 минут работы происходило постепенное падение значений ЧСС, относительно показателей начального уровня.

Рост ЧСС на второй ступени нагрузки характеризовался 2 типами адаптивных реакций. Шесть испытуемых

показали плавный рост значений на протяжении всей ступени со скоростью от 5 до 10 ударов в минуту. Двое испытуемых продемонстрировали W-образную динамику значений.

На 3 ступени нагрузки у испытуемых наблюдалось 2 основных типа реакции ЧСС. Половина спортсменов демонстрировала плавный рост показателей на протяжении всей ступени, а у второй половины наблюдался рост в течение первых 20-30 секунд, затем происходила стабилизация значений, к 90-й секунде рост значений возобновлялся. На 4 ступени нагрузки у всех испытуемых в течение 1 минуты наблюдался рост значения ЧСС, а затем стабилизация показателей ЧСС до окончания ступени.

Динамика значений потребления O_2 и выделение CO_2 у испытуемых имела положительную корреляцию между собой (0,95-0,98). В результате рассмотрения потребления O_2 на первой ступени нагрузки установлено, что у всех испытуемых в течение первых 40 секунд работы происходил рост потребления O_2 , после чего реакции имели различия. У 2 испытуемых после 40 секунд работы происходило падение потребления O_2 , а на последних 20 секундах работы наблюдался рост.

У троих спортсменов после 40-секундного роста потребления O_2 происходила стабилизации этого показателя до окончания ступени. У 3 ориентировщиков после 40-секундного роста потребления O_2 происходила стабилизации показателя на 1 минуту, а затем до окончания ступени (в течение 20 секунд) происходило падение потребления.

Анализ данных второй ступени нагрузки показал, что половина испытуемых имела тенденцию к плавному росту потребления O_2 на протяжении этапа тестирования, а половина имела волнообразную динамику с интервалом в 30 секунд. На третьем уровне нагрузки у 3 испытуемых в течение 20 секунд наблюдалось падение потребления O_2 , а затем постепенный рост до окончания ступени. Для

5 ориентировщиков была характерна волнообразная динамика потребления с трендом к увеличению.

На 4 этапе исследования у 6 испытуемых было обнаружено падение потребления O_2 в течение 20 секунд, после чего происходил плавный рост до окончания ступени. Для 2 спортсменов при увеличении нагрузки был характерен резкий рост потребления кислорода в течение 20 секунд с последующим плавным увеличением.

Выводы. Спортсменам-ориентировщикам характерно несколько типов адаптивных реакций организма на физическую нагрузку различной интенсивности. К часто встречающимся можно отнести: падение показателей в начале ступени, а затем рост до окончания этапа испытаний; резкий рост значений с дальнейшей стабилизацией; постепенное равномерное увеличение показателей.

Список литературы

1. Влияние различных видов спорта на деятельность функциональных систем организма человека / Н.А. Фудин, В.М. Еськов, О.Е. Филатова [и др.]. – DOI 10.12737/7589 // Вестник новых медицинских технологий. Электронное издание. – 2015. – № 1. – С. 2-1. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22971590> (дата обращения: 15.02.24)

2. Воздействие общей двигательной активности на функциональные системные реакции организма девушек 18-22 лет / С.А. Панова, А.В. Кириллова, А.В. Янцев, З.К. Алиева // Ученые записки Таврического национального университета имени В.И. Вернадского. Серия: Биология, химия. – 2012. – Т. 25 (64), № 4. – С. 152-158.

3. Голокова, В.С. Критерии оценки адаптивных возможностей спортсменов / В.С. Голокова, Ф.А. Захарова // Международный научно-исследовательский журнал. – 2014. – № 3-4 (22). – С. 71-73.

4. Двоеносов, В.Г. Влияние уровня легочной вентиляции на адаптивные реакции кардиореспираторной системы у спортсменов - гребцов при напряженных физических нагрузках / В.Г. Двоеносов, А.И. Быков // Современные

проблемы и перспективы развития гребных видов спорта: материалы Всероссийской научно-практической конференции, Казань, 16 сентября 2016 года. – Казань: ФГБОУВПО «Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма», 2016. – С. 11-16.

5. Пустозеров, А.И. Влияние спортивной специализации на функциональное состояние нервной системы студентов физкультурного вуза / А.И. Пустозеров, В.К. Миловидов // Научно-спортивный вестник Урала и Сибири. – 2015. – № 1(4). – С. 37-42.

6. Радченко, А.С. Прогноз эффективности адаптивных реакций организма спортсмена при циклической мышечной аэробной работе / А.С. Радченко // Российский медико-биологический вестник имени академика И.П. Павлова. – 2003. – № 1-2. – С. 83-91.

7. Ходанович, А.Н. Особенности показателей сенсомоторных реакций спортсменов-ориентировщиков, специализирующихся в кроссовых видах спортивного ориентирования, в соревновательном периоде / А.Н. Ходанович – DOI 10.51871/2588-0500_2023_07_01_12 // Современные вопросы биомедицины. – 2023. – Т. 7, № 1(22).

8. Ходанович, А.Н. Психофизиологические особенности спортсменов-ориентировщиков высокой квалификации, специализирующихся в кроссовых видах спортивного ориентирования / А.Н. Ходанович. - doi.org/10.47475/2500-0365-2022-17217 // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2022. – Т. 7, № 2. – С. 112-118. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48507439> (дата обращения: 28.01.24).

9. Oxygen saturation and heart rate variability during orienteering races / Todor Pedev, Ljubomir Mladenov, Anton Gochkov, Silvia Shandurkova. - doi.org/10.37393/ICASS2022/80 // International scientific congress «Applied sports sciences», 2-3 December 2022, Sofia, Bulgaria: proceeding book. Volume 2 / editors Tatiana Yancheva, Stefka Djobova, Milena Koleva. – Sofia, 2022. – P. 45-50. – URL: <https://journal.nsa.bg/pdf/icass2022/Volume%202/80.pdf> (дата обращения: 28.01.24).

ИЗУЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СПОРТСМЕНОВ В УСЛОВИЯХ ВЫСОКОЙ КОНКУРЕНЦИИ

Л.А. Якимова

*ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет
физической культуры спорта и туризма»,
Россия, г. Краснодар*

Введение. В последнее время спортивные достижения все ближе подступают к границам возможностей человека, все больше повышается давление результативности и ожидания от спортсменов. Особую значимость приобретают вопросы психологической подготовки спортсменов к соревнованиям, заключающиеся в объединении средств развития ментальных и физических способностей [2, 3, 4]. Многие авторы считают, что подобная интеграция позволит повысить уровень соревновательных достижений в условиях стресса [2, 3]. Они отмечают, что когнитивные функции человеческого разума являются ключевыми для противостояния высокому напряжению, тревоги, усталости. Однако остается достаточно много не изученных компонентов, касающихся самообразования, тренировки ментальных способностей у спортсменов высокой квалификации. В связи с чем целью нашего исследования стало выявление ментальной прочности у спортсменов этапа совершенствования спортивного мастерства.

Методы и организация исследования. Для достижения поставленной цели нами были проведены анализ научно-методической и справочной литературы, диагностика ментальных навыков (по адаптированной методике К.А. Бочавера и Л.М. Довжик «Оттавский тест ментальных навыков», OMSAT) [1, 5]. К исследованию были привлечены спортсмены из различных видов спорта, имеющие спортивный разряд «кандидат в мастера

спорта» и звание «мастер спорта России». Всего приняли участие 68 человек, включенных в сборные команды Краснодарского края: 12 гимнасток, 32 дзюдоиста, 16 легкоатлетов – бегунов на короткие дистанции, 8 пловцов. Исследование проходило в соревновательном периоде макроцикла на этапе непосредственной подготовки к главным соревнованиям.

Результаты и их обсуждение. В отечественной литературе были рассмотрены основные ментальные навыки, позволяющие обеспечить спортсмену профессиональную успешность - это концентрация, контроль эмоций, управление тревогой, имагинативные навыки, внутренняя речь, коммуникативные навыки, целеустремленность, спортивная мотивация, позитивные установки и другие [2, 3]. Данные навыки положены в основу многих моделей психологической подготовки, состоящих из базовых, психосоматических и когнитивных блоков умений, позволяющих обеспечить занимающимся преодоление соревновательной тревоги и спортивного стресса.

Изучая состояние ментальной прочности у спортсменов высокой квалификации было выявлено, что большинство (51,4%) членов сборных имеют средний уровень ментальных навыков, еще часть (22,2%) – высокий и достаточно много спортсменов (26,4% от всех исследуемых) – низкий. При этом по результатам теста OMSAT наибольшее количество баллов набрали качества целеустремленности (21 балл), уверенности в себе и мобилизации (по 20 баллов). Что показывает, что спортсмены высокой квалификации четко определяют свои цели и мотивированно идут к ним. Несколько меньше баллов набрали свойства концентрации внимания, планирования, помехоустойчивости (по 16 баллов каждое). По данным результатам видно, что спортсменам трудно фокусироваться на выполнении соревновательной деятельности при объективных и субъективных помехах в момент состязаний. И совсем

низкий порог развития показали качества релаксации и имагинации (по 12 баллов), из-за чего настойчивость к победе из-за появляющихся трудностей может быть снижена.

Интерпретация полученных результатов позволяет заключить, что высококвалифицированные спортсмены могут немного отойти от поставленной цели, но за счет самодисциплины и трудолюбия быстро вернуться к ней. Небольшая часть все же имеют высокую мотивацию, это стрессоустойчивые люди с абсолютной целеустремленностью на результат и преодоление любых трудностей. Но есть и такие, кто сдается при первой же трудности, нарушая спортивную дисциплину и снижая результативность соревновательного поединка.

Заключение. Полученные результаты исследования позволили изучить состояние психологических свойств спортсменов, тренирующихся на этапе совершенствования спортивного мастерства. Выявлено, что не все спортсмены, имеющие высокий уровень квалификации, готовы трансформировать свою энергию для максимально возможных спортивных результатов. Вследствие чего в процессе психологической подготовки спортсменов высокого ранга следует учитывать подобные нюансы и своевременно планировать средства по коррекции негативных состояний.

Список литературы

1. Бочавер, К.А. Психологическая диагностика в спорте / К.А. Бочавер, Д.В. Бондарев, Л.М. Довжик. – Москва: Спорт, 2023. – 232 с.
2. Ильин, Е.П. Психомоторная организация человека / Е.П. Ильин. – Москва: Питер, 2003. – 382 с.
3. Карпеев, А.Г. Оценка психомоторных способностей на примере экстремальных видов деятельности / А.Г. Карпеев // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2012. – № 2 (49). – С. 51-52.
4. Якимова, Л.А. Использование фитнес-технологий в

учебном процессе вузов для формирования положительной мотивации к двигательной активности у обучающихся / Л.А. Якимова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2019. – № 4. – С. 27-33.

5. Якимова, Л.А. Методология научных исследований в области физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие / Л.А. Якимова, Т.Х. Емтыль. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – 61 с.

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ

ОСОБЕННОСТИ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ МОТОНЕЙРОННЫХ ПУЛОВ БИЛАТЕРАЛЬНЫХ СКЕЛЕТНЫХ МЫШЦ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ ЧЕЛОВЕКА ПРИ СКОРОСТНЫХ ЛОКОМОТОРНЫХ ДВИЖЕНИЯХ

***М.Г. Барканов, А.А. Челноков, Д.А. Гладченко,
Р.М. Городничев***

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. Локомоция – это двигательный акт, запускаемый нисходящей командой, исходящей из локомоторных областей, расположенных в стволе головного мозга, а затем выполняемый без сознательных усилий автоматически и стереотипно благодаря существованию нейронных сетей, расположенных в спинном мозге, так называемых центральных генераторов автоматизированных движений [1, 2]. Большинство последних работ по локомоции человека направлены на анализ электронейромиографических и кинематических параметров нормальной ходьбы и бега [3, 4]. Кроме того, в этих работах представлены электромиографические и кинематические параметры ходьбы и бега ведущей конечности, обычно правой. В некоторых работах представлены данные об изменении функциональных различий билатеральных мышц нижних конечностей при ходьбе [5]. Однако, следует отметить, что данных по этой тематике ещё незначительно. На современном этапе требуется детальное изучение нейрофизиологических механизмов, обеспечивающих сенсорно-моторные функции в структуре бегового шага

человека. В связи с этим, цель данного исследования состояла в изучении особенностей функциональной активности мотонейронных пулов билатеральных скелетных мышц нижних конечностей человека при скоростных локомоторных движениях.

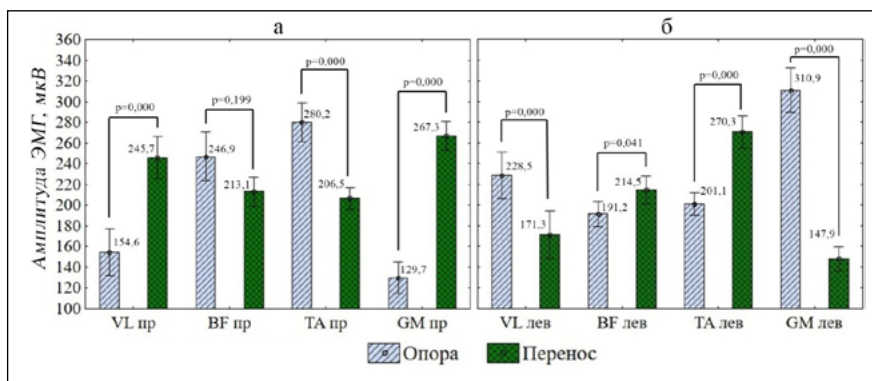
Методы и организация исследования. В исследовании приняли участие 12 здоровых мужчин-легкоатлетов в возрасте 18-23 лет (длина тела $175 \pm 4,6$ см, масса тела $74 \pm 5,1$ кг). Эксперименты проводились в соответствии с Хельсинкской декларацией Всемирной медицинской ассоциации.

Испытуемым в ходе исследования предлагалось выполнить локомоторный тест на беговой дорожке «Venus» (HP Cosmos, Австрия), который включал проталкивание пассивной ленты тредбана в течение 10 секунд с максимально возможной скоростью, держась за поручни беговой дорожки. Для анализа билатеральных ЭМГ-паттернов беговой шаг был разделён на фазу переноса – с момента отрыва нижней конечности от места опоры до момента постановки конечности на опору и фазу опоры – с момента постановки конечности на место опоры до момента отрыва конечности от опоры. За 10 с испытуемые выполняли в среднем 18-20 беговых циклов.

ЭМГ мышц обеих нижних конечностей *m. vastus lateralis* (VL), *m. biceps femoris* (BF), *m. tibialis anterior* (TA) и *m. gastrocnemius medialis* (GM) отводили биполярными поверхностными электродами с диаметром 0,9 см, расстояние между электродами составляло 2 мм. ЭМГ-сигналы регистрировали с помощью телеметрического 16-канального электронейромиографа (ME6000 MegaWin, Финляндия). Анализ записей ЭМГ мышц (нормализация, выпрямление, усреднение) осуществлялся при помощи интерактивного пакета программы MatLab 2018b (MathWorks, США). Рассчитывали среднюю амплитуду ЭМГ в фазах опоры и переноса бегового шага. Статистический анализ проводился в программе Statistica v.10 (StatSoft, 2010). Статистическую значимость различий между

исследуемыми параметрами определяли с помощью непараметрического критерия Mann-Whitney U-test. Достоверными считали отличия при $p < 0,05$.

Результаты и их обсуждение. Сравнительный анализ биопотенциалов скелетных мышц правой нижней конечности (рис. 1а) при проталкивании пассивной ленты тредбана в разные фазы бегового шага показал, что в фазе опоры бегового шага средняя ЭМГ-активность правого разгибателя голени в коленном суставе VL составляла 154,6 мкВ, что на 91,1 мкВ меньше по сравнению с активностью в фазе переноса. Активность мышцы-флексора голеностопного сустава ТА правой конечности была на 73,7 мкВ больше в фазе опоры, чем в фазе переноса, а средняя активность экстензора GM в фазе переноса – на 137,6 мкВ в сравнении с фазой опоры. Зарегистрированная ЭМГ-активность мышцы бедра BF в фазе опоры правой нижней конечности составляла 246,9 мкВ и не имела различий в фазе переноса ($BF_{лев} = 213,1$ мкВ; рис. 1а).



а – правая нижняя конечность; б – левая нижняя конечность

Рисунок 1 – Амплитуда ЭМГ-активности скелетных мышц в фазах опоры и переноса бегового шага во время проталкивания пассивной беговой дорожки, мкВ (n=12): p – достоверные отличия при уровне значимости $p = 0,05$.

В фазу опоры происходит увеличение амплитуды ЭМГ-активности левого разгибателя голени в коленном суставе VL на 57,2 мкВ по сравнению с фазой переноса, а активность мышцы BF, наоборот, больше в фазу переноса на 23,3 мкВ, чем в фазу опоры (рис. 1б). При переносе левой конечности происходит повышение амплитуды ЭМГ-активности флексора TA на 69,2 мкВ в сравнении с фазой опоры. Напротив, ЭМГ-активность экстензора GM левой конечности в фазу опоры была больше на 163 мкВ, чем в фазе переноса. Таким образом, нами обнаружены значимые функциональные различия в мышечной активности между левой и правой конечностями в структуре скоростного бегового шага.

Заключение. Скоростной беговой шаг в фазе опоры правой конечности характеризуется повышением функциональной активности мотонейронных пулов разгибателя стопы (TA), в фазе переноса – разгибателя голени в коленном суставе (VL) и сгибателя стопы (GM). В фазе опоры левой конечности при беговом шаге повышается активность мотонейронного пула разгибателя голени в коленном суставе и сгибателя стопы, в фазе переноса – сгибателя конечности в коленном суставе (BF) и разгибателя стопы.

Список литературы

1. Kiehn, O. Decoding the organization of spinal circuits that control locomotion / O. Kiehn // *Nat Rev Neurosci.* – 2016. – V.17 (4). – P.224-238.
2. Control of Mammalian Locomotion by Somatosensory Feedback / A. Frigon, T. Akay, B.I. Prilutsky // *Compr Physiol.* – 2021. – V.12 (1) – P. 2877-2947.
3. Регуляция фаз шагательного цикла при инвазивной электрической стимуляции спинного мозга / Р. М. Городничев, А. М. Пухов, С. А. Моисеев [и др.] // *Физиология человека.* – 2021. – Т. 47, № 1. – С. 73-83.
4. Барканов, М.Г. Особенности вызванных мышечных ответов и кинематических параметров скоростных

локомоторных движений при чрескожной электрической стимуляции разных зон спинного мозга / М.Г. Барканов, Р.М. Городничев // Физиология человека. – 2022. – Т. 48, № 5. – С. 49-59.

5. An investigation into the bilateral functional differences of the lower limb muscles in standing and walking / S. Liang, J. Xu, L. Wang, G. Zhao // Peer J. – 2016. – V.9 (4). – e2315.

ЭФФЕКТЫ СОЧЕТАННОЙ ЭЛЕКТРИЧЕСКОЙ И МАГНИТНОЙ СТИМУЛЯЦИИ СПИННОГО МОЗГА НА ПРОЯВЛЕНИЕ ПРЕСИНАПТИЧЕСКОГО ТОРМОЖЕНИЯ

А.С. Бойков

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Факторы окружающей среды оказывают различное влияние на организм человека на протяжении всей жизни. Они могут проявляться в виде отдельных, сочетанных и комбинированных воздействий [1].

Целенаправленная двигательная активность важна для осуществления взаимодействия организма с внешней средой. Взаимодействие человеческого организма с факторами окружающей среды происходит при участии двигательной системы, которая обеспечивает адаптацию организма к условиям жизнедеятельности. Магнитная и электрическая стимуляции спинного мозга являются перспективными методами изучения механизмов функционального состояния двигательной системы [2]. Методы электрической (ЭС) и магнитной (МС) стимуляции спинного мозга используются в исследованиях: сенсомоторной регуляции движений, способов развития мышечной силы, возможностей коррекции двигательных нарушений, выраженности

тормозных процессов [3, 4]. Влияние комбинированной электрической и магнитной стимуляции спинного мозга на проявление пресинаптического торможения до сих пор мало изучено.

Цель исследования. Цель работы заключалась в изучении влияния сочетанного воздействия электрической и магнитной стимуляции спинного мозга на проявление пресинаптического торможения.

Методы исследования. В экспериментах приняли участие 8 практически здоровых спортсменов мужского пола в возрасте от 18 до 22 лет, занимающихся спортивными играми.

В ходе эксперимента с целью изучения процессов пресинаптического торможения в спинном мозге использовали тестирующий Н-рефлекс для оценки эффекта кондиционирующей стимуляции на мотонейронный пул спинного мозга. Регистрировалась степень подавления амплитуды тестирующего Н-рефлекса *m. soleus*, вызываемого кондиционирующей стимуляцией *n. peroneus profundus* и наносимого за 100 мс до тестирующего раздражения *n. tibialis*. Принималось, чем больше подавление амплитуды тестирующего Н-рефлекса *m. soleus* по отношению к амплитуде контрольного Н-рефлекса, тем более выражено пресинаптическое торможение [4]. Тестирующий и контрольный Н-рефлекс *m. soleus* вызывался посредством стимуляции *n. tibialis* через монополярные электроды, при этом активный электрод располагался в *fossa poplitea*, индифферентный на *patella*. При регистрации тестирующего и контрольного Н-ответов *m. soleus* использовалась интенсивность стимула с амплитудой - 15-25% от максимального значения. Амплитуду тестирующего Н-ответа *m. soleus* выражали в процентах от амплитуды контрольного Н-ответа. Кондиционирующая стимуляция *n. peroneus profundus* осуществлялась через монополярные электроды. Активный электрод располагался вблизи наружного угла *fossa poplitea*, латеральнее и дистальнее электро-

дов для раздражения п. tibialis, индифферентный на patella. Интенсивность кондиционирующего стимула на п. peroneus profundus подбирали так, чтобы она вызывала М-ответ m. tibialis anterior с амплитудой - 5-15% от максимального значения [4]. После определения фоновых показателей торможения наносилась сочетанная электрическая и магнитная стимуляция со следующими параметрами: длительность – 60 секунд, частота – 15 Гц.

Результаты исследования. Анализ эффекта сочетанного воздействия электрической и магнитной стимуляции на проявления пресинаптического торможения показал, что по сравнению с фоном под влиянием стимуляции подавление тестирующего Н-рефлекса возросло. Данный факт свидетельствует об усилении пресинаптического торможения (таблица 1).

Таблица 1. Амплитуда Н-рефлекса в условиях кондиционирующей стимуляции

Показатели	Покой (фон)		T2, мВ				
	К, мВ	T1, мВ	После стимуляции	Время восстановления, мин			
				5	10	15	20
	4,64	3,46	2,86	2,83	2,73	2,52	2,75
Различия между тестирующим и контрольными Н-рефлексами, мВ	-1,18		-1,78	-1,81	-1,91	-2,12	-1,89
Тестирующий Н-рефлекс от контрольного, %	26		39	40	42	46	41

*Примечание: К – амплитуда контрольного Н-рефлекса, T1 – амплитуда тестирующего Н-рефлекса в покое, T2 – амплитуда тестирующего Н-рефлекса после стимуляции и в восстановительный период.

До стимуляции тестирующий Н-рефлекс снижался на 26%, а после ее окончания и в восстановительный

период амплитуда рефлекса уменьшилась на 39-46%. Наибольшее подавление наблюдалось на 15 минуте восстановления.

Заключение. Сочетанное воздействие электрической и магнитной стимуляции на спинной мозг приводит к усилению пресинаптического торможения спинальных мотонейронов.

Список литературы

1. Безопасность жизнедеятельности: конспект лекций: в 4 частях. Часть 2: Экологические аспекты БЖД / А.А. Волкова, В.Г. Шишкунов, Э.Л. Боксер, Г.В. Тягунов; под общей редакцией А.А. Волковой. – Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ – УПИ, 2006. – 96 с.

2. Городничев, Р.М. Спортивная электронейромиография / Р.М. Городничев; Великолукская государственная академия физической культуры. – Великие Луки, 2005. – 230 с.

3. Параметры моторных ответов человека при чрескожной электрической и электромагнитной стимуляции различных сегментов спинного мозга / Д.А. Гладченко, С.М. Иванов, Е.Н. Мачуева [и др.] // Ульяновский медико-биологический журнал. – 2016. – № 2. – С. 132-140. – ISSN 2227-1848.

4. Челноков, А.А. Закономерности формирования спинального торможения у человека: специальность 03.03.01 «Физиология»: диссертация на соискание ученой степени доктора биологических наук / Челноков Андрей Алексеевич. – Краснодар, 2014. – 320 с.

ВЛИЯНИЕ ЧРЕСКОЖНОЙ ЭЛЕКТРИЧЕСКОЙ СТИМУЛЯЦИИ СПИННОГО МОЗГА НА ПРОЯВЛЕНИЕ ИМПУЛЬСНОЙ АКТИВНОСТИ ПЕРВИЧНЫХ И ВТОРИЧНЫХ АФФЕРЕНТОВ МЫШЦ-АНТАГОНИСТОВ ГОЛЕНИ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ШАГАТЕЛЬНОГО ПАТТЕРНА С УСИЛИЕМ

Д.А. Гладченко, И.В. Алексеева, А.А. Челноков

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. Известно, что одной из основных задач супраспинальных структур головного мозга является контроль и управление произвольными движениями и локомоцией человека. Вместе с тем, спинной мозг также способен генерировать целый ряд двигательных реакций в ответ на различные соматосенсорные сигналы окружающей среды, без участия вышележащих отделов ЦНС. Сложная структура организации спинного мозга, а именно премотонейронного уровня, позволяет контролировать избыточный поток сигналов, поступающих по афферентным волокнам, предотвращая чрезмерное возбуждение мотонейронов, посредством тормозных и возбуждающих влияний одних афферентов на другие, тем самым обеспечивая нормальную двигательную активность [4, 6, 10, 12].

Последние исследования показали, что применение чрескожной электрической стимуляции спинного мозга (ЧЭССМ) изменяет параметры шагательного паттерна, а также сопровождается модуляцией процессов возбуждения и торможения нейроаксиса [1, 2, 3, 5, 8]. Особенностью ЧЭССМ является последовательная активация афферентных волокон различного диаметра, расположенных в дорсальных рогах спинномозгового

столба, что способствует повышению возбудимости мотонейронных пулов [7, 9, 11].

Однако, анализ научных источников показал, что на современном этапе мало изучена роль импульсной активности первичных и вторичных афферентных волокон при выполнении различных локомоций человека. Таким образом, цель данного исследования заключалась в изучении импульсной активности различных групп афферентов при выполнении ходьбы с усилием без ЧЭССМ, во время и после её нанесения.

Методы и организация исследования. Исследование проводили на базе Научно-исследовательского института проблем спорта и оздоровительной физической культуры ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта». В эксперименте участвовали семь здоровых испытуемых мужского пола в возрасте от 20 до 28 лет. Испытуемые выполняли проталкивание неподвижной ленты тредбана «Venus» (HP Cosmos, Австрия) усилиями ног без электрической стимуляции, во время и после ее нанесения. Электростимуляция наносилась в области поясничного утолщения между остистыми отростками грудных T_{11} - T_{12} позвонков. Сила электрического импульса, представляющая собой бифазную прямоугольную форму с заполненной несущей частотой 10 кГц, с частотой следования импульсов 30 Гц, находилась в диапазоне от 20 до 120 мА и подбиралась для каждого испытуемого индивидуально.

Записи ЭМГ-активности *m. tibialis anterior* (TA) и *m. gastrocnemius med.* (GM) правой нижней конечности осуществлялась за 30 секунд до ЧЭССМ, в течение 30 секунд во время электрической стимуляции и после стимуляционного воздействия на фоне проталкивания ленты тредбана. Регистрация ЭМГ осуществлялась при помощи 16-канального элетронеуромиографа ME-6000 (MegaElectronics LTD, Финляндия). В обработке биопотенциалов мышц использовались участки записи,

равные шести пачкам ЭМГ-активности исследуемых мышц. Для расчёта импульсной активности первичных и вторичных афферентов мышц-антагонистов голени применялась математическая модель, основанная на прогнозировании срабатывания мышечных веретен.

Статистическую обработку полученных данных выполняли в программе Statistica v.12.5 Build 192.7 (StatSoft, США). Нормальность распределения выборок определяли с помощью Shapiro-Wilk's W test и Levene's Test (ANOVA). Достоверность различий исследуемых показателей определяли при помощи применения параметрических и многофакторных дисперсионных анализов (MANOVA) с post-hoc анализом Newman-Keuls и непараметрических методов Mann-Whitney U Test. При проверке нулевых гипотез уровень статистически достоверных различий принимался равным 5% ($p=0.05$).

Результаты и их обсуждение. Установлено, что проталкивание ленты тредбана усилиями нижних конечностей в отсутствие электростимуляции спинного мозга сопровождалось сильной импульсной активностью афферентов I (Ia и Ib), II групп GM и ослаблением афферентной активности TA (рисунок 1А).

Нанесение ЧЭССМ во время ходьбы с усилием нижних конечностей вызывала сильную импульсную активность II афферентов, умеренную Ia и слабую Ib афферентов мышц-антагонистов голени, при этом более выраженную импульсную активность проявляли II афференты GM, чем аналогичные афференты TA (рисунок 1Б).

Впостактивационный период ходьбы проталкиванием неподвижной ленты тредбана сопровождалась ещё более выраженной импульсацией афферентных волокон II группы GM и ослаблением активности афферентов I и II групп TA до слабых и умеренных значений, соответственно (рисунок 1 В). При этом импульсная активность I группы афферентов GM оставалась на прежнем уровне, как во время ЧЭССМ (рисунок 1Б, В).

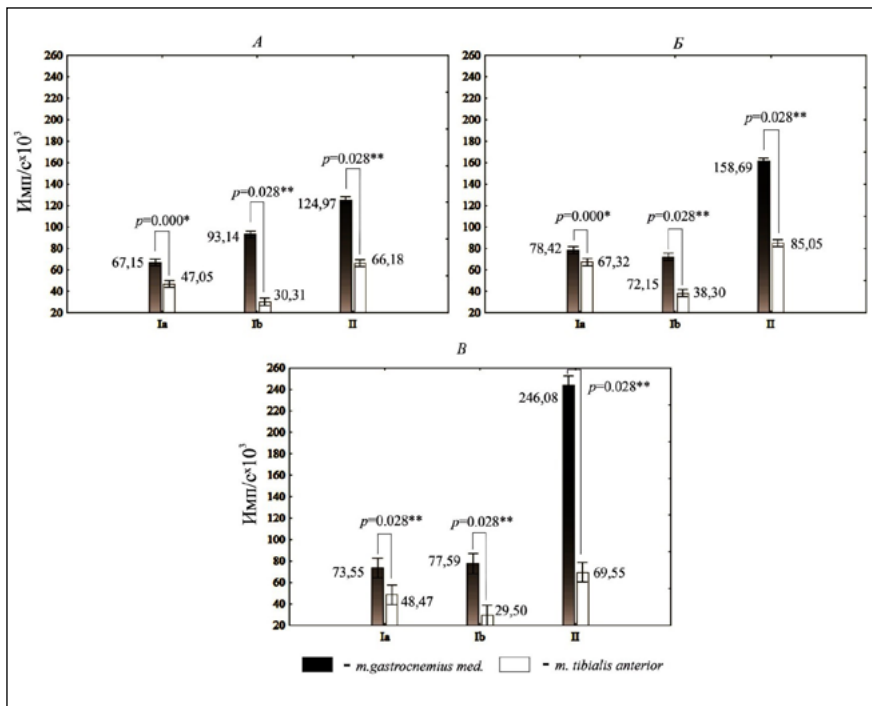


Рисунок 1 - Изменение импульсной активности афферентов Ia, Ib и II групп GM и TA при ходьбе при проталкивании ленты тредбана усилиями ног (MANOVA post-hoc анализом *Newman-Keuls; **Mann-Whitney U Test. А – ходьба без стимуляции; Б – ходьба при стимуляции; В – ходьба после стимуляции)

Заключение. Полученные результаты показали, что нанесение ЧЭССМ при выполнении ходьбы с усилием нижних конечностей сопровождается сильной импульсной активностью II афферентов мышц-антагонистов голени, чем Ia и Ib афферентов. В постактивационный период при проталкивании ленты тредбана усилиями нижних конечностей выраженность импульсной активности афферентов II группы увеличивается в сравнении с I

группой. Полученные данные расширяют представление о механизмах действия ЧЭССМ в активации афферентных волокон различных групп во время локомоции человека.

Список литературы

1. Барканов, М.Г. Особенности вызванных мышечных ответов и кинематических параметров скоростных локомоторных движений при чрескожной электрической стимуляции разных зон спинного мозга / М.Г. Барканов, Р.М. Городничев // Физиология человека. – 2022. – Т. 48, №5. – С. 49.

2. Эффекты фазовых сдвигов чрескожной электрической стимуляции спинного мозга на кинематические характеристики шагательных движений у человека / И.Н. Богачева, Н.А. Щербакова, А.А. Гришин [и др.] // Российский физиологический журнал им. И.М. Сеченова. – 2021. – Т. 107, № 3. – С. 374-381.

3. Регуляция фаз шагательного цикла при неинвазивной электрической стимуляции спинного мозга / Р.М. Городничев, А.М. Пухов, С.А. Моисеев [и др.] // Физиология человека. – 2021. – Т. 47, № 1. – С. 73-83.

4. Плещинский, И.Н. Спинной мозг: афферентные взаимодействия / И.Н. Плещинский, Н.Л. Алексеева // Физиология человека. – 1996. – Т. 22, № 1. – С. 123.

5. Эффект чрескожной электрической стимуляции спинного мозга на функциональную активность спинального торможения в системе мышц-синергистов голени у человека / А.А. Челноков, Л.В. Рощина, Д.А. Гладченко [и др.] // Физиология человека. – 2022. – Т. 48, № 2. – С. 14-27.

6. The Cellular and Synaptic Architecture of the Mechano-sensory Dorsal Horn / V.E. Abaira, E.D. Kuehn, A.M. Chirila [et al.] // Cell. – 2017. – V.168. – P. 295.

7. Neural Substrates of Transcutaneous Spinal Cord Stimulation: Neuromodulation across Multiple Segments of the Spinal Cord / T.S. Barss, B. Parhizi, J. Porter [et al.] // Journal of Clinical Medicine. – 2022. – V.11, №3. – P. 639.

8. Effect of transcutaneous electrical spinal cord stimulation on the functional activity of reciprocal and presynaptic inhibition in healthy subjects / D.A. Gladchenko, L.V. Roshchina, S.M. Bogdanov [et al.] // Russian Open Medical Journal. – 2022. – V.11, №3. – P. 302.

9. On the reflex mechanisms of cervical transcutaneous spinal cord stimulation in human subjects / M. Milosevic, Y. Masugi, A. Sasaki [et al.] // J. Neurophysiol. – 2019. – V.121. – P. 1672.

10. Prescott, S.A. Normal and abnormal coding of somatosensory stimuli causing pain / S.A. Prescott, Q. Ma, Y. De Koninck // Nat. Neurosci. – 2014. – V.17. – P. 183.

11. Self-assisted standing enabled by non-invasive spinal stimulation after spinal cord injury / D.G. Sayenko, M. Rath, A.R. Ferguson [et al.] // J. Neurotrauma. – 2019. – V. 36. – P. 1435.

12. Stachowski, N.J. Spinal Inhibitory Interneurons: Gatekeepers of Sensorimotor Pathways / N.J. Stachowski, K.J. Dougherty // Int. J. Mol. Sci. – 2021. – V.22. – P. 2667.

ВЛИЯНИЕ ПАРНОЙ АССОЦИАТИВНОЙ СТИМУЛЯЦИИ НА СКОРОСТНО- СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА СПОРТСМЕНОВ

С.М. Иванов, Р.М. Городничев

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. В спортивной практике успешность выполнения произвольных двигательных действий различной координационной сложности во многом определяется особенностями функционального взаимодействия между структурами первичной моторной коры и нижележащими нейрональными образованиями спинного мозга. Такое взаимодействие осуществляется посредством существующих между указанными структурами анатомических и физиологических связей [1]. В экспериментальных исследованиях [2,3] убедительно доказано, что характер функционального взаимодействия между нейронами моторной коры и спинного мозга может быть подвержен целенаправленному двунаправленному изменению с помощью метода парной ассоциативной стимуляции (ПАС) в результате запуска процессов нейрональной пластичности зависящей от времени спайка. Указанный метод строится на многократном низкочастотном (менее 1 Гц) сопряжении одиночных импульсов транскраниальной магнитной стимуляции (ТМС) первичной моторной коры и чрескожной электрической стимуляции задних корешков спинного мозга (ЧЭССМ) таким образом, что вызванные потенциалы от названных структур поступают на пулы спинальных мотонейронов одновременно или с определенной контролируемой задержкой [2].

На текущий момент в работах с использованием метода ПАС выявлен ряд фактов: возбудимость спинальных мотонейронов зависит от внутрестимульного интервала

и порядка следования двух ассоциативных стимулов [4]; после низкочастотной ПАС продолжительностью 30 мин происходит усиление некоторых тормозных процессов [5]; существует возможность повышения возбудимости коры головного мозга посредством протокола ПАС, в котором электрическая стимуляция спинальных мотонейронов предшествует импульсу ТМС [6]; под влиянием ПАС в сочетании с тренировкой опорно-двигательного аппарата происходит повышение возбудимости спинальных мотонейронов у пациентов с травмой спинного мозга [7]. Однако, в известной нам литературе до сих пор отсутствуют сведения о воздействии ПАС на проявление каких-либо физических качеств. В связи с этим цель нашей работы состояла в изучении эффектов ПАС на проявление скоростно-силовых качеств у спортсменов.

Методы и организация исследования. Исследования проведены на базе НИИ ПСОФК ВЛГАФК на 8 практически здоровых баскетболистах. Возраст испытуемых на период исследования составлял от 18 до 22 лет. Стаж занятий баскетболом - от 6 до 12 лет. Все участники подписали письменное информированное согласие на участие в экспериментах. Протокол исследования был одобрен комиссией по этике исследований ФГБОУ ВО ВЛГАФК. Общее время проведения эксперимента составляло не более 90 минут на 1 участника. Испытуемый находился в комфортных микроклиматических условиях. В процессе стимуляционных воздействий и регистрации ВМО исходное положение испытуемого – лежа на спине на медицинской кушетке (при изучении возбудимости моторной коры и спинальных мотонейронов) или сидя в кресле мультисуставного комплекса Biodex system 3 (в случае регистрации МПС).

Проведение эксперимента предусматривало нанесение испытуемому парной ассоциативной стимуляции общим объёмом 100 пар стимулов на протяжении 800 секунд, при этом каждая пара состояла из одиночного магнитного стимула, воздействующего на моторную зону коры головного мозга, и электрического стимула, подаваемого на

спинной мозг. До и после стимуляционного воздействия регистрировали порог вызванных моторных ответов (ВМО) исследуемых мышц, который определялся по минимальной силе магнитной и электрической стимуляции, вызывающей мышечный ответ с амплитудой не ниже 50 мкВ в более чем 50% случаев из 10 проб, производили запись мышечных ответов на изолированную стимуляцию моторной коры и спинного мозга (по 10 измерений с интервалом 8 секунд) и на парные ассоциативные стимулы (100 измерений с интервалом 8 секунд), вызываемых соответственно однократной ТМС (110% от порога ВМО), однократной ЧЭССМ (130% от порога ВМО) и парной ассоциативной стимуляцией (110% + 130% от порога ВМО), измеряли МПС при подошвенном сгибании стопы. Внутрестимульный интервал между импульсами ТМС и ЧЭССМ во время ПАС, направленный на одновременное поступление возбуждения к спинальным мотонейронам от моторной коры и задних корешков спинного мозга, рассчитывался индивидуально для каждого испытуемого на основании расчёта времени центрального моторного проведения с учётом времени афферентного (по задним корешкам спинного мозга) проведения, принятого в данном исследовании за константу – 1,5 мс [3].

Магнитная стимуляция первичной моторной коры (ТМС) осуществлялась стимулятором Magstim rapid 2 («Magstim Company», Великобритания) посредством двойной угловой катушки диаметром 110 мм (направление тока задне-переднее), локализованную немного латеральнее (1-2 см) и спереди (1-3 см) от вертекса. При этом подбирали положение катушки, в котором обеспечивалась наиболее равномерная активация трёх исследуемых мышц: передней большеберцовой (ТА), медиальной икроножной (GM) и камбаловидной (Sol).

Чрескожная электрическая стимуляция спинного мозга (ЧЭССМ) осуществлялась посредством четырехканального стимулятора NeoStim4 (ООО «Косима», Россия). Активный стимуляционный электрод диаметром 5 см (катод) из токопроводящей резины располагался по средней линии по-

звоночника в области позвонков L2-L3. Гибкие референтные электроды размером 5*8 см (аноды) размещались билатерально на гребнях подвздошных костей.

Регистрация ВМО указанных выше мышц проводилась по общепринятой методике [4] посредством электромиографического комплекса Нейро-МВП-8 (ООО «Нейрософт», Россия) до ПАС, сразу после окончания парной стимуляции (0 мин), через 5 и 10 минут.

Регистрацию МПС при подошвенном сгибании стопы определяли на мультисуставном комплексе Biodex system 3 в положении сидя. Испытуемый фиксировался мягкими ремнями для снижения подвижности в незадействованных суставах, бедро было согнуто на ~80° относительно туловища, а угол в коленном суставе составлял ~110° (рисунок 1).

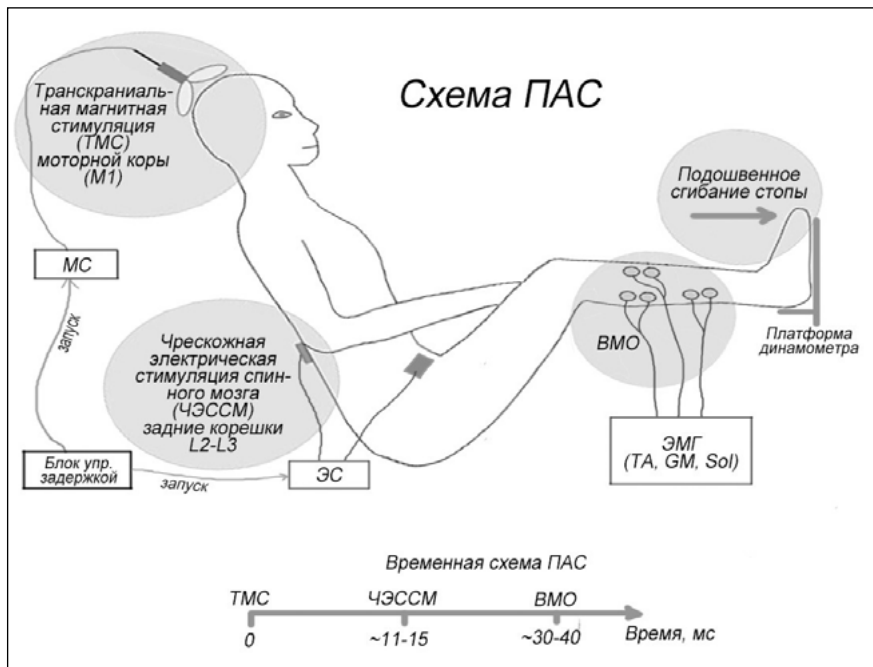


Рисунок 1. – Схема нанесения ПАС и расположения испытуемого при определении параметров МПС при подошвенном сгибании стопы

Результаты и их обсуждение. Анализ результатов исследования показал, что средняя амплитуда мышечных ответов, вызываемых парной ассоциативной стимуляцией с совпадением импульсов на уровне спинальных мотонейронов, у большинства испытуемых значительно превышала таковую при изолированной стимуляции корешков спинного мозга (рисунок 2) на 10-50% и моторной коры на 300%-5000%.

Следует отметить, что моторный ответ на ПАС, вероятно, не является простой суммацией электрических ответов на сигналы, поступающие на спинальные мотонейроны одновременно по кортикальному и афферентному входам, поскольку амплитуда ответа в случае ПАС в большинстве случаев превышает сумму амплитуд ответов на изолированную стимуляцию коры и спинного мозга. Вероятной причиной этого является кондиционирующее воздействие стимула ТМС проявляющееся в активации дополнительных спинальных мотонейронов, которые не возбуждаются при изолированном воздействии на спинной мозг.

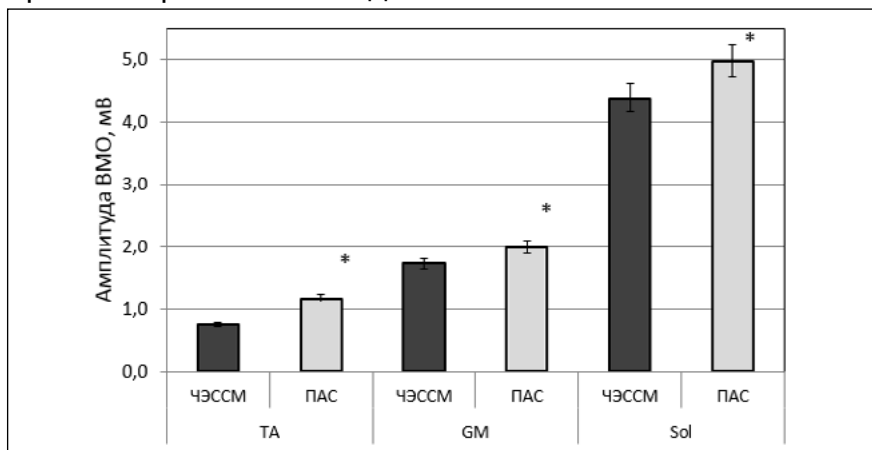


Рисунок 2. – Средняя амплитуда ВМО TA, GM и Sol при изолированной ЧЭССМ (10 стимулов) и при ПАС (100 пар стимулов). TA – передняя большеберцовая мышца; GM – медиальная головка икроножной мышцы; Sol – камбаловидная мышца

Возбудимость моторной коры достоверно увеличивалась под влиянием ПАС у ТА и GM, что отражалось в увеличении амплитуды ВМО указанных мышц на серию тестовых стимулов на 0-ой, 5-ой и 10-ой минутах после стимуляционного воздействия (рисунок 3).

Такие результаты частично не согласуются с ранее полученными данными, в которых сообщалось, что ПАС с сопряжением стимулов на уровне спинного мозга не повышает возбудимость моторной коры [3]. Однако, в указанной статье авторы производили измерение амплитуды ответов только на одной мышце через 5 минут после стимуляционного воздействия, а для ТМС во время парной стимуляции использовался подпороговый стимул, так что прямое сравнение результатов в данном случае не совсем корректно. Для уточнения этих результатов необходимы дальнейшие исследования.

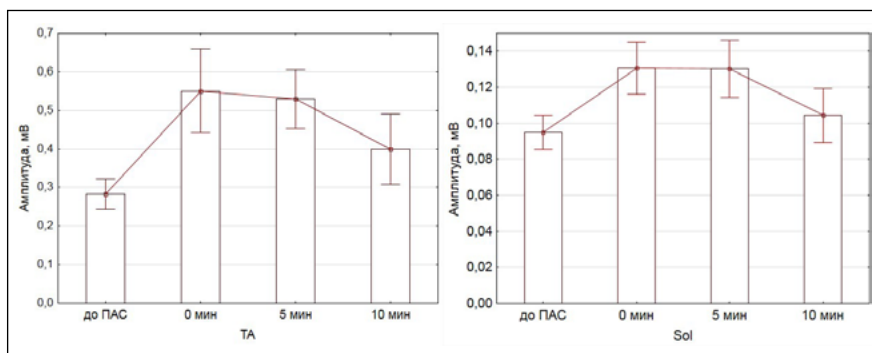


Рисунок 3. – Эффекты ПАС на амплитуду ВМО ТА и Sol при ТМС моторной коры

ПАС приводила к изменению скоростно-силовых характеристик МПС при выполнении подошвенного сгибания стопы. Максимальная сила после стимуляционного воздействия имела устойчивую тенденцию к повышению, однако зарегистрированные изменения не являлись статистически значимыми.

Заметим, что максимальное произвольное усилие довольно трудно поддаётся изменению [3]. Этот фактор снижает потенциал для выявления изменений данного показателя. На наш взгляд, более значимым и лабильным является показатель времени достижения 50% от МПС, а также времени полного расслабления с этой величины. Время достижения 50% от фоновой величины МПС (зарегистрированной до ПАС) достоверно снижалось сразу после ПАС и через 10 минут после завершения стимуляционного воздействия (рисунок 4). Через 5 минут после прекращения ПАС также наблюдалось некоторое снижение этого показателя, но оно не достигало статистически значимого уровня.

Время расслабления с величины 50% от МПС достоверно уменьшалось после нанесения ПАС. Наиболее выраженное снижение показателя произошло сразу после окончания протокола ПАС – с $344 \pm 15,92$ до $272 \pm 14,17$ мс (рисунок 4).

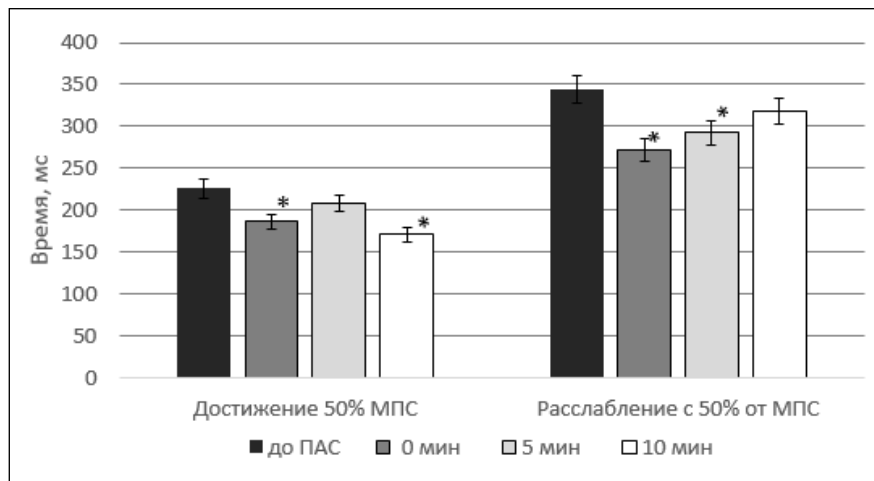


Рисунок 4. – Время достижения и расслабления 50% от МПС под воздействием ПАС

Усилия, развиваемые спортсменами через 50, 100, 150 и 200 мс после начала напряжения (при МПС), достоверно возрастали под воздействием ПАС. Наиболее выраженное увеличение отмечалось на отметке 100 мс через 10 минут после стимуляционного воздействия - с $24,16 \pm 4,92 \text{ Н} \cdot \text{м}$ до $45,62 \pm 5,63 \text{ Н} \cdot \text{м}$ (рисунок 5).

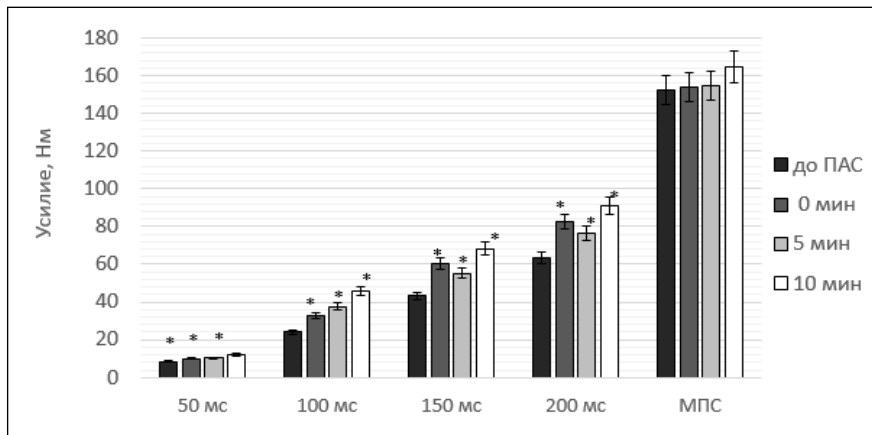


Рисунок 5. – Эффекты ПАС на величину усилий, развиваемых испытуемыми через 50, 100, 150 и 200 мс после начала выполнения МПС

Заключение. Таким образом, парная ассоциативная стимуляция приводила к достоверному увеличению возбудимости моторной коры, укорочению времени достижения усилия, равного 50% от максимального, возрастанию усилий, развиваемых за 50, 100, 150 и 200 мс выполнения максимального произвольного усилия, сокращению среднего времени полного расслабления с величины усилия равного 50% от МПС.

Список литературы

1. Городничев, Р.М. Физиология координационных способностей спортсменов / Р.М. Городничев, В.Н. Шляхтов. – Москва: Спорт, 2022. – 152 с.
2. Paired associative transspinal and transcortical stimulation produces plasticity in human cortical and spinal neu-

ronal circuits / L. Dixon [et al.] // Journal of neurophysiology. – 2016. – Т. 116, №. 2. – P. 904-916.

3. The immediate and short-term effects of transcutaneous spinal cord stimulation and peripheral nerve stimulation on corticospinal excitability / Y. Al'joboori [et al.] // Frontiers in Neuroscience. – 2021. – Т. 15. – P. 749042.

4. Roy, F.D. Interaction of transcutaneous spinal stimulation and transcranial magnetic stimulation in human leg muscles / F.D. Roy, D. Bosgra, R.B. Stein // Experimental brain research. – 2014. – Т. 232. – P. 1717-1728.

5. Induction of plasticity in the human motor cortex by paired associative stimulation / K. Stefan [et al.] // Brain. – 2000. – Т. 123, №. 3. – P. 572-584.

6. A temporally asymmetric Hebbian rule governing plasticity in the human motor cortex / A. Wolters [et al.] // Journal of neurophysiology. – 2003. – Т. 89, №. 5. – P. 2339-2345.

7. Neurophysiological changes after paired brain and spinal cord stimulation coupled with locomotor training in human spinal cord injury / T.S. Pulverenti [et al.] // Frontiers in Neurology. – 2021. – Т. 12. – P. 627975.

СИНХРОНИЗИРУЮЩЕЕ УСТРОЙСТВО ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПАРНОЙ АССОЦИАТИВНОЙ СТИМУЛЯЦИИ

С.М. Иванов, Р.М. Городничев

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Аннотация. В работе отражены результаты разработки синхронизирующего устройства высокой точности, нацеленного на реализацию различных протоколов парной ассоциативной стимуляции (ПАС). Устройство создано на базе микрокомпьютера с

программируемой средой Python и способно в широких пределах задавать внутрестимульный интервал в рамках протокола ПАС путём генерации одиночных и ритмических синхронных импульсов для запуска магнитного и электрического стимуляторов. Исследование проведено на 8 баскетболистах в возрасте 18-22 лет. По результатам эксперимента выявлена высокая надежность устройства при реализации протокола ПАС, предусматривающего временное совпадение кортикального (магнитного) и спинального (электрического) стимула на мотонейронных путях спинного мозга. По записям вызванных мышечных ответов (ВМО) мышц нижних конечностей установлено, что отклонение от целевого значения внутрестимульного интервала в пачке из 100 пар ассоциативных стимулов не превышает 0,2 мс. Таким образом, устройство может быть эффективно использовано при реализации различных протоколов парной ассоциативной стимуляции с двумя стимулами электрической или магнитной природы, а также при их сочетании.

Введение. Изучение функционального взаимодействия между нейронами первичной моторной коры и нейронами спинного мозга, осуществляемого на основе существующих между ними анатомических и физиологических связей, и определяющего успешность выполнения сложнокоординационных двигательных действий имеет важное значение в физиологии движения [1]. В экспериментальных исследованиях [2,3] показано, что параметры такого функционального взаимодействия между структурами моторной коры и спинного мозга могут быть целенаправленно изменены с помощью метода парной ассоциативной стимуляции (ПАС). Данный метод предусматривает многократное сопряжение одиночных импульсов транскраниальной магнитной стимуляции (ТМС) и чрескожной электрической стимуляции спинного мозга (ЧЭССМ) таким образом, что вызванные потенциалы от моторной коры и от корешков спинного мозга поступают на спинальные мотонейроны

одновременно или с определенной задержкой [2]. Такой подход предъявляет высокие требования к расчёту внутрестимульного интервала (задержки внутри парного стимула) и аппаратной синхронизации электрического и магнитного стимулов, подаваемых на указанные нейроны головного и спинного мозга, для обеспечения доставки возбуждающих потенциалов в нужный временной промежуток времени и запуска процессов нейрональной пластичности, зависящей от времени спайка [2].

Методы и организация исследования. Исследование проведено на 8 баскетболистах в возрасте 18-22 лет на базе НИИ ПСОФК ВЛГАФК. Все испытуемые подписали добровольное информированное согласие участника эксперимента. Протокол исследования одобрен комитетом по этике ФГБОУ ВО ВЛГАФК. Общее время проведения эксперимента, включая его подготовку, составляло не более 90 минут. Испытуемый находился в комфортных микроклиматических условиях. В процессе стимуляционных воздействий и регистрации ВМО исходное положение испытуемого – лежа на спине (на медицинской кушетке).

Магнитная стимуляция в области моторной коры (ТМС) наносилась стимулятором Magstim rapid 2 («Magstim Company», Великобритания) посредством двойной угловой катушки диаметром 110 мм (направление тока задне-переднее), локализованную чуть латеральнее и впереди от точки вертекса. При этом подбирали положение катушки, в котором обеспечивалась активация всех исследуемых мышц: камбаловидной (*m. soleus*), медиальной икроножной (*m. gastrocnemius medialis*) и передней большеберцовой (*m. tibialis anterior*).

Чрескожная электрическая стимуляция спинного мозга (ЧЭССМ) осуществлялась посредством четырехканального стимулятора NeoStim4 (ООО «Косима», Россия). Активный стимуляционный электрод диаметром 5 см (катод) из токопроводящей резины располагался по средней линии позвоночника в области

позвонок L2-L3. Гибкие референтные электроды размером 5*8 см (аноды) размещались билатерально на гребнях подвздошных костей.

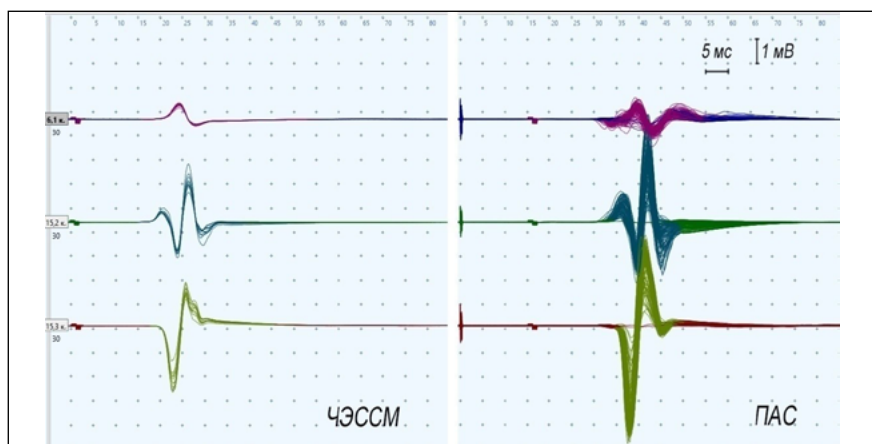
Регистрация получаемых мышечных ответов (как и контроль точности синхроимпульсов) производилась по общепринятой методике восьмиканальным электромиографом Нейро-МВП8 (ООО «Нейрософт», Россия) [4].

Синхронизирующее устройство создано на базе универсального микрокомпьютера Raspberry pi с программируемой средой Python. Разработанный программный код предусматривал оперативное внесение в синхронизирующее устройство необходимого алгоритма подачи синхроимпульсов на магнитный и электрический стимулятор, для создания ассоциативной пары стимулов с определённым внутримульсным интервалом, а также позволял задавать количество пар стимулов и паузу между ними.

Протокол проведения эксперимента предусматривал нанесение испытуемому парной ассоциативной стимуляции - 100 пар стимулов на протяжении 800 секунд, при этом каждая пара состояла из одиночного магнитного стимула, воздействующего на моторную зону коры головного мозга, и электрического стимула, подаваемого на спинной мозг. Порог вызванных моторных ответов (ВМО) исследуемых мышц, определялся по минимальной силе магнитной и электрической стимуляции, вызывающей мышечный ответ с амплитудой не ниже 50 мкВ в более чем 50% случаев из 10 проб. Регистрировали и анализировали мышечные ответы изучаемых мышц на изолированные магнитные и электрические стимулы (10 измерений с интервалом 8 секунд) и на парные ассоциативные стимулы (100 измерений с интервалом 8 секунд), вызываемых соответственно однократной ТМС (110% от порога ВМО), однократной ЧЭССМ (130% от порога ВМО) и парной ассоциативной стимуляцией (110% + 130% от порога ВМО).

Внутристимульный интервал между стимулами ТМС и ЧЭССМ, направленный на одновременное поступление возбуждения к спинальным мотонейронам во время ПАС от моторной коры и задних корешков спинного мозга, рассчитывался индивидуально для каждого испытуемого [3].

Результаты и их обсуждение. Анализ результатов эксперимента позволил выявить высокую надежность синхронизирующего устройства при реализации протокола ПАС, предусматривающего временное совпадение кортикального (магнитного) и спинального (электрического) стимула на мотонейронных путях спинного мозга, а также в процессе изолированной однократной магнитной и электрической стимуляции. По записям вызванных мышечных ответов мышц нижних конечностей установлено, что погрешность точности синхроимпульса выдаваемого разработанным устройством при запуске однократной изолированной магнитной стимуляции моторной коры посредством стимулятора Magstim rapid 2, составляет менее 10 мкс, а при активации электрической стимуляции спинного мозга стимулятором NeoStim4 не более 100 мкс. Отклонение от целевого значения (погрешность) внутристимульного интервала в пачке из 100 пар ассоциативных стимулов не превышает 200 мкс (рис 1).



При этом, для реализации приведенного протокола ПАС достаточным можно считать уровень точности синхроимпульса с погрешностью не более 0,5 мс [3]. Изменение величины внутримульсного интервала на точности подачи синхроимпульсов и пауз между ассоциативными парами стимулов не сказалось.

Заключение. Таким образом, устройство может быть эффективно использовано при реализации различных протоколов парной ассоциативной стимуляции с двумя стимулами электрической или магнитной природы, а также с их сочетанием.

Список литературы

1. Городничев, Р.М. Физиология координационных способностей спортсменов / Р.М. Городничев, В.Н. Шляхтов. – Москва: Спорт, 2022. – 152 с.
2. Paired associative transspinal and transcortical stimulation produces plasticity in human cortical and spinal neuronal circuits / L. Dixon [et al.] // Journal of neurophysiology. – 2016. – Т. 116, №. 2. – P. 904-916.
3. The immediate and short-term effects of transcutaneous spinal cord stimulation and peripheral nerve stimulation on corticospinal excitability / Y. Al'joboori [et al.] // Frontiers in Neuroscience. – 2021. – Т. 15. – P. 749042.
4. Roy, F.D. Interaction of transcutaneous spinal stimulation and transcranial magnetic stimulation in human leg muscles / F.D. Roy, D. Bosgra, R.B. Stein // Experimental brain research. – 2014. – Т. 232. – P. 1717-1728.

ЭФФЕКТЫ ТРЕНИРОВКИ ДИСКРЕТНОГО РАССЛАБЛЕНИЯ И ТОНКО-КООРДИНАЦИОННОЙ ТРЕНИРОВКИ МЫШЦ ПРЕДПЛЕЧЬЯ НА СКООРДИНИРОВАННОСТЬ И ПЛАВНОСТЬ МАНУАЛЬНОГО НАВЫКА

*Е.С. Иконникова^{1,2}, А.А. Мельников¹,
Р.Х. Люкманов²*

¹ *ФГБОУ ВО Российский университет спорта*

«ГЦОЛИФК», г. Москва, Россия;

² *ФГБНУ Научный центр неврологии,*

г. Москва, Россия.

Введение. Тонко-координационные движения руками широко распространены как в спортивной практике и быту, так и в различной профессиональной деятельности [1]. Выполнение эффективного и экономичного движения руками зависит от способности контролировать как пространственные, так и силовые параметры движений. Поэтому в спорте и реабилитации используют упражнения, направленные на совершенствование тонкой координации и силовых способностей мышц рук. Однако их эффективность в отношении тонких мануальных навыков остается полностью не выяснена.

Оценка координации сложных движений является непростой задачей. В последнее время предлагается рассчитывать плавность движений («movementsmoothness») [2]. Движение воспринимается как плавное, когда оно происходит непрерывно, без каких-либо перерывов и изменений скорости или траектории движения. Плавность повышается, когда движение совершенствуется до навыка или когда восстанавливается после реабилитации у пациентов с неврологическим дефицитом. Считается, что увеличение плавности движения происходит за счет минимизации усилий, а также повышения пространственно-временной

координации. Достаточно надежным и чувствительным к изменениям кинематических параметров движения является показатель - длина дуги спектра Фурье («thespectralarclength, SPARC»), рассчитываемый для кинематических параметров, например, скорости или ускорения [2]. Показано, что величина SPARC ускорения походки у больных болезнью Паркинсона резко снижена по сравнению со здоровыми испытуемыми [3].

Поэтому целью нашей работы было сравнить эффекты тренировки дискретного силового расслабления мышц предплечья с тонко-координационной тренировкой прохождения лабиринта, а также и их сочетанного воздействия на эффективность прохождения лабиринта рукой.

Методы и организация исследования. Из 40 здоровых добровольцев были составлены 4 группы по 10 человек. Группа «Контроль» не выполняла никаких воздействий. Группа «Координация» тренировала (n=10) прохождение «Лабиринта», которое заключалось в непрерывном проведении металлическим крючком через изогнутую проволоку лабиринта (длина 82 см) с максимальной скоростью, не касаясь лабиринта в течение 5 минут в 3 подходах (интервал отдыха 5 мин). Группа «Расслабление» тренировала способность дискретно, то есть на заданный уровень, расслаблять пронаторы и супинаторы предплечья после их изометрического напряжения. Контроль заданного уровня усилия выполнялся с помощью электромиограммы. За тренировку (30 мин) испытуемые выполняли пронацию (1,5 мин), супинацию (1,5 мин), после чего следовал отдых (3 мин). Группа «Сочетанная» использовала обе вышеописанные тренировки (n=10): в течение 30 мин испытуемые выполняли 3 мин силового расслабления на джойстике и 3 мин координационного упражнения с лабиринтом без периода отдыха.

Оценка кинематических показателей правой конечности. Кинематику верхней конечности оцени-

вали с помощью оптической системы Vicon (Nexus 2.12; OxfordMetricsGroup, Оксфорд, Великобритания), оснащенной шестнадцатью синхронизированными камерами (100 Гц). Всего было использовано 18 светоотражающих маркеров (диаметр 15 мм) для определения траектории движений верхней конечности (головы, корпуса, руки, предплечья и кисти). Трехмерные координаты каждого маркера и скорость их движения были рассчитаны с помощью программного обеспечения Nexus 2.12 (Великобритания).

Оценка эффективности прохождения лабиринта.

Эффективность тренировок в совершенствовании прохождения лабиринта оценивали по следующим показателям: 1) количеству ошибок во время прохождения лабиринта в течение 3 минут; 2) длине пути лабиринта (в мм), пройденного за 3 минуты; 3) времени прохождения лабиринта (82 см) в одном направлении (в сек); 4) плавность прохождения лабиринта в одном направлении оценивали по показателю длина дуги спектра скорости (spectralarclength, SPARC). Показатель плавности траектории вычислялся для одного маркера, установленного на тыльной стороне ладони, удерживающей крючок. Величины SPARC рассчитывали по формуле (рис. 1), описанной в [2].

$$\text{SPARC} \triangleq - \int_0^{\omega_c} \sqrt{\left(\frac{1}{\omega_c}\right)^2 + \left(\frac{dV'(\omega)}{d\omega}\right)^2} d\omega,$$

$$V'(\omega) \triangleq \frac{V(\omega)}{V(0)}$$

Рисунок 1 - Формула расчёта показателя SPARC. Обозначения: $\omega_c=20$ Гц; $V(\omega)$ - спектр амплитуды Фурье $v(t)$; $(0, \omega_c)$ - полоса частот, равная $0 - 20$ Гц; $V'(\omega)$ - нормализованный по амплитуде спектр амплитуд

5) Скоординированность движений оценивалась как процент дисперсии колебаний суставных углов, объясняемый первыми двумя главными компонентами (the amount of total variance, TotVar, %). Анализ главных компонент выполнен для амплитуд колебаний 7-ми суставных углов: двух в лучезапястном суставе; двух в локтевом суставе; трех в плечевом суставе [4]. По мнению разработчиков показателя, увеличение TotVar отражает увеличение скоординированности суставных углов в сложном действии.

Статистика. Эффект тренировок внутри групп оценивали с помощью парного критерия Wilcoxon. Различия показателей между группами определяли с помощью непараметрического однофакторного анализа Kruskal-Wallis и post-hoc критерия Mann-Whitney с поправкой Бонферрони. Расчеты выполнены в программе «Statistica v12».

Результаты и их обсуждение. За тренировочный период в группах «Координация» и «Сочетанная» произошло увеличение пройденного пути лабиринта за 3 минуты (рис. 2), а также в этих же группах уменьшилось количество ошибок во время прохождения лабиринта, а их количество стало меньше по сравнению с группами «Расслабление» и «Контроль» ($p < 0,05$).

SPARC, увеличилась только в группе «Координация» и стала выше по сравнению с группами «Расслабление» и «Контроль» (рис. 3а). Показатель координации – TotVar, увеличился также только в группе «Координация» и стал больше, чем в группах «Сочетанная» и «Расслабление» (рис. 3б).

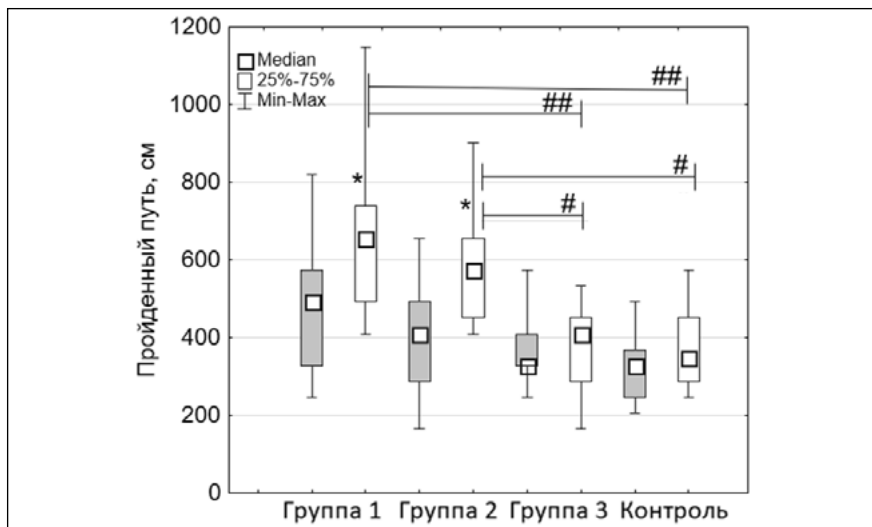


Рисунок 2. Пройденный путь лабиринта за 3 минуты в группах до и после курса тренировок. Серые прямоугольники – до, белые прямоугольники – после эксперимента. Группа 1 – «Координация», группа 2 – «Сочетанная», группа 3 – «Расслабление». * - $p < 0,05$ по сравнению с До тренировки. # / ## - $p < 0,05 / 0,01$ по сравнению с После тренировки

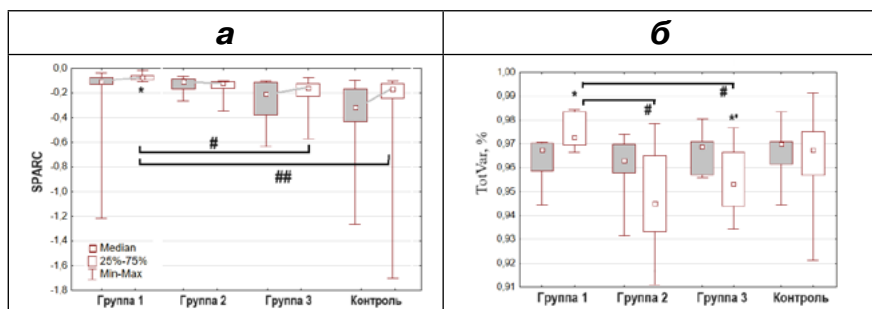


Рисунок 3. – Изменение показателей плавности (SPARC, рис. а) и скоординированности (TotVar, рис. б) прохождения лабиринта в группах за период тренировок. Обозначения как на рисунке 2. #' / # - $p < 0,08 / 0,05$

Заключение. Как и следовало ожидать, тонко-координационная тренировка прохождения лабиринта оказалась эффективной в увеличении проходимого пути, плавности и скоординированности, а также в уменьшении количества ошибок тренируемого двигательного действия. Тренировка дискретного расслабления целевых мышц, задействованных в оцениваемом действии, не вызвала позитивных изменений в скорости и плавности прохождения лабиринта. Более того, общая дисперсия колебаний во всех семи суставных углах, объясняемая первыми двумя главными компонентами, фактически снизилась, указывая на увеличение дисперсии колебаний в суставах, входящих в компоненты с меньшими собственными значениями. Это может указывать на снижение скоординированности движений в суставах руки во время целевого действия, то есть при прохождении лабиринта. Позитивные сдвиги в скорости и величине ошибок прохождения лабиринта обнаружены при сочетанной тренировке. Однако расчетные показатели плавности и скоординированности движения не изменялись, указывая на отсутствие позитивного аддитивного эффекта совместного использования разнонаправленных упражнений.

Список литературы

1. Sakurai, S. Muscle activity and accuracy of performance of the smash stroke in badminton with reference to skill and practice / S. Sakurai, T. Ohtsuki // J. Sports Sci. – 2000. – V. 18. – P. 901-914.
2. On the analysis of movement smoothness / S. Balasubramanian, A. Melendez-Calderon, A. Roby-Brami, E. Burdet // J. Neuroeng. Rehabil. – 2015. – V. 12. – P. 1-11.
3. SPARC: a new approach to quantifying gait smoothness in patients with Parkinson's disease / Y. Beck, T. Herman, M. Brozgol, N. Giladi [et al.] // J. Neuroeng. Rehabil. – 2018. – V. 15, № 1. – P. 49.
4. Biryukova, E. Organization of goal-directed action at a high level of motor skill: The case of stone knapping in India /

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ОРГАНИЗАЦИИ МЫШЕЧНЫХ СИНЕРГИЙ В СТРУКТУРЕ СЛОЖНОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО НАВЫКА

С.А. Моисеев

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. Известно, что координация множества мышц может быть организована по принципу синергии. Управление мышцами при формировании сложных движений, в которых оказываются задействованы многие сегменты тела, может осуществляться путем образования независимых мышечных модулей низкой размерности – синергий [1]. Предположительно мышечные синергии являются минимальными единицами управления в структурах ЦНС, применяемые как «строительные блоки» для широкого спектра произвольных движений [3]. Интересной двигательной моделью для изучения модульной организации взаимодействия мышц являются спортивные движения, поскольку многие из них являются специфичными, не характерными для повседневной двигательной деятельности человека. Например, броски мяча в художественной гимнастике являются сложными движениями, в которых задействованы обширные мышечные группы. К движениям такого типа предъявляются повышенные требования, поскольку их точность является оцениваемым критерием и во многом определяет результативность выступления. В этой связи изучение межмышечного взаимодействия при выполнении таких движений представляется особенно важным для физиологии спорта. Цель работы заключалась в выяснении того, применяют ли разные люди, овладевшие

сложным техническим приемом в художественной гимнастике, схожие стратегии двигательного контроля на уровне образования мышечных синергий.

Методы и организация исследования. В исследованиях приняли участие 6 спортсменок высокой квалификации, занимающихся художественной гимнастикой. Они выполняли серию упражнений (бросков мяча) из исходного положения «основная стойка»: вперед правой рукой, вперед левой рукой, вперед двумя руками, правой рукой в сторону, правой рукой назад, правой рукой из-за спины вперед. Кроме того, выполняли бросок вперед правой рукой из исходного положения стоя на коленях и из седа. Каждый бросок выполнялся по двенадцать раз, перерыв между сериями бросков составлял не менее 5 минут. Во время выполнения движений билатерально регистрировали электромиограммы (ЭМГ) шестнадцати поверхностных мышц верхних конечностей и туловища. Параметры синергий получали методом разложения матриц в пакете программ Statistica с помощью стандартного модуля «Mult/Exploratory – Factor». Анализировали следующие параметры: количество извлекаемых факторов (синергий), процент общей дисперсии, учитываемый каждым фактором в общем наборе данных (VAF), коэффициенты активации [2].

Результаты и их обсуждение. На рисунке 1 приведена кинематограмма броска мяча левой рукой вперед. Первая четверть упражнения связана с активным сгибанием туловища по сагиттальной и фронтальной осям, а также началом движения руки, удерживающей мяч, по вертикальной. В середине движения левая рука достигает крайней точки по названной оси и начинает движение в обратную сторону, при этом туловище отклоняется в сторону, противоположную направлению броска мяча. Такие движения сопряжены с активностью обширных мышечных групп, структурированной в три и реже четыре модуля. Их временная организация характеризовалась основными пиками синхронизации, приходящимися преимущественно на первую половину

упражнения (рис. 1б). Локализация основных пиков активации синергий определяется активностью скелетных мышц, проявляющих высокую степень синхронизации, на что указывают весовые коэффициенты. Так, в структуре первой мышечной синергии временной паттерн ее активации обусловлен активностью ряда скелетных мышц, у которых зарегистрированы высокие весовые коэффициенты – выше 0,7. Таковыми в данном случае являлись: локтевой разгибатель кисти обеих рук, верхние пучки трапецевидных мышц, широчайшая мышца спины и двуглавая мышца плеча правой руки, а также трехглавая мышца плеча и передняя часть дельтовидной мышцы левой руки (рис. 1с).

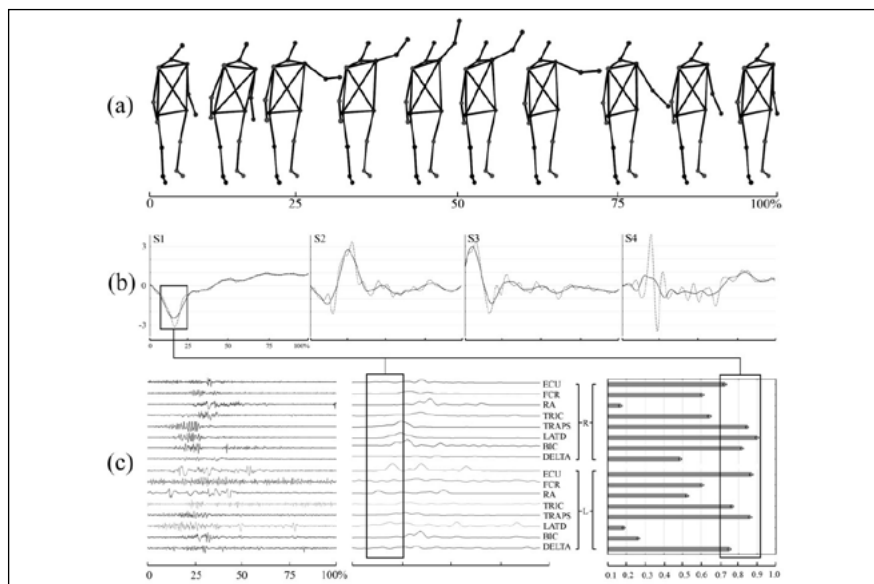


Рисунок 1 – Кинематограмма (а), коэффициенты активации мышечных синергий (б), образец электромиограммы мышц и весовые коэффициенты первой синергии (с) в процессе реализации броска мяча вперед. На рис. (а) по оси абсцисс – прогресс движения. На рис. (б) по оси абсцисс – прогресс движения, по оси ординат – у.е., S1-4 – номер синергии

Количество извлекаемых мышечных модулей при реализации разных бросков мяча существенно не различалось и составляло от двух до четырех. Процент объясняемой дисперсии при разложении матриц в большинстве случаев превышал 80%, что свидетельствует о высоком качестве реконструкции исходных данных. Сравнительный анализ коэффициентов активации первой мышечной синергии показал высокое сходство профилей большинства рассматриваемых упражнений, за исключением броска правой назад и броска из-за спины. Самые высокие коэффициенты кросскорреляционных функций были получены при сопоставлении паттернов броска правой рукой вперед и броска, стоя на коленях вперед правой – $0,94 \pm 0,01$ в среднем по группе, а их вариативность не превышала 2,17% (рис. 2). Следует отметить, что коэффициенты вариативности упражнений, временные профили которых демонстрировали высокое сходство (более 0,9), имели очень низкие значения, не превышающие 5,24%. Меньшее соответствие коэффициентов активации первой мышечной синергии было получено у всех упражнений при сопоставлении с броском правой назад и броском из-за спины. Например, коэффициенты броска правой вперед и названных выше упражнений составляли $0,61 \pm 0,09$ и $0,63 \pm 0,07$, соответственно (рис. 2). Вариативность в обоих случаях оценивалась как средняя – 47,36% и 33,47%. Вторая мышечная синергия демонстрировала преимущественно среднее сходство при реализации разных упражнений. Бросок правой в сторону и бросок стоя на коленях демонстрировали высокое сходство с броском правой и левой рукой вперед. В этих случаях коэффициенты кросскорреляции находились в диапазоне от $0,78 \pm 0,02$ до $0,90 \pm 0,01$, при CV не более 8,11% (рис. 2).

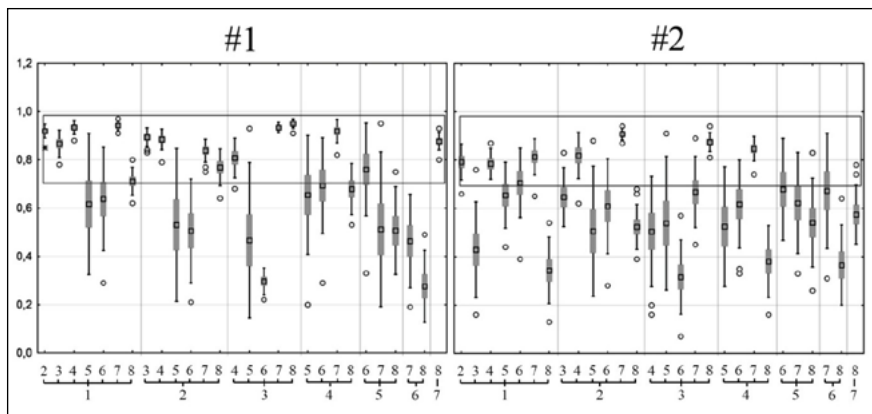


Рисунок 2 – Коэффициенты кросскорреляционных функций при сравнении коэффициентов активации мышечных синергий при выполнении бросков мяча в разных исходных положениях и направлениях броска.

#1,2 – номер синергии. По оси абсцисс – номера сопоставляемых упражнений, по оси ординат – значение коэффициента. 1 – бросок вперед правой, 2 – бросок вперед левой, 3 – бросок вперед двумя, 4 – бросок правой в сторону, 5 – бросок правой назад, 6 – бросок из-за спины вперед правой, 7 – бросок стоя на коленях вперед правой, 8 – бросок из седа вперед правой. Данные представлены в виде $M \pm SD \pm SE$

Заключение. Схожие стратегии двигательного контроля при выполнении разных по структуре бросков мяча проявляются в том, что в их реализации оказываются задействованы одинаковое количество мышечных модулей, демонстрирующих схожие паттерны временной активации. Различия структуры синергий, наблюдаемые в ряде упражнений, могут быть связаны с особенностями рецепторной сигнализации. Отсутствие зрительной обратной связи при реализации броска мяча в направлении назад и из-за спины формирует специфические паттерны активации мышечных синергий.

Список литературы

1. D'Avella, A. Modularity for Motor Control and Motor Learning / A. D'Avella // Adv Exp Med Biol. – 2016. – 957. – P. 3-19.

2. Methodological and Computational Aspects of Extracting Extensive Muscle Synergies in Moderate-Intensity Locomotions / S.A. Moiseev, A.M. Pukhov, E.A. Mikhailova, R.M. Gorodnichev // Journal of Evolutionary Biochemistry and Physiology. – 2022. – 58(1). – P. 88-97.

3. A systematic review on muscle synergies: from building blocks of motor behavior to a neurorehabilitation tool / R.E. Singh, K. Iqbal, G. White, T.E. Hutchinson // Applied Biomechanics and Biomechanics. – 2018. – Apr 22. – P. 3615368.

МЕХАНИЗМЫ ПЛАСТИЧНОСТИ КОРТИКО-СПИНАЛЬНЫХ И НЕРВНО-МЫШЕЧНЫХ СТРУКТУР ПОД ВЛИЯНИЕМ РАЗНОНАПРАВЛЕННОЙ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Е.В. Ланская

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. Систематическое выполнение физических нагрузок сопровождается определенными адаптационными структурно-функциональными изменениями в центральной нервной системе (ЦНС), в частности, в отделах мозга, отвечающих за сознательный контроль и управление движениями, и нервно-мышечном аппарате [3, 4]. Несмотря на широкое применение методов исследования кортико-спинального тракта (КСТ) и периферических отделов нервной системы, осуществляющих двигательный контроль и иннервацию скелетных мышц, и анализа мышечной

деятельности, недостаточно освещены вопросы об особенностях функциональных перестроек на разных уровнях регуляции движений и механизмов, которые могут их обуславливать, у спортсменов, адаптированных к разнонаправленной мышечной деятельности и различающейся: режимом функционирования скелетных мышц при выполнении физической работы, направленной на развитие приоритетных для конкретного вида спорта двигательных качеств; физиологическими особенностями совершаемых движений - стереотипные (стандартные) против ситуационных (нестандартных); кинематической характеристикой мышечной деятельности - циклической против ациклической; длительностью и интенсивностью выполняемой работы.

Цель исследования - выявление механизмов пластичности КСТ и нервно-мышечного аппарата у спортсменов, адаптированных к многолетней разнонаправленной мышечной деятельности.

Методы и организация исследования. На первом этапе исследований с мышц правых верхней и нижней конечностей в состоянии мышечного покоя осуществлялась регистрация вызванных моторных ответов (ВМО) при транскраниальной магнитной стимуляции (ТМС) моторной коры головного мозга, магнитной стимуляции (МС) спинного мозга, приложенной со стороны остистых отростков на уровнях С6-С7 и Т12-L1 позвонков, и МС периферических нервов плечевого сплетения, бедра, голени и стопы. Параметры ВМО мышц правых верхней (biceps brachii, triceps brachii, flexor carpi radialis, extensor carpi ulnaris, abductor pollicis longus, flexor pollicis brevis) и нижней (biceps femoris, rectus femoris, soleus, tibialis anterior, flexor digitorum brevis, extensor digitorum brevis) конечностей: порог, амплитуда, латентность, длительность, время центрального моторного проведения (ВЦМП).

На втором этапе исследований с тех же мышц в состоянии мышечного покоя осуществлялась

регистрация ВМО при чрескожной электрической стимуляции спинного мозга (ЧЭССМ) на уровнях С6-С7 и Т12-Л1 позвонков, а также М-ответа при электростимуляции (ЭС) периферических нервов. Параметры ВМО: порог, амплитуда, латентность, длительность.

На третьем этапе осуществлялся электромиографический (ЭМГ) анализ активности скелетных мышц при выполнении движений, специфичных для различных видов спорта. Параметры поверхностной ЭМГ: амплитуда, частота, интегрированная электроактивность. При выполнении пауэрлифтерами силового троеборья и баскетболистами бросков одной рукой от головы (сверху) с различного расстояния до корзины с места параметры ЭМГ регистрировались с правых верхней (biceps brachii, triceps brachii, flexor carpi radialis, extensor carpi ulnaris) и нижней (biceps femoris, rectus femoris, soleus, tibialis anterior) конечностей. У легкоатлетов во время спринтерского и стайерского бега параметры ЭМГ регистрировались с мышц бедра и голени правой конечности.

В исследованиях приняли участие 52 спортсмена мужского пола специализаций баскетбол, пауэрлифтинг, легкоатлетический бег на короткие (100 м), средние (800 м) и длинные (5 000 м) дистанции. Стаж спортивной деятельности – 10-12 лет, квалификация - I взрослый разряд, КМС.

Результаты и их обсуждение. Результаты первого и второго этапов исследований показали, что у стайеров, выполняющих работу на выносливость в режиме большой мощности, регистрировались самые низкие пороги и самые высокие показатели амплитуды мышечных ответов, а у спринтеров – диаметрально противоположные характеристики ВМО. Количественные величины этих параметров у баскетболистов занимали промежуточное положение между вышеназванными группами. Следовательно, для стайеров характерна самая высокая возбудимость корковых нейронов, спинальных

МН и периферических нервов тестируемых мышц по сравнению с представителями других видов спорта. На рисунке 1 представлены возможные механизмы, которые могут объяснять установленный факт.

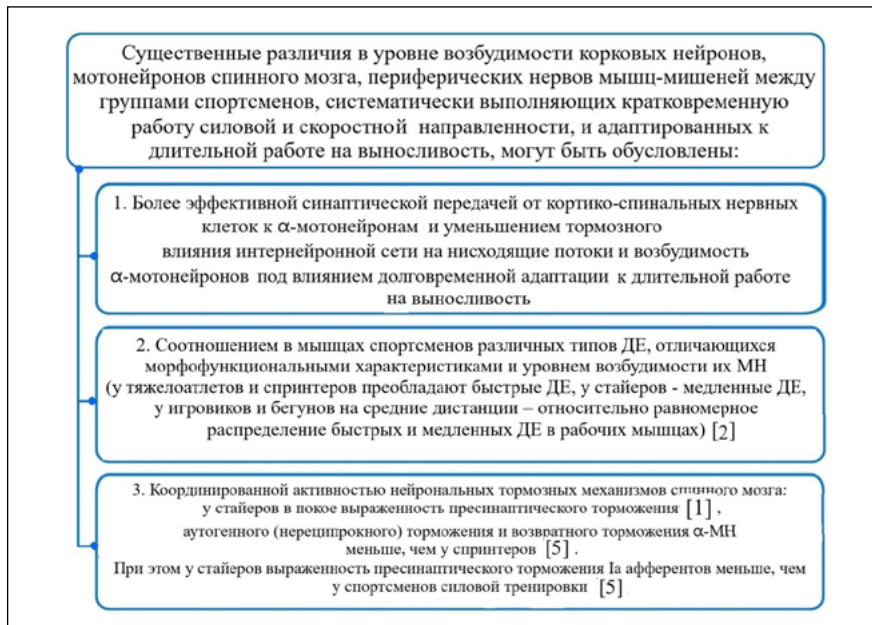


Рисунок 1 - Возможные механизмы, обуславливающие выявленные различия в уровне возбудимости нервных структур между группами спортсменов

Среди обследованных групп спортсменов у стайеров обнаружена самая низкая, а у спринтеров самая высокая проводящая способность моторной системы, о чем свидетельствуют показатели латентности, длительности ВМО и ВЦМП. При этом значения данных параметров у спринтеров были примерно сопоставимы с таковыми у баскетболистов, вследствие чего межгрупповые различия в большинстве случаев не выявлены. Возможные механизмы, объясняющие данный факт, представлены на рисунке 2.

У спортсменов при магнитном и электрическом воздействии на спинальные и периферические нервные структуры обнаружены однонаправленные изменения показателей ВМО, однако их количественная выраженность зависела от вида стимуляции. Так, при ЭС-воздействии на шейное и поясничное утолщения спинного мозга и периферические нервы, иннервирующие мышцы верхней и нижней конечностей, амплитуда моторных ответов и возбудимость спинальных МН и нервных волокон была выше, чем при МС.

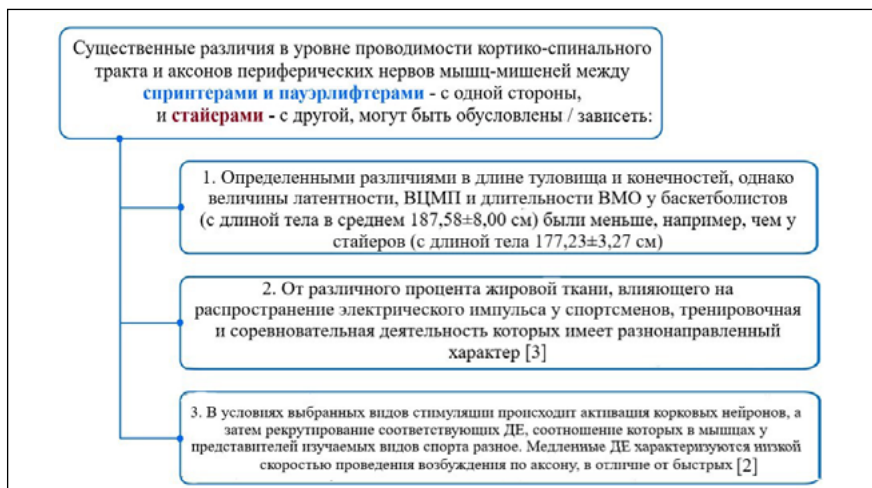


Рисунок 2 - Возможные механизмы, обуславливающие выявленные различия в уровне проводимости нервных структур между группами спортсменов

На третьем этапе исследований с применением метода ЭМГ было установлено, что выраженность силовых и (или) скоростных сократительных свойств рабочих мышц при выполнении спортивных движений, различных по характеру и направленности, определяет уровень их биоэлектрической активности. Самые высокие показатели амплитуды ЭМГ зарегистрированы при выполнении спортивных движений пауэрлифтерами

и спринтерами, тогда как у баскетболистов и стайеров они были ниже. Сравнение показателей интегрированной электроактивности и частоты биопотенциалов между группами спортсменов выявило аналогичную картину. При выполнении ациклических и циклических спортивных движений, требующих высокой силы или скорости мышечного сокращения (пауэрлифтеры, спринтеры), обнаружен более высокий уровень электроактивности мышц за счет механизмов рекрутирования и увеличения частоты импульсации ДЕ, чем при ациклических и циклических спортивных движениях с меньшей выраженностью силовых и скоростных сократительных свойств рабочих мышц (баскетболисты и стайеры).

Заключение. Направленность спортивной деятельности определяет характер пластических перестроек в функционировании кортико-спинальной системы двигательного контроля скелетных мышц.

Список литературы

1. Городничев, Р.М. Пресинаптическое торможение альфа-мотонейронов спинного мозга человека при адаптации к двигательной деятельности разной направленности / Р.М. Городничев, Р.Н. Фомин // Физиология человека. – 2007. – № 2 (33). – С. 98-103.

2. Кизько, А.П. Принципы развития силовых и циклических способностей двигательных единиц различного типа и вида: учебное пособие / А.П. Кизько, Е.А. Кизько. – Новосибирск: Издательство НГТУ, 2003. – 52 с.

3. Ланская, О.В. Функциональное состояние кортико-спинального тракта и моторно-когнитивные реакции у спортсменов, тренирующих скорость, выносливость и координацию движения / О.В. Ланская, Е.В. Ланская // Физиология человека. – 2023. – Том 49, №1. – С. 79-90.

4. Locomotor activities as a way of inducing neuroplasticity: insights from conventional approaches and perspectives on eccentric exercises / P. Clos, R. Lepers, Y.M. Garnier [et al.] // Eur J Appl Physiol. – 2021. – V. 121, № 3. – P. 697-706.

5. Pre- and post-synaptic control of motoneuron excitability in athletes / D.R. Earles, J.T. Dierking, C.T. Robertson [et al.] // Med. Sci. Sports Exerc. – 2002. – Vol. 34, № 11. – P. 1766-1772.

ЭФФЕКТЫ ЧРЕСКОЖНОЙ ЭЛЕКТРИЧЕСКОЙ СТИМУЛЯЦИИ СПИННОГО МОЗГА В СОЧЕТАНИИ С КООРДИНАЦИОННЫМИ УПРАЖНЕНИЯМИ НА ПОВЫШЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ФУТЗАЛИСТОВ

И.С. Примак

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. Одной из разновидностей игры в футбол является футзал, который относится к сложнокоординационным видам спорта. Эффективность соревновательной деятельности во многом зависит от уровня развития технической, тактической, физиологической и психологической подготовленности игроков. Результативность любого технико-тактического действия во многом зависит от исходного положения, в котором игрок получает мяч [1, 3].

В процессе игры исходное положение в большей степени зависит от возможности сохранять равновесие в условиях противоборства. В футзале такие равновесия в большой степени одноопорные. В предыдущих исследованиях нами выявлено, что применение чрескожной электрической стимуляции спинного мозга (ЧЭССМ) в сочетании с упражнениями, направленными на совершенствование координационных способностей в подводящем микроцикле, повышает уровень постуральной устойчивости у игроков в футзале. В

связи с этим сделан вывод, что ЧЭССМ может являться дополнительным средством в рамках тренировочного процесса [6]. Таким образом, заслуживает внимания изучение применения ЧЭССМ в сочетании с выполнением комплекса специфических упражнений на повышение постуральной устойчивости в более длительном цикле тренировочных занятий – мезоцикле [2]. Цель работы – выявить эффект нанесения электрической стимуляции спинного мозга в сопряжении со специфическими координационными упражнениями на совершенствование постуральной устойчивости в мезоцикле у игроков в футзале.

Методы и организация исследования. В исследовании приняли участие 16 футзалистов в возрасте 20-22 лет, имеющие спортивные разряды. Все участники дали свое письменное согласие после того, как они были проинформированы о цели и процедурах исследования в соответствии с Хельсинкской декларацией (Всемирная медицинская ассоциация, 2013 г.). Спортсмены перед началом исследования были разделены на две группы – контрольную (КГ) и экспериментальную (ЭГ), по 8 человек в каждой. На протяжении трех недель эксперимента три раза в неделю в содержание тренировочных занятий КГ и ЭГ включались упражнения, направленные на улучшение баланса. Перед выполнением упражнений спортсменам ЭГ наносилась ЧЭССМ.

Нанесение ЧЭССМ выполнялось (стимулятор Биостим-5 (ООО «Косима»)) с помощью стимуляционного активного электрода - катода, на уровне грудных позвонков $T_{11} - T_{12}$ вдоль средней линии позвоночника. Индифферентные электроды – аноды, крепились симметрично над гребнями подвздошных костей. Стимулирующий импульс длительностью 1 мс имел биполярную прямоугольную форму и заполнялся несущей частотой 10 кГц. Сила электрического стимула подбиралась индивидуально для каждого испытуемого, частота следования импульсов составляла 15 Гц. Стимуляция продолжалась 60 секунд.

Перед началом эксперимента и после его окончания постуральную устойчивость оценивали с помощью компьютерного стабилографического анализатора «Стабилан-01» (ЗАО ОКБ «Ритм», г. Таганрог). Определение уровня постуральной устойчивости выполнялось с использованием стандартных стабилографических тестов, выполняемых на стабилографической платформе без совершения дополнительных движений. Тест «Устойчивость» позволял оценить запас устойчивости человека в каждом из четырех направлений - вперед, назад, вправо и влево. Также до начала и после завершения исследования проводилось педагогическое тестирование. Использовались следующие тесты: «бег 15 метров», «челночный бег 104 метра», «ведение мяча по «восьмёрке», «ведение, обводка стоек и удар в ворота», «стояние на одной ноге с удержанием мяча на ведущей ноге», «стояние на одной ноге с удержанием мяча на не ведущей ноге», «балансирование на гимнастической скамейке» [4,5]. Обработку цифрового материала осуществляли при помощи пакета программ Statistika 10. Для каждого изучаемого показателя находили среднее значение (M) и ошибку среднего (m). Оценку статистической значимости различий определяли с помощью однофакторного дисперсионного анализа (ANOVA).

Результаты и их обсуждение. Перед началом эксперимента статистически значимых различий в стабилографических параметрах и результатами педагогических тестов между испытуемыми ЭГ и КГ не обнаружено. Повторное тестирование, проведенное после завершения тренировочной программы, выявило улучшение ряда параметров, отображающих способность к сохранению равновесия у испытуемых обеих групп.

Сравнительный анализ после трех недель эксперимента стабилографических показателей выявил улучшение в некоторых параметрах теста «Устойчивость» в экспериментальной группе. Так, качество общего запаса устойчивости улучшилось в ЭГ в площади зоны перемещения на 3,24 % относительно КГ.

В педагогических тестовых испытаниях, позволяющих оценить статическое и динамическое равновесие, наблюдалось позитивное изменение в тесте на динамическое равновесие-«балансирование на гимнастической скамейке» в ЭГ по сравнению с КГ на 9,87%. В остальных параметрах значительных улучшений не обнаружено.

В тестовом испытании на оценку технической подготовленности обнаружено, что применение ЧЭССМ в сочетании с комплексом специфических упражнений повышает показатели выполнения теста «ведение мяча восьмеркой» в ЭГ на 7,21% в сравнении с показателями, зарегистрированными в КГ. Также изменения были получены в педагогическом тестировании «бег 104 м» и «ведение, обводка стоек и удар в ворота». По этим тестам показатели ЭГ превышали данные, полученные у испытуемых КГ на 2,94% и 15,34%, соответственно.

Заключение. Применение ЧЭССМ в сочетании с комплексом специфических сложнокоординационных упражнений способствует повышению постуральной устойчивости, технической и физической подготовленности у футзалистов в рамках мезоцикла.

Список литературы

1. Алиев, Э.Г. Основы технологии планирования, контроля и учёта спортивной подготовки в мини-футболе (футзале): учебное пособие / Э.Г. Алиев, С.Н. Андреев. – Москва: Спорт, 2019. – 76 с.

2. Григорьев, И.А. Физическая культура: мини-футбол в системе дополнительного образования: учебное пособие / И.А. Григорьев, А.Ю. Липовка, А.В. Черкасова; Санкт-Петербургский политехнический ун-т Петра Великого, Ин-т физ. культуры, спорта и туризма. – Санкт-Петербург: Издательство Политехнического университета, 2018. – 91 с.

3. Мельников, А.А. Функция равновесия у спортсменов-борцов: монография / А.А. Мельников, А.Д. Викулов, М.В. Малахов. – Ярославль: РИО ЯГПУ, 2016. – 149 с.

4. Мини-футбол (футзал): примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских олимпийского резерва / С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев, В.С. Левин, К.В. Еременко. – Москва: Советский спорт, 2008. – 96 с.

5. Платонов, В.Н. Основы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Настольная книга тренера: в 2 т. Т.2 / В.Н. Платонов. – Москва: ООО «ПРИНТЛЕТО», 2021. – 592 с.

6. Примак, И.С. Эффекты сочетанного воздействия электрической стимуляции спинного мозга и координационных упражнений на способность к сохранению равновесия у мини-футболистов / И.С. Примак, С.М. Иванов, Р.М. Городничев. - DOI: 10.36028/2308-8826-2023-11-1-32-38 // Наука и спорт: современные тенденции. – 2023. – Т. 11, № 1. – С. 32-38.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ И АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА, АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И АДАПТИВНОГО СПОРТА

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ В СИСТЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Н.А. Алексеева, С.В. Ефимова, С.В. Богданова

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. Психологическая культура является составляющей профессионального становления специалиста любой сферы. Данное понятие занимает ведущую позицию в структуре личности и деятельности профессионала, позволяет ему эффективно определяться в социуме и самореализовываться в жизни, способствует саморазвитию, успешной социальной адаптации и удовлетворенности жизнью. Проблема формирования психологической культуры приобретает особую значимость в студенческом возрасте, когда формируется социальное самосознание и мировоззрение, идет активная подготовка к будущей профессиональной деятельности [2, 5].

Приобщение студента к общей психологической культуре также повышает его готовность к грамотному решению жизненных психологических проблем, связанных с адаптацией к новой среде, личностным ростом, овладением новыми социальными ролями и т. д. Все это обуславливает необходимость повышения как

общей психологической культуры будущего педагога, так и профессиональной [3, 4].

Психологическая культура предполагает владение основными психологическими знаниями и умениями, использование их, умение фиксировать и анализировать свои поступки, свое состояние. У человека с высоким уровнем психологической культуры сформировано ценностное отношение к человеку, саморазвитию, творчеству и познанию [1].

В ходе теоретического анализа психолого-педагогической литературы по проблеме формирования психологической культуры студентов высших учебных заведений, в частности педагогических вузов, можно констатировать, что она недостаточно раскрыта в научной литературе, остаются малоизученными вопросы ее развития у студентов, отсутствуют технологии ее формирования. Следовательно, проблема формирования психологической культуры личности студентов требует дальнейшего изучения и остается предметом пристального внимания в научном психолого-педагогическом сообществе.

Цель исследования – организация психолого-педагогических условий формирования психологической культуры студентов в процессе обучения.

Методы и организация исследования. Исследование психологической культуры студентов проводилось в два этапа. Констатирующий эксперимент проводился с целью определения уровня психологической культуры и её отдельных компонентов и изучению степени гармоничного образа жизни респондента. В психодиагностическом исследовании применялись методики, разработанные О.И. Мотковым: «Психологическая культура личности» и «Образ жизни». Формирующий эксперимент направлен на организацию психолого-педагогических условий формирования психологической культуры студентов в процессе обучения. Применялись методы математико-статистической обработки данных:

среднее арифметическое значение, ошибка среднего, коэффициент вариации, U-критерий Манна-Уитни, T-критерий Вилкоксона.

Экспериментальное исследование по организации психолого-педагогических условий формирования психологической культуры у студентов в процессе обучения проводилось на базе Великолукской государственной академии физической культуры и спорта. В исследовании приняли участие студенты 1 и 2 курсов по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

Результаты и их обсуждение. Психологическая культура, являясь системной характеристикой личности будущего специалиста, представляет совокупность знаний о собственной психике, собственных психических процессах, способах самопознания, самоанализа и саморегуляции, что позволяет людям строить свое поведение, исходя из своих личных и поведенческих особенностей. Перечисленные характеристики личности должны учитываться при профессиональной подготовке современных студентов.

Умение регулировать эмоциональное состояние, справляться со стрессовыми и кризисными ситуациями, выстраивать конструктивное общение с участниками образовательного процесса характеризуют специалиста, как обладателя высокого уровня сформированной психологической культуры.

Сформированная психологическая культура позволяет студенту гармонично учитывать собственные требования и требования социального окружения, обеспечивая, таким образом, устойчивое гармоничное функционирование личности.

Для выявления степени выраженности психологической культуры и её отдельных компонентов у студентов использовались методики «Психологическая культура личности» и «Образ жизни», разработанные О.И. Мотковым.

В ходе исследования внимание обращалось на культурно-психологические поведенческие проявления личности: регулярно совершаемое самопознание; конструктивное общение; хорошая саморегуляция; достаточно гармонично организованное творчество; конструктивное ведение своих дел; гармонизирующее саморазвитие. По результатам исследования выявлено, что практически все культурно-психологические стремления студентов имеют среднюю силу выраженности. Наибольший интерес они проявляют к психической саморегуляции (КГ- 3,8 балла, ЭГ- 3,9 балла) и гармонизирующему саморазвитию (КГ- 3,5 балла, ЭГ- 3,6 балла).

Степень осуществления всех психологических стремлений слабая. Больше всего времени студенты уделяют саморегуляции (КГ- 2,9 балла, ЭГ- 2,8 балла) и проявлению себя в творческом деле (КГ- 2,8 балла, ЭГ- 2,9 балла). По всем компонентам психологической культуры у студентов сила психологических стремлений превышает степень их осуществления в каждодневной жизни.

Таким образом, на констатирующем этапе эксперимента выявлено, что по всем компонентам психологической культуры у студентов сила психологических стремлений превышает степень их осуществления в повседневной жизни. Поэтому можно сказать о том, что у обучающихся нет достаточных, прочных знаний о своих стремлениях и способностях, и они не умеют соотносить внутренние требования личности и внешние требования природной и социальных сред.

Полученные результаты дают основание для создания определенных психолого-педагогических условий по формированию психологической культуры у будущих педагогов.

Одной из основных задач дисциплин психолого-педагогического цикла является формирование психологической культуры обучающихся. В контексте

нашего исследования формирование психологической культуры осуществлялось в курсе преподавания дисциплин «Психология и педагогика» и «Психология физической культуры и спорта». Рациональное сочетание традиционных и инновационных технологий обучения легли в основу организации психолого-педагогических условий по формированию психологической культуры у студентов. В лекционном курсе использовались лекции проблемного характера: лекция-провокация, лекция-беседа, лекция-дискуссия. Практические занятия проходились с применением таких методов и техник, как: групповая дискуссия, ролевая игра, дидактическая игра, организационно-деятельностная игра, психогимнастические упражнения, моделирование, медитативные техники, техники арт-коучинга. Занятия были направлены на развитие социального интеллекта и формирование умений и навыков самопознания, целеполагания, саморегуляции, решения конфликтных ситуаций в педагогической деятельности.

На оценочном этапе эксперимента была проведена повторная психодиагностика. В контрольной группе произошли некоторые изменения в выраженности психологических стремлений и степени их осуществления в жизни, однако, математико-статистическая обработка данных с помощью Т-критерия Вилкоксона не выявила достоверно значимых различий в ходе эксперимента ($p \geq 0,05$).

Использование активных методов социально-психологического обучения на лекционных и практических занятиях со студентами по развитию психологической культуры показали на практике свою эффективность. Так, у обучающихся экспериментальной группы в ходе эксперимента были выявлены достоверно значимые различия в проявлении следующих интересов ($p \leq 0,05$): к самопознанию, конструктивному общению, гармонизирующему развитию, к адаптивно необходимым занятиям.

После завершения курса преподаваемых дисциплин студенты экспериментальной группы достоверно больше стали уделять времени адаптивно необходимым занятиям ($p \leq 0,01$), процессу саморазвития ($p \leq 0,01$), конструктивному ведению дел ($p \leq 0,05$), самопознанию ($p \leq 0,05$), конструктивному общению, ($p \leq 0,05$), саморегуляции ($p \leq 0,05$).

Заключение. Созданные психолого-педагогические условия образовательного пространства вуза обеспечили формирование психологической культуры студентов. Использование методов и техник активного социально-психологического обучения позволило развить культурно-психологические стремления у студентов и повысить степень их осуществления в жизнедеятельности, общении, социальной адаптации, продуктивном личностном развитии. Сформированная психологическая культура обеспечит развитие успешности, как в личностной, так и учебно-профессиональной деятельности.

Список литературы

1. Ермаченко, Е.А. Подходы к исследованию феномена психологической культуры / Е.А. Ермаченко // Педагогическое образование в России. – 2015. – №6. – С. 155-158.
2. Заяц, И.И. Формирование психологической культуры у студентов экономического университета / И.И. Заяц // Пути повышения эффективности идеологической, воспитательной работы в вузе: материалы межвузовской конференции, Минск, 12 мая 2005 г. – Минск: БГЭУ, 2005. – С. 165-166.
3. Исаева, Н.И. Особенности развития психологической культуры студентов в процессе обучения в вузе / Н.И. Исаева; БелГУ // Научные ведомости БелГУ. Сер. Гуманитарные науки. Вып.5. – 2010. – №6 (77). – С. 111-117.
4. Коломинский, Я.Л. Формирование общей и профессиональной психологической культуры личности

студента в процессе университетского образования / Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько // Университетское образование: опыт тысячелетия, проблемы, перспективы развития: материалы международного конгресса. – Минск, 2003. – С. 92-95.

5. Рахимжанова, Н.А. Развитие психологической культуры студентов – будущих педагогов-психологов в образовательном пространстве вуза / Н.А. Рахимжанова, Г.С.Турсунгожинова, О.Г.Холодкова//ВестникАлтайского государственного педагогического университета. – 2020. – № 3(44). – С. 62-66.

ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА У УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ТРЕНЕРОВ ПО ВИДУ СПОРТА ПСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

А.А. Бахирев, И.И. Таран

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. В настоящее время качественное образование является приоритетом вне зависимости от наличия или отсутствия достаточного финансирования. Главным ресурсом достижения этой цели являются профессионализм и компетентность педагогического состава. Однако, можно наблюдать противоречие между предъявляемыми к педагогам требованиями и условиями осуществления педагогической деятельности, что может привести к возникновению профессионального стресса. Также в Псковской области отмечается ряд проблем с обеспеченностью педагогическими кадрами, в том числе в области физической культуры и спорта. В силу экономических проблем не происходит их омолаживание, наблюдается отток педагогов в соседние, экономически

более перспективные регионы. Реальный педагогический состав подвержен действию профессионального стресса, сталкивается с симптомами выгорания [3]. В то же время, анализ литературы показал, что выгорание легче предупредить, чем лечить, поэтому важно обращать внимание на факторы, способствующие развитию этого явления [2]. Одним из таких факторов является проблема профессионального стресса, которая в контексте психологии является одной из самых актуальных на сегодняшний день [1].

Методы и организация исследования. В исследовании приняли участие 48 спортивных тренеров и 54 учителя физкультуры из учреждений основного и дополнительного образования разных муниципалитетов Псковской области. Исследование проходило в третьей четверти 2022-2023 учебного года. Для измерения показателей профессионального стресса использовалась авторская методика д.псих.н. А.Б. Леоновой «ИДИКС: комплексная диагностика и коррекция профессионального стресса» [1]. Все факторы риска профессионального стресса сведены автором в 6 шкал - V1-V6, шкала V0 отражает показатели общего индекса стресса. Основным преимуществом данной методики является возможность обнаружить и проанализировать цепочку стрессовых реакций, начиная с факторов риска до профессиональных и личностных нарушений, вызванных стрессом. По мнению автора метода, данные такой многомерной оценки позволяют объединить информацию о различных проявлениях стресса в одном формате и определить степень их развития. Для статистической обработки данных использовались U-критерий Манна-Уитни, χ^2 -критерий Фишера.

Результаты исследования и их обсуждение. Анализ полученных в ходе исследования данных выявил серьезные проблемы у большинства педагогов. Это говорит о высоком риске для успешной профессиональной деятельности и здоровья обследованных специалистов. Показатели общего индекса стресса по методике

ИДИКС (V0) в обеих группах примерно одинаковы и соответствуют выраженному уровню стресса (45–53 балла): у учителей – 53,2 балла, у тренеров – 51,9 балла ($p > 0,05$); средние показатели в обеих группах находятся на грани с высоким уровнем стресса (54–64 балла). Средние показатели по шкалам V1 и V2 находятся в пределах высокого уровня. Умеренный уровень стресса по общему индексу наблюдался лишь у 3% тренеров и у 8% учителей ($p > 0,05$). Большинство педагогов по всем основным шкалам стресса, которые будут описаны ниже, имеют выраженный и высокий уровень стресса (рис. 1). Важно отметить достоверность полученных результатов с учётом показателя индекса социальной желательности (ЛО).

По шкале V1, связанной с условиями и организацией рабочего процесса, наблюдаются самые неблагоприятные показатели, только у 12 % тренеров и 10 % учителей отмечен низкий и умеренный уровень, в то время как у остальных - выраженный и высокий. Для большинства специалистов сложные условия труда и высокая интенсивность работы являются основными источниками стресса.

По шкале V2 респонденты имели также очень неблагоприятные результаты диагностики - высокая степень выраженности стресса более чем у 95% участвовавших в диагностике тренеров и учителей, из них около 19% учителей имели предельно высокий уровень значений по этой шкале. Особое значение в возникновении напряжения в этом блоке показателей играет сниженная значимость труда и, как ни странно, для педагогической деятельности отсутствие разнообразия в работе, частая повторяемость одних и тех же действий и операций, несмотря на творческий характер педагогической деятельности.

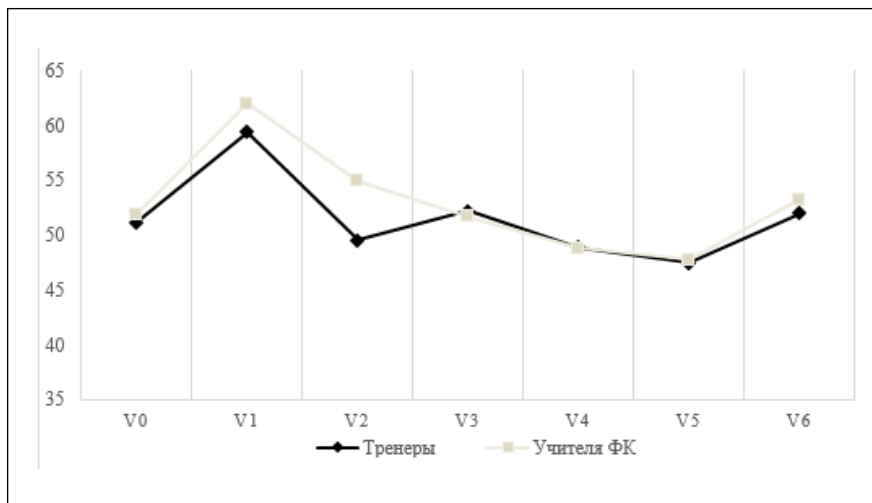


Рис. 1 - Профили ИДИКС у учителей ФК и тренеров по видам спорта в Псковской области (в баллах)

Шкала V3, связанная с вознаграждением за труд и условиями социального взаимодействия, обнаруживает выраженные стрессовые состояния также у подавляющего большинства педагогов (около 88% тренеров и примерно 95% учителей), причём у 8% из них уровень стресса достигает критической отметки. Отсутствие конструктивной обратной связи, акцент на ошибках в мотивационной системе и несоответствующее вознаграждение за труд усугубляют эту ситуацию. Увы, ни стратегические инициативы, ни стимулы для начинающих специалистов, ни законодательные акты, направленные на улучшение положения педагогов, пока не принесли ожидаемого решения проблемы в улучшении условий труда педагогов.

По шкале V4, оценивающей уровень острого стресса, несмотря на то, что уровень стресса несколько ниже, общая картина остаётся негативной у 85% тренеров и 78% учителей. Показатели указывают на проявление

физиологического дискомфорта, затруднения в поведении и общении, при принятии решений, запоминании информации и проблемы с самочувствием.

Показатели, полученные по шкале V5 (проявление хронического стресса), демонстрируют наличие выраженного и высокого уровня стресса у 80% тренеров и 70% учителей. Для таких педагогов характерно устойчивое проявление тревожности, агрессивности, депрессий, наличие психосоматических реакций и нарушений сна.

Шкала V6 (личностные и профессиональные деформации) - выраженный и высокий уровень деформаций наблюдался у 70% тренеров и 65% учителей. Для большинства педагогов характерны синдромы выгорания, невротические реакции и вредные для здоровья привычки.

Статистический анализ показал наличие нескольких достоверных различий в выраженности профессионального стресса. В частности, тренеры достоверно чаще испытывают выраженный уровень стресса по шкале V3 ($p < 0,05$) и высокий уровень по шкале V4 ($p < 0,05$), учителя достоверно чаще имеют предельно высокий уровень стресса по шкале V2, высокий и предельно высокий по шкале V3 и предельно высокий уровень стресса по шкалам V5 ($p < 0,05$), V6 ($p < 0,05$) и общему показателю индекса стресса ИДИКС ($p < 0,05$).

Заключение. Таким образом, модель профессионального стресса для тренеров и преподавателей физической культуры включает схожие факторы риска, характерные для большинства педагогов вне зависимости от места работы. Несмотря на очевидные различия в режиме и характере труда между педагогами основного и дополнительного образования, стрессовые факторы не имеют существенных отличий. У тренеров более интенсивные источники профессионального стресса часто связаны с внешними факторами, такими, как: удовлетворенность вознаграждением за работу, мотивационные и оценочные аспекты отношения к работе (шкала V3) и текущее

состояние профессиональной деятельности в условиях стресса, что часто встречается в контексте соревнований (шкала V4). Структура профессионального стресса преподавателей физической культуры дополнительно усугубляется неудовлетворенностью вознаграждением и социальными отношениями на рабочем месте (шкала V3). Факторы, которые способствуют истощению и выгоранию у преподавателей, включают отрицательные признаки субъективного восприятия рабочей ситуации (шкала V2), потеря смысла труда, рутинность, а иногда даже осознание бессмысленности работы учителя физкультуры в школе. Признаки острого (шкала V5) и хронического стресса (шкала V6) у преподавателей характеризуются общим дискомфортом, тревогой, когнитивным напряжением и соматическими проявлениями чаще, чем у тренеров.

На основании полученных результатов, участникам исследования рекомендуется совершенствовать свои профессиональные навыки, осваивать методы снятия излишнего стресса и управления своим поведением и эмоциями. По возможности, следует снизить рабочую нагрузку или временно отказаться от дополнительных обязанностей и изменить образ жизни. Важно научиться делать перерывы, правильно использовать свободное время и время отпуска, поддерживать хорошую физическую форму. Следует устранить ненужное соперничество и в некоторых случаях обратиться за медицинской консультацией и помощью.

Список литературы

1. Леонова, А.Б. Методика «ИДИКС». Интегральная диагностика и коррекция профессионального стресса: методическое руководство / А.Б. Леонова. – Санкт-Петербург: ИМАТОН, 2019. – 52 с. – ISBN 978-5-7822-0093-0.

2. Янковская, Н. Эмоциональное выгорание учителя / Н. Янковская // Народное образование. – 2009. – № 2. – С. 127–137.

З. Таран, И.И. Удовлетворённость трудом как фактор эмоционального выгорания у спортивных педагогов / И.И. Таран, В.В. Коломенская, Е.В. Анисимова // Вестник Костромского университета. Педагогика. Психология. Соционика. – 2018. – № 3. – С. 212-215.

ТРЕВОГА КАК ЗНАЧИМЫЙ ФАКТОР ПОТЕНЦИАЛЬНОЙ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ СПОРТИВНЫХ СКАЛОЛАЗОВ НА ИГРАХ ОЛИМПИАД

И.В. Петрухин

*ФГБОУ ВО «Российский университет спорта
«ГЦОЛИФК»,
Россия, г. Москва*

Введение. На сегодняшний день спортивное скалолазание – популярный соревновательный вид спорта, включенный в официальную программу Олимпийских игр. В связи с этим, разностороннее понимание факторов, которые могут влиять на выступление спортсменов во время тренировок и на международных соревнованиях, становится критически важным для прогнозирования результатов и адекватной подготовки спортсменов.

В рамках процесса подготовки помимо физических и биомеханических факторов необходимо уделять должное внимание психологической стороне вопроса. Многие современные исследования посвящены пониманию того, как тревога может влиять на спортивные результаты, как на тренировках, так и на соревнованиях. Хорошо известно, что профессиональный спорт ассоциирован с высоким уровнем стресса и тревоги, и что практика и использование ряда психологических стратегий могут быть полезны для управления тревогой.

Методы и организация исследования. Проведён анализ и синтез литературных источников, посвящённых

факторам результативности спортсменов на тренировках и соревнованиях, видам тревожности, теоретическим концепциям тревоги и психологии спортивных травм.

Результаты и их обсуждение. Спортивное скалолазание требует высокого уровня когнитивных навыков, таких, как: стратегии интерпретации маршрута, пространственная ориентация, моторная память, навыки решения проблем, а также высокого уровня психологических навыков, таких, как: управление стрессом, управление рисками и преодоление тревожности [6].

В скалолазании тревога обычно возникает из-за двух основных стрессовых факторов и складывается из тревоги управления рисками и тревоги, связанной с результатами [11]. Состояние тревоги в свою очередь включает в себя два типа:

1) когнитивная тревога оформляется в мысли или представления о возможной или угрожающей телесной катастрофе при минимальной выраженности вегетативных расстройств;

2) соматическая тревога – это изменения в физиологии спортсменов, такие, как: повышенное потоотделение, затрудненное дыхание, учащенное сердцебиение, изменения в мозговых волнах, повышение кровяного давления, учащенное мочеиспускание, дискомфорт в животе, уменьшение количества слюны во рту и мышечное напряжение [1].

Существует целый ряд теоретических концепций тревоги применительно к выступлениям профессиональных спортсменов: гипотеза перевернутой U-образной зависимости Yerkes и Dodson [12], концептуальная модель тревожности в спорте Smith и Smoll [13], многомерная теория тревоги Martens и соавт. [7] и десяток других. Все они пытаются обосновать влияние типа и выраженности тревоги на эффективность атлетов. Так, например, теория индивидуальных зон оптимального функционирования Hanin гласит, что у спортсменов элитного уровня есть индивидуальная

оптимальная зона возбуждения/тревоги, в которой они способны достичь пика производительности. Если их возбуждение/тревожность находятся за пределами этой зоны (слишком низкие или слишком высокие), производительность будет снижаться [5].

Разнообразные попытки подвести структурную теоретическую базу под феномен тревожности профессиональных спортсменов в течение продолжительного времени были предметом активного обсуждения в спортивной психологии. Однако частично эти теории противоречат друг другу, а попытки получения однозначного эмпирического подтверждения пока не увенчались успехом.

Тем не менее, при рассмотрении теоретических концепций и эмпирических данных в целом, несколько ключевых постулатов остаются неизменными и общепринятыми:

1) связанная со спортом тревога влияет на результаты;

2) в зависимости от конкретного атлета и ситуации, такое влияние на результаты может быть как отрицательным, так и положительным;

3) направление такого влияния на результаты обычно является результатом когнитивных, поведенческих и физиологических реакций человека на потенциально стрессовую спортивную ситуацию [14].

Традиционно понятие спортивной результативности включает в себя участие в деятельности, связанной с регулярными тренировками и участиями в соревнованиях. Однако в последнее время спортивная психология расширяет это понятие, включая в него участие в деятельности, связанной с профилактикой спортивных травм, реабилитацией и процессом возвращения в спорт [2].

Последние исследования показали, что некоторые из предпосылок тревоги на тренировках и/или соревнованиях включают повышенную интенсивность

выполняемой деятельности, личностные характеристики спортсмена, анамнез и интенсивность стрессовых факторов, и неадекватность существующих у спортсмена стратегий преодоления стресса. На сегодняшний день также доказано, что тревожность является одним из ключевых факторов, влияющих на возникновение спортивной травмы [3, 4, 8, 9, 15].

Таким образом, те же самые стрессовые факторы, которые способствуют развитию когнитивной и соматической тревоги, будут влиять на количество потенциальных травм. Более того, если их не устранить должным образом, они также могут повлиять на результаты физической и психосоциальной реабилитации, равно как и на последующее возвращение к занятиям спортом [10].

Контекст международных соревнований уровня Игр Олимпиады не только повышает профессиональные ставки для атлетов, но и соответствующим образом усиливает стрессовую составляющую и потенциальное влияние тревоги на подготовку и выступления спортсменов. Это подтверждается, в том числе, результатами исследования Vast и соавт., которые объясняют, что в ситуациях высокой результативности, таких, как масштабные соревнования, разница между спортсменами зачастую заключается в адаптации к тревоге и в том, как они умеют управлять своими эмоциями для достижения успеха [16].

Заключение. Современные исследования подчеркивают важность понимания тревоги как психофизического явления, способного:

- 1) негативно повлиять на спортивные результаты во время тренировок и соревнований;
- 2) привести к повышенному риску получения травмы;
- 3) отсрочить и затруднить реабилитацию после травмы и процесс возвращения в спорт;
- 4) увеличить риск повторной травмы во время тренировок и соревнований после реабилитации.

В связи с масштабами потенциального влияния тревоги на спортсменов в целом и спортивных

скалолазов в частности, для подготовки атлетов к будущим Олимпиадам необходимо адекватное психологическое сопровождение, обучение спортсменов когнитивным и поведенческим стратегиям преодоления стресса и потенциальная адаптация общих копинг-стратегий, направленных на минимизацию тревожности, к специфике конкретного вида спорта.

Список литературы

1. Михайлова, Н.М. Тревога при психических нарушениях не психотического уровня / Н.М. Михайлова, Т.М. Сиряченко // Русский медицинский журнал. – 2006. – №15. – С. 79-82.

2. Brewer, B.W. Psychology of Sport Injury / B.W. Brewer, C.J. Redmond. – 1. – Champaign IL: Human Kinetics, 2016. – 288 p.

3. Effects of increasing and decreasing physiological arousal on anticipation timing performance during competition and practice. / M. J. Duncan, M. Smith, E. Bryant [и др.] // European Journal of Sport Science. – 2016. – № 16(1). – P. 27-35.

4. Hammermeister, J. Stress, appraisal, and coping revisited: Examining the antecedents of competitive state anxiety with competitive endurance athletes / J. Hammermeister, D. Burton // Sport Psychologist. – 2001. – № 15. – P. 66–90.

5. Hanin, Y.L. Emotions and athletic performance: Individual Zones of Optimal Functioning model. / Y.L. Hanin // European Yearbook Sport Psychology. – 1997. – № 1. – P. 29–72.

6. Identification of Parameters That Predict Sport Climbing Performance / X. Sanchez, M. Torregrossa, T. Woodman [и др.] // Frontiers in Psychology. – 2010. – № 10:1294. – P. 1-10.

7. Martens, R. Competitive Anxiety in Sport / R. Martens, R. S. Vealey, D. Burton. – 1. – Champaign, IL: Human Kinetics, 1990. – 136 p.

8. Noteboom, J.T. Activation of the arousal response and impairment of performance increase with anxiety and stressor

intensity / J.T. Noteboom, K.R. Barnholt, R.M. Enoka // Journal of Applied Physiology. – 2001. – № 91(5). – P. 2093-2101.

9. Personality and performance in real-world competitions: testing trait activation of fear of negative evaluation, dispositional reinvestment, and athletic identity in the field / K. Geukes, J.T. Harvey, A. Trezise, C. Mesagno // Psychology of Sport and Exercise. – 2017. – № 30. – P. 101-110.

10. Brewer, B.W. Psychological aspects of sport injury rehabilitation: toward a biopsychological approach / B.W. Brewer, M.B. Andersen, J.L. Van Raalte // Journal of Athletic Training. – 2002. – № 38(2). – P. 41-54.

11. Psychological factors that influence performance in youth advanced climbers / V.A. I. Vasile, M. Stănescu, F. Pelin, B. Roxana // Social Sciences & Humanities Open. – 2023. – № 7(1). – P. 1-2.

12. Robert, M. The relation of strength of stimulus to rapidity of habit formation. / M. Robert, D. Donson // Journal of Comparative Neurology and Psychology. – 1908. – № 18(5). – P. 459-482.

13. Smith, R. E. Sport performance anxiety / R. E. Smith, F. L. Smoll. – 1. – New York, NY : Plenum Press, 1990. – 569 p.

14. Sport-related anxiety: current insights. / J.L. Ford, K. Ildefonso, M.L. Jones, M. Arvinen-Barrow // Open Access Journal of Sports Medicine. – 2017. – № 27(8). – P. 205-212.

15. The relationship among personality, cognitive anxiety, somatic anxiety, physiological arousal, and performance in male athletes / K. Y. Balyan, S. Tok, A. Tatar [и др.] // Journal of Clinical Sport Psychology. – 2016. – № 10. – P. 48-58.

16. Vast, R.L. Emotions in sport: Perceived effects on attention, concentration, and performance / R.L. Vast, R. Young, C. Thomas // Australian Psychologist. – 2010. – № 45(2). – P. 132-140.

БАЗОВЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ МАРКЕТИНГА СПОРТИВНЫХ И ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УСЛУГ

А.А. Степанов

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. Сегодня маркетинговые технологии можно рассматривать как универсальный способ повышения эффективности деятельности организации. Организации производящие спортивные и физкультурно-оздоровительные услуги – лишь частный случай применения маркетингового подхода, а специфика его применения формируется вокруг сущности конкретной услуги и специфики ее потребления.

Методы организации исследования. Всестороннее изучение любого социально-экономического явления или технологии следует начинать с анализа базовых понятий, используемых для его описания.

Терминологический анализ позволяет не только описать сущность исследуемого объекта или явления, но и определить основные подходы к их трактовке и описанию.

Результаты и их обсуждение. Действующий ГОСТ разделяет понятия спортивная и физкультурно-оздоровительная услуга.

Спортивная услуга - деятельность исполнителя по удовлетворению потребностей потребителя в достижении спортивных результатов.

Физкультурно-оздоровительная услуга - деятельность исполнителя по удовлетворению потребностей потребителя в поддержании и укреплении здоровья, физической реабилитации, а также проведении физкультурно-оздоровительного и спортивного досуга [1].

Не трудно заметить, что в основе определений заложена базовая цель и/или потребность, которую удовлетворяет потребитель соответствующей услуги. Исследования показывают, что потребности, удовлетворяемые потребителями спортивных и физкультурно-оздоровительных услуг, чрезвычайно многообразны. Они варьируются от стремления добиться высоких спортивных результатов до возможности укрепить свое здоровье, познакомиться с новыми людьми или похудеть.

Такое многообразие чрезвычайно усиливает конкуренцию производителей спортивных и физкультурно-оздоровительных услуг. При этом необходимо осознавать, что конкурентоспособность конкретной услуги в значительной степени зависит от популярности вида спорта или физической активности.

Основой конкурентного преимущества на рынке спортивных и физкультурно-оздоровительных услуг является принцип «суверенитета потребителя», предполагающий индивидуальный подход к работе с клиентами.

Практика маркетинга спортивных и физкультурно-оздоровительных услуг однозначно свидетельствует, что клиент не только осознает потребности, которые он удовлетворяет в процессе потребления услуги, но и способен оценить ее качество.

С точки зрения практического применения технологий маркетинга это означает:

1. Ваш клиент рядом с Вами.
2. Он лучше Вас знает, чего он хочет.
3. Ваши представления о потребностях клиента могут быть ошибочны.
4. Клиент всегда знает, чего хочет, Вы знаете, как этого достичь.
5. Работайте с каждым индивидуально.
6. Хороший клиент – постоянный клиент.

Характеризуя целевой рынок физкультурно-

оздоровительных услуг России, следует отметить что: «Люди в возрасте 30-39 лет в 2023 году, так же, как и в прошлом, чаще остальных занимались спортом в российских фитнес-клубах. Такие данные содержатся в исследовании Национального фитнес-сообщества, проведенного среди 114,5 тыс. клиентов в фитнес-клубах 40 регионов России» [2].

Создание спортивной и/или физкультурно-оздоровительной услуги в условиях конкурентного рынка требует от производителя осуществления сложной и разнонаправленной деятельности, направленной на:

1. Создание услуги (ассортимента услуг), чьи свойства и характеристики максимально полно позволяют удовлетворять потребности конкретных сегментов рынка спортивных и/или физкультурно-оздоровительных услуг.

2. Поддержание качества услуги (ассортимента услуг) на уровне, соответствующем как требованиям потребителя, так и существующим стандартам оценки качества и безопасности.

3. Постоянное совершенствование ассортимента услуг и поисковых более эффективных и конкурентоспособных вариантов удовлетворения потребностей клиентов.

Выводы (или заключение). Использование маркетинговых технологий на рынке спортивных и физкультурно-оздоровительных услуг - необходимое условие для получения конкурентного преимущества за счет более полного удовлетворения потребностей клиента, так как он сам их осознает.

Следовательно, маркетинг спортивных и физкультурно-оздоровительных услуг представляет собой целенаправленный и планомерный процесс создания спортивных и физкультурно-оздоровительных услуг на основе сбора и анализа информации о платежеспособном спросе и потребностях клиента с целью их наилучшего удовлетворения.

Список литературы

1. ГОСТ Р 52024-2003. Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования: дата введения 2003-07-01. – URL: <http://docs.cntd.ru/document/1200031619/> (дата обращения: 10.03.24).

2. Исследование: в 2023 году в фитнес-клубы чаще ходили люди в возрасте 30-39 лет. – URL: <https://tass.ru/obschestvo/19596519/> (дата обращения: 10.03.24).

3. Калюжнова, Н.Я. Современные модели маркетинга: учебное пособие для вузов / Н.Я. Калюжнова, Ю.Е. Кошурникова; под общей редакцией Н.Я. Калюжновой. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2023. – 170 с. – (Высшее образование) // Образовательная платформа Юрайт: сайт. – URL: <https://urait.ru/bcode/515137> (дата обращения: 10.03.2024).

4. Технологии сферы сервиса на примере спортивно-оздоровительных услуг: учебное пособие / Т.А. Пузыня, Е.Ю. Смирнова, А.А. Степанов, Л.Ш. Шитова. – Москва: Издательство «Перо», 2018. – 88 с.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ СРЕДСТВ АФК ДЛЯ РАЗВИТИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ И ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У МАЛЬЧИКОВ 10-11 ЛЕТ С ЛЕГКОЙ СТЕПЕНЬЮ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТИ

Т.В. Федорова, О.В. Ланская

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. Умственная отсталость (УО) – одно из самых распространенных форм нарушения развития в мире. Анализ научно-методической литературы показал, что значительное число исследований направлено

на изучение особенностей физического развития, физической работоспособности, психомоторики детей с УО. В некоторых работах рассматриваются особенности функционирования сердечно-сосудистой системы школьников данной категории. В то же время можно отметить недостаточное количество исследований по вопросам изучения особенностей функционирования дыхательной системы в сочетании с развитием физических качеств у детей с УО. Имеющиеся в литературе данные носят фрагментарный характер и отражают в основном отдельные параметры дыхания, не уделяя достаточного внимания вопросу о взаимном влиянии функциональных возможностей дыхательной системы и физических качеств, которые у детей с данной нозологией развиты в значительно меньшей степени, чем у относительно здоровых сверстников [3, с. 32-38].

Цель исследования состояла в определении эффективности разработанной методики внеурочных занятий с применением средств АФК для развития функциональных возможностей дыхательной системы и физических качеств у детей младшего школьного возраста с легкой степенью УО.

Методы и организация исследования. В начале и конце исследования проводилось антропометрическое измерение (вес, рост, индекс массы тела, окружность грудной клетки (ОГК), жизненная емкость легких (ЖЕЛ)), определялся уровень развития физиологического дыхания (проба Штанге, проба Генчи, определение частоты дыхания за 1 минуту, определение комплексного показателя дыхательной выносливости). Также изучались особенности фонационного дыхания и уровень развития речевого дыхания с помощью заданий, позволяющих определить тип дыхания, умение дифференцировать носовое и ротовое дыхание, целенаправленность воздушной струи, силу воздушной струи. Для определения уровня развития физических качеств использовались следующие тесты: сгибание и разгибание рук в упоре

лежа, челночный бег 3x10 м, наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 с, удержание на весу верхней половины туловища, рук и головы в положении лежа на животе.

Исследование проводилось на базе ГБОУ Псковской области «Центр специального образования №3» г. Великие Луки. В эксперименте приняли участие мальчики 10-11 лет в количестве 20 человек. Продолжительность эксперимента – 6 месяцев. В ходе эксперимента обучающиеся были разделены на две группы: контрольную (КГ) и экспериментальную (ЭГ). В ходе исследования в КГ занятия во внеурочное время проводились по плану воспитателя группы продленного дня, включающего в себя спортивно-оздоровительное направление (СОН), способствующее формированию у детей навыков здорового образа жизни, развитию физических качеств и функциональных возможностей организма школьников с УО. В ходе данного СОН были реализованы следующие мероприятия: спортивные часы, игры-путешествия («Путешествие в королевство «Будь здоров», «В царстве снежной королевы» и т.п.), разучивание подвижных игр. В рамках СОН применялись физические упражнения, способствующие развитию общей физической подготовки школьников с УО в сочетании с дыхательными упражнениями статического и динамического характера.

ЭГ занималась по разработанной нами методике с учетом рекомендаций А.Н. Стрельниковой, Е.В. Пантелеевой и Л.В. Шапковой [1, с. 3-6; 2, с. 10-18; 4, с. 22-27, с. 80-84]. Внеурочные занятия проводились 3 раза в неделю. Каждое занятие включало в себя блоки упражнений: 1) блок упражнений, направленный на развитие одного из физических качеств. Каждый такой блок состоял из 4-х физических упражнений и одной подвижной игры или эстафеты; 2) два блока, каждый из которых состоял из 5 упражнений, способствующих развитию дыхательной системы. В данные

блоки входили дыхательные упражнения статического и динамического характера, элементы дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой, упражнения для укрепления мышц грудной клетки и брюшной стенки, физические упражнения, подвижные игры и эстафеты. Внимание уделялось также дополнительным средствам АФК: естественно-средовым и гигиеническим факторам. Длительность каждого занятия составляла 35 минут.

Результаты и их обсуждение. В результате проведенного эксперимента были выявлены достоверные различия между КГ и ЭГ в показателях развития функционального дыхания (рисунок 1). При сравнении КГ и ЭГ после эксперимента выявлены достоверные межгрупповые отличия при изучении показателей ОГК (пауза, вдох, выдох), ЖЕЛ ($p < 0,05$).

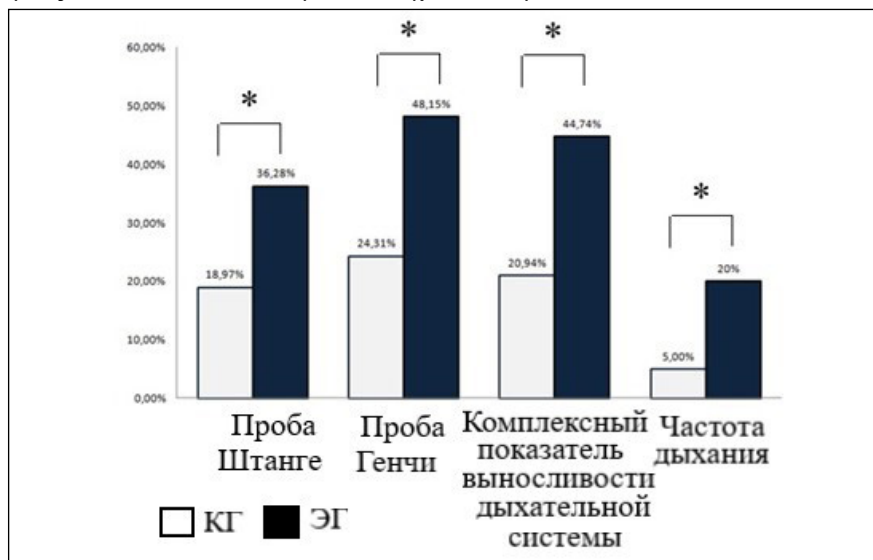


Рисунок 1 – Прирост показателей развития функционального дыхания, зарегистрированных у детей с УО в ходе педагогического эксперимента, %; примечание: * – достоверность различий результатов между ЭГ и КГ после педагогического эксперимента при уровне значимости $p < 0,05$

Разница между ЭГ и КГ в показателях выполнения пробы Штанге составила 17,31% ($p < 0,05$), в результате определения частоты дыхания разница между ЭГ и КГ – 15% ($p < 0,05$). При анализе результатов пробы Генчи и комплексного показателя выносливости дыхательной системы было обнаружено, что показатели ЭГ превышали показатели КГ на 23,84% и 23,8%, соответственно ($p < 0,05$) (рисунок 1). Установлено также, что показатели развития речевого дыхания и особенностей фонационного дыхания при воспроизведении речи у школьников ЭГ более значительно улучшились по сравнению со сверстниками КГ на 54,21% ($p < 0,05$) и на 58,46% ($p < 0,05$).

В ходе педагогического эксперимента было выявлено более выраженное улучшение показателей развития физических качеств у детей ЭГ по сравнению с КГ (таблица 1).

Таблица 1. Сравнительный анализ показателей развития физических качеств детей младшего школьного возраста с УО легкой степени в ходе педагогического эксперимента, $M \pm m$

Тесты	ЭГ (n=10)		КГ (n=10)		Уровень значимости ЭГ-КГ после
	до	после	до	после	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз	9,40±0,83	12,80±1,02	9,30±0,76	9,70±0,65	p<0,05
	p<0,05		p>0,05		
Челночный бег 3*10 м, с	12,11±0,54	10,49±0,36	12,29±0,51	11,82±0,55	p<0,05
	p<0,05		p<0,05		
Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами, см	0,60±0,71	1,00±0,66	0,40±0,7	0,70±0,61	p>0,05
	p>0,05		p>0,05		

Тесты	ЭГ (n=10)		КГ (n=10)		Уровень значимости ЭГ-КГ после
	до	после	до	после	
Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 с, кол-во раз	10,40±0,63	14,10±0,65	10,60±0,87	11,90±0,72	p<0,05
	p<0,05		p<0,05		
Удержание на весу верхней половины туловища, рук и головы в положении лежа на животе, с	85,00±4,6	106,20±4,23	83,00±5,14	88,20±5,64	p<0,05
	p<0,05		p<0,05		

Результаты корреляционного анализа у детей с УО дыхательной системы имели прямую высокую ($r = 0,7 - 0,99$) и умеренную ($r = 0,3 - 0,69$) корреляционную связь (при $p < 0,05$) к тестам, оценивающим развитие выносливости (тест «Удержание на весу верхней половины туловища, рук и головы в положении лежа на животе»), быстроты (тест «Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 секунд») и силы (тест «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа»). Это свидетельствует о взаимовлиянии показателей дыхательной системы и развития физических качеств у детей с УО.

Заключение. Экспериментально установлено, что разработанная нами методика с использованием средств АФК способствует улучшению функционального состояния органов дыхания детей младшего школьного возраста с УО легкой степени, а также положительно влияет на развитие физических качеств. Данная методика может быть рекомендована к использованию в специаль-

ных (коррекционных) образовательных учреждениях для лиц с нарушением развития интеллекта.

Список литературы

1. Амосова, Т.Ю. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой / Т.Ю. Амосова. – Москва: РИПОЛ классик, 2008. – 64 с.

2. Пантелеева, Е.В. Дыхательная гимнастика для детей / Е.В. Пантелеева – Москва: Человек, 2012. – 160 с.

3. Соколова, И.А. Развитие физических способностей обучающихся с нарушениями интеллекта / И.А. Соколова, Е.Л. Известков // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2020. – № 4. – С. 32-38.

4. Шапкова, Л.В. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии / Л.В. Шапкова. - Москва: Советский спорт, 2002. – 212 с.

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

Е.Ф. Халандач, Е.М. Федоскина

*ФГБОУ ВО «Смоленский государственный университет спорта»,
Россия, г. Смоленск*

Введение. По данным Всемирной организации здравоохранения, демографическая ситуация в современном обществе характеризуется устойчивой тенденцией к старению населения. В развитых странах в последнее время отмечается увеличение доли людей пожилого возраста [1].

Организм пожилого человека имеет особенности как физического, так и психологического характера.

Ухудшается состояние опорно-двигательного аппарата: появляется остеопороз вследствие потери солей кальция. Адекватная физическая нагрузка, занятия адаптивной физической культурой (АФК) способны в значительной степени приостановить возрастные изменения различных функций. Выполнение физических упражнений положительно влияет на весь опорно-двигательный аппарат, препятствуя развитию дегенеративных изменений, вызванных гиподинамией и процессами старения. Повышается минерализация костной ткани и содержание кальция в организме, что препятствует развитию остеопороза. Увеличивается приток лимфы к суставным хрящам и межпозвоноквым дискам, что является профилактикой артроза и остеохондроза [1,3].

Психологические и физиологические изменения тесно взаимосвязаны. Некоторые психологические характеристики пожилых людей, например, негативное восприятие действительности, могут являться следствием физиологических изменений в организме [2].

Старение влияет на восприятие человеком окружающего мира, его самооценку, психоэмоциональное состояние и поведение. Старение проявляется в психологических и физиологических изменениях [2]:

- может снижаться физическая и умственная работоспособность,
- труднее вырабатываются новые условные рефлексы, угасают старые;
- замедляются и становятся менее точными движения, изменяется походка;
- пожилые вынуждены больше времени тратить на подготовку и больше контролировать собственные действия;
- острое переживание собственной ненужности, опустошенности;
- негативные и раздражительные реакции на мир («необоснованная агрессия» может быть ориентирована не только на других, но и на себя).

Формировать положительное отношение к себе и своему организму возможно с помощью средств и методов АФК.

Цель исследования – оценить изменение показателей психо-эмоционального состояния людей пожилого возраста до и после систематических занятий АФК.

Оздоровительный и профилактический эффект адаптивной физической культуры неразрывно связан с повышенной физической активностью, усилением функций опорно-двигательного аппарата. В результате недостаточной двигательной активности в организме человека нарушаются нервно-рефлекторные связи, что приводит к нарушению функций сердечно-сосудистой и других систем, нарушению обмена веществ и развитию дегенеративных заболеваний. Применение физических упражнений способствует повышению устойчивости организма к действию стресса, снимает нервно-психическое перенапряжение, улучшает процесс обмена веществ и кровоснабжения в тканях и органах [2].

Тренировки лиц пожилого возраста должны быть строго индивидуальными в зависимости от состояния здоровья и физической подготовленности человека. По мере старения потребность организма в движении не уменьшается, а наоборот, возрастает. В то же время пониженный уровень функциональных возможностей организма требует всестороннего учета физической подготовленности, здоровья, эмоционального состояния при определении величины физических нагрузок. Дозированное, осторожное, но систематическое применение разнообразных упражнений является наиболее эффективным [3].

Методы и организация исследования: анализ литературных источников; педагогическое наблюдение; педагогический эксперимент; тестирование; методы математической статистики.

Результаты и их обсуждение. Исследование проводилось на базе клуба «Активное долголетие»

г. Смоленск в течение декабря 2023 года. В исследовании приняли участие 18 женщин в возрасте 60-67 лет. С женщинами проводились занятия АФК 4 раза в неделю, длительность занятия – 35 минут. Для улучшения психо-эмоционального состояния в занятие включались элементы спортивных и подвижных игр.

Для оценки изменений психо-эмоционального состояния использовалась анкета «Самочувствие, активность, настроение (САН)», поскольку этот тест является наиболее информативным для исследователя и максимально понятным для респондентов. Самочувствие – это совокупность субъективных ощущений, отражающих степень физиологического и психологического состояния человека, направление мыслей чувств и т. п. Самочувствие может быть представлено в виде некоторой обобщающей характеристики, а также может быть локализовано по отношению к определенным формам ощущения (ощущение дискомфорта в различных частях тела). Активность – одна из сфер проявления темперамента, определяемая интенсивностью и объемом взаимодействия человека с физической и социальной средой. По этому параметру человек может быть активным, инертным, пассивным, спокойным, инициативным. Настроение – относительно устойчивое состояние человека, которое может быть представлено как эмоциональный фон (приподнятое, подавленное), то есть быть эмоциональной реакцией на значение конкретных событий для субъекта в контексте общих жизненных планов, интересов и ожиданий. Настроение, будучи вызванным определенной причиной, конкретным поводом, проявляется в особенностях эмоционального отклика человека на воздействия любого характера.

Анкету «САН» участники эксперимента заполняли дважды: до начала систематических занятий АФК и после завершения эксперимента. Полученные в ходе эксперимента данные представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Показатели изменений по опроснику «САН», $X \pm m$

Показатели	Этап	Значение	t эмп	p
Самочувствие	В начале эксперимента	3,6±0,19	0,39	p<0,05
	В конце эксперимента	5,5± 0,16	3,4	p<0,01
Активность	В начале эксперимента	3,7±0,12	0,13	p<0,05
	В конце эксперимента	6,4±0,14	3,2	p<0,01
Настроение	В начале эксперимента	4,0±0,23	0,25	p<0,05
	В конце эксперимента	6,3± 0,24	4,3	p<0,01

Оценки, превышающие 4 балла, говорят о благоприятном состоянии испытуемого, оценки ниже четырех свидетельствуют об обратном. Нормальные оценки состояния лежат в диапазоне 5,0-5,5 балла. В начале эксперимента показатели активности и самочувствия находятся на низком уровне, настроение – на среднем. После эксперимента все показатели находятся на высоком уровне, что свидетельствует о положительных изменениях психо-эмоционального состояния женщин пожилого возраста.

Заключение. АФК является основным средством, задерживающим возрастное ухудшение физических качеств и снижение адаптационных способностей организма, положительно влияет на функционирование сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Систематические занятия АФК позволяют улучшить не только физические показатели организма, но и способствуют повышению психо-эмоционального состояния, что немаловажно для пожилого человека.

Список литературы

1. Бакшина, А.И. Оптимизация психофизического состояния женщин пожилого возраста средствами физической культуры / А.И. Бакшина, Н.Н. Полинцева, Е.К. Эпов // Международный научно-исследовательский журнал. – 2016. – №11-3. – С. 34-37.

2. Боженкова, К.А. Психологические особенности людей пожилого возраста / К.А. Боженкова // Приволжский научный вестник. – 2016. – №3. – С.55-57.

3. Якимова, М.И. Оптимизация психофизического состояния женщин пожилого возраста с использованием упражнений оздоровительного фитнеса в условиях юга Хабаровского края / М.И. Якимова, Т.В. Хромина // Ученые записки университета Лесгафта. – 2022. – №8. – С.210-113.

ПЕРСПЕКТИВЫ УЧАСТИЯ СПОРТИВНЫХ НАБЛЮДАТЕЛЕЙ-ОБСЕРВЕРОВ В СОРЕВНОВАНИЯХ ПО ВОЗДУХОПЛАВАТЕЛЬНОМУ СПОРТУ

Л.Ш. Шитова

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. Ежегодно проводя воздухоплавательные мероприятия, организаторы и официальные лица сталкиваются с проблемой: проводить ли соревнования со спортивными наблюдателями (Observer) или выбрать более современное средство – такое, как GPS-логгер.

Методы и организация исследования. Теоретико-методологической основой исследования является совокупность принципов, методов, подходов и приемов, входящих в инструментарий современной гуманитарной, в том числе педагогической, науки.

Методы исследования:

– анализ уставных документов Общероссийской общественной организации «Федерация воздухоплавательного спорта России» (ФВСР);

– изучение стратегических программ развития ФВСР, комитетов Воздухоплавательной комиссии Международной Авиационной Федерации, отчетов об их деятельности;

– метод сравнения;

– анализ научного контента веб-сайтов российских и иностранных спортивных организаций и объединений.

Результаты и их обсуждение. Наблюдатель (Observer) – официальное лицо соревнований, ответственное перед Главным наблюдателем, назначенное на данный полёт отдельному участнику. В его обязанности входит, в первую очередь, беспристрастная запись деталей местоположения, времени, расстояния и т.д., достигнутых при выполнении задания. Он также обязан докладывать о любом очевидном нарушении правил или Воздушного законодательства и о любых случаях некорректного поведения по отношению к землевладельцам или публике со стороны любого участника или члена команды.

Для качественного выполнения своих задач обсервер должен обладать рядом качеств и умений, в частности, уметь ориентироваться на местности, находить ориентиры и привязываться к карте, грамотно и аккуратно проводить измерения, знать правила соревнований, уметь строить отношения с пилотом и его командой, и пр. и пр. Отчёт обсервера, который он должен сдать специально назначенным лицам, именуемым дебриферами, является тем официальным документом, на основании которого определяется результат пилота и производится начисление очков.

Таким образом, обсерверу необходимы только две вещи: наблюдатель должен знать Правила и максимально безупречно выполнить свои обязанности.

Эта система судейства соревнований сложилась и приобрела законченность где-то к 90-м гг. прошлого века

и в таком виде существовала до начала 2000-х гг.

Ситуация существенно изменилась в первой половине 2000-х гг. с появлением GPS-приборов, именуемых логгерами, которые, используя данные спутниковой системы навигации, могут измерять и записывать координаты и высоту текущего положения аэростата. Совокупность этих данных, измеренных через фиксированные промежутки времени, даёт достаточно полную информацию о траектории полёта аэростата, времени и скорости прохождения тех или иных точек, и, в принципе, позволяет контролировать выполнение полётных заданий и рассчитывать их результаты без участия человека, т.е. обсервера.

Появление GPS-логгеров и их внедрение в практику соревнований привело к тому, что количество соревнований, в которых задействованы обсерверы, стало быстро и неуклонно сокращаться. В период с 2000 до 2006 гг. в ряде стран даже произошел полный отказ от проведения соревнований с обсерверами. Главную роль в этом процессе играют, конечно, финансовые ограничения, поскольку содержание команды обсерверов, особенно на крупных соревнованиях с большим числом участников, составляет весьма значительную часть бюджета спортивного мероприятия.[1].

Однако, позже по инициативе подкомитета пилотов (CompetitorsSubcommittee) CIA FAI после чемпионата мира 2006 г. был проведён опрос достаточно широкого круга пилотов, официальных лиц, делегатов CIA FAI. Респондентам был задан вопрос о необходимости использования обсерверов в соревнованиях по воздухоплаванию. Большинство опрошенных (77%) ответило положительно.

С учётом результатов опроса на конференции CIA FAI в 2008 г., опять же по инициативе подкомитета пилотов, было принято решение проводить чемпионаты мира после 2011 г. с обязательным участием обсерверов. Таким образом, участие обсерверов стало

обязательным условием проведения чемпионата мира по воздухоплаванию.

Однако на практике соревнования по воздухоплаванию по статусу и спортивной значимости ниже чемпионата мира (чемпионат России, Кубок России, первенство России, всероссийские официальные спортивные соревнования, чемпионаты, первенства федеральных округов Российской Федерации) стали проводить в комбинированном формате, когда в части заданий результаты измерялись обсерверами, а в части – по точкам траекторий, измеренных GPS-логгерами.

Правила вида спорта «воздухоплавательный спорт» (утв. приказом Минспорта России от 05.03.2018 N 200) в главе 6 описывают права и обязанности судий-наблюдателей (обсерверов) и допускают проведение соревнований без их участия [2].

Поэтому в последние годы дирекции соревнований стали и вовсе отказываться от участия обсерверов в соревнованиях. Главную роль в принятии такого решения, конечно, играет ограниченное финансовое обеспечение бюджета спортивного мероприятия.

Многие опытные обсерверы отошли от воздухоплавания, осознавая «бесперспективность профессии».

В 2020 г. на заседании Бюро ФВР было принято решение о проведении чемпионата России по воздухоплаванию в 2021 г. с участием обсерверов. Это было обязательное условие, поставленное организаторам чемпионата России в г. Великие Луки.

Основная мотивировка заключалась в том, что чемпионат мира 2022 г. в США в соответствии с утвержденными правилами планировалось проводить с участием обсерверов и нашим пилотам, в нем участвующим, необходимо тренироваться на соревнованиях аналогичного формата. С учетом этого требования осуществлялся отбор спортсменов в спортивные сборные команды Российской Федерации

для подготовки к международным спортивным соревнованиям и участия в них от имени Российской Федерации.

Кроме того, условие об обязательном участии обсерверов в чемпионате России по воздухоплаванию было принято Бюро ФВР исходя из того, что Федерация воздухоплавания должна способствовать развитию воздухоплавательного спорта в стране, расширению его географии и увеличению количества вовлеченных в него людей, а, как показала практика предыдущих лет, именно обсерверы являются той средой, которая в немалой степени способствует укоренению и развитию воздухоплавания и воздухоплавательного спорта на местах. Будучи знакомыми с сутью этого спорта, зная правила игры и понимая смысл заданий и действий пилотов, обсерверы являются и кадровым резервом воздухоплавания. Поэтому ликвидация данного института может существенно затормозить развитие воздухоплавания как вида спорта у нас в стране.

Перед организаторами чемпионата России 2021 г. по воздухоплаванию в г. Великие Луки была поставлена задача:

1. Подготовить (обучить) необходимое количество обсерверов (наблюдателей), обслуживающих соревнования по воздухоплаванию. Их должно быть не меньше команд-участниц. Кроме того необходим резерв обсерверов, численность которого зависит от масштабов соревнований.

2. Решить вопросы о размещении, питании и доставке обсерверов до места проведения соревнований.

Решить указанные задачи предстояло исходя из изначально ограниченного бюджета спортивного мероприятия.

Был изучен опыт подготовки обсерверов. Выяснили, что наиболее качественную подготовку прошли обсерверы в 2013 г. на базе естественно-географического факультета Рязанского государственного университета.

В настоящее время университет в г. Рязани подготовку обсерверов не осуществляет.

Подготовить команду измерителей и обеспечить их всем необходимым в месте проведения соревнований возможно на базе ФГБОУ ВО «ВЛГАФК», поскольку обучающиеся по образовательной программе по направлению подготовки 43.03.04 Спорт по профилю подготовки - спортивная подготовка по виду спорта (спортивное ориентирование) имеют навыки ориентации на местности, навыки работы с картами и навигаторами («Mapdatum: WGS84, GridsystemUTM»), которые являются основой для проведения измерений. Кроме того обучающиеся обладают хорошей физической формой и подготовкой.

Подготовка команды обсерверов на базе ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» (в месте проведения соревнований) позволит дирекции соревнований сократить статьи расходов на проживание, питание и доставку иногородних обсерверов.

Подобное решение позволяет минимизировать сложности с привлечением, обучением и подготовкой новых людей и т.п. Смета стоимости питания, размещения и доставки иногородних обсерверов до места проведения соревнований представлена в таблице 1.

Таблица 1 – Смета стоимости питания, размещения и доставки иногородних обсерверов до места проведения соревнований.

Расходы	Иногородние наблюдатели	Экономия (–) Дополнительные расходы (+)	Примечание
Проезд по маршруту Москва-Великие Луки	Средняя 1700 руб. (с учётом инфляции 10%)	– 1700 руб.	
- плацкарта	1450 руб.		
- купе	1960 руб.		

Расходы	Иногородные наблюдатели	Экономия (–) Дополнительные расходы (+)	Примечание
Проживание Юбилейная в сутки (без учёта инфляции)	1650*1,1=1815 (инфляция 10%)		Завтрак включён Оплата на месте Предоплата не требуется
- одноместный	2950 руб.		
- двухместный	3300 руб.	– 1650 руб.	1650 с человека
Питание кафе			
Бизнес-ланч	350 руб.	– 350 руб.	Текущая цена
	400 руб.		Инфляция 15%
Ужин	700 руб.	– 700 руб.	Текущая цена
	805 руб.		Инфляция 15%
В расчёте на группу 20 человек (сутки)			
- проезд туда и обратно плацкарта	1450*2*20= 58000		
	58000*1,1=63800		Инфляция 10%
- проживание	3300*10= 33000		
	3300*10*1,1=36300		Инфляция 10%
Питание			
Бизнес-ланч	350*20=7000		
	400*20=8000		Инфляция 15%
Ужин	700*20=14000		
	805*20=16100		Инфляция 15%
Итого			
На одного чел.	1650+350+700=2700	– 2700	Проживание, питание
На группу 20 чел.	33000+7000+14000=54000	– 54000	Проживание, питание

Расходы	Иногородные наблюдатели	Экономия (–) Дополнительные расходы (+)	Примечание
	$58000+54000=112000$	– 112000	Проживание, питание, поезд туда и обратно
На одного чел.	$1815+400+805=3020$	– 3020	Проживание, питание с учётом инфляции
На группу 20 чел.	$36300+8000+16100=60400$	– 60400	Проживание, питание с учётом инфляции
На группу 20 человек	$60400+63800=124200$	– 124200	Проживание, питание, проезд туда и обратно с учётом инфляции

Обучение одного обсервера по программе подготовки наблюдателей/обсерверов (72 часа) на базе ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» составляет 5 000 рублей [3]. Без привлечения иногородних слушателей организаторы соревнований воздухоплателей в г. Великие Луки экономят от 112 тыс. руб. до 124 тыс. руб. (с учётом инфляции).

Заключение Подготовленные обсерверы получат возможность участвовать в соревнованиях разного уровня. Проведение чемпионатов в г. Великие Луки с участием обсерверов позволяет подготовить молодых обсерверов, которые будут способствовать популяризации воздухоплательного спорта в стране.

Список литературы

1. Митягин, Ю. Заметки чиф-обсервера / Ю. Митягин // Воздухоплатель. – URL: <http://ballooning-magazine.ru/avtory/88> (дата обращения: 06.03.2024).

2. Правила вида спорта «воздухоплавательный спорт»: приказ Минспорта России от 05 марта 2018 г. № 200 // Законы, кодексы и нормативно-правовые акты Российской Федерации: сайт. – URL: <https://legalacts.ru/doc/pravila-vida-sporta-vozdukhoplavatelnyi-sport-utv-prikazom-minsporta-rossii/> (дата обращения: 07.03.2024).

3. Прейскурант на услуги ЦДО с 01 сентября 2023 г. // ВЛГАФК: сайт. – <https://vlgaafc.ru/> (дата обращения: 06.03.2024).

**ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ.
ОЛИМПИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ**

**ВЕЛИКОЛУКСКИЙ ПЕРИОД ЖИЗНИ ИЗВЕСТНОГО
УЧЕНОГО, ИСТОРИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА Д.А. КРАДМАНА**

Д.А. Белюков

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, Великие Луки*

Имя Дмитрия Александровича Крадмана хорошо известно в кругу специалистов физической культуры и спорта, особенно среди историков данной отрасли. А.Б. Суник в своем капитальном труде «Очерки отечественной историографии истории физической культуры и спорта» отмечает, что «в плеяде историков физической культуры и спорта советской эпохи первым по праву должен быть назван Дмитрий Александрович Крадман. Личность яркая, самобытная, талантливая, он прожил долгую (1891-1989) – почти век! – удивительную, необычайно насыщенную творческую жизнь. Внес большой вклад в зарождение, становление и развитие советской истории физической культуры и спорта как науки и учебной дисциплины. Во всех научных направлениях истории физической культуры и спорта Д.А. Крадман сказал свое весомое слово: в отечественной истории физической культуры дооктябрьского периода и советской эпохи; всеобщей истории физической культуры; истории международного спортивного и олимпийского движения» [4].

Крадман Дмитрий Александрович (1891-1989), доктор педагогических наук, профессор, долгие годы работал на кафедре истории физической культуры

ГЦОЛИФК, участник Первой мировой и Великой Отечественной войн, участник российской делегации на Играх V Олимпиады 1912 г. в Стокгольме, один из основателей спортивного общества «Спартак».

Интересности известного ученого в связи с Великими Луками возник, когда сотрудникам Музея спорта и олимпийского движения Псковского края пришло сообщение в социальной сети Вконтакте с фотографией Д.А. Крадмана, сделанной в великолукском фотоателье М. Мельника предположительно в 1908-1910 гг. и в форме учащегося Великолукского реального училища. Зародился вопрос, что связывало будущего известного историка с городом на Ловати.

Поиски в Интернете подтвердили, что оригинал данной фотографии хранится в Эстонском национальном музее спорта в г. Тарту и датируется 1910 г. [4].

Обращение в Отделение Государственного архива Псковской области в городе Великие Луки (начальник Н.А. Лопатина) дало много интересной информации. В личном фонде А.П. Лопырева, почетного гражданина г. Великие Луки, краеведа, автора книги «Город моего детства», обнаружилась переписка Андрея Павловича и Дмитрия Александровича за 1986 г. Из писем Д.А. Крадмана стало известно, что он жил в Великих Луках с 1898 по 1908 гг., является автором рукописных мемуаров на 250 страницах, из которых жизни в Великих Луках отведено 45 страниц [1].

В поисках интересующих нас воспоминаний, которые могли бы пролить свет на великолукский период жизни Д.А. Крадмана, мы обратились к Н.Ю. Мельниковой, заведующей кафедрой истории цивилизации, физической культуры, спорта и олимпийского образования РУС «ГЦОЛИФК»; Е.И. Сидоровой, директору историко-спортивного музея РУС «ГЦОЛИФК»; А.А. Алексееву, директору издательства «Советский спорт», зятю Д.А. Крадмана; И.А. Алексеевой, к.и.н., внучке Д.А. Крадмана.

Благодаря помощи коллег и родственников

известного ученого в нашем распоряжении оказались фрагменты воспоминаний о жизни Дмитрия Александровича в Великих Луках.

Дмитрий Крадман учился и окончил сначала 3-классное городское училище, где заведующим был его дядя Г.С. Кужелев, а потом лучшее учебное заведение дореволюционных Великих Лук – Великолукское реальное училище. Воспоминания бывшего ученика учебных учреждений города на Ловати полны ярких и уникальных подробностей, дающих представление о состоянии образования в провинциальном русском городе, существенно дополняя общую картину городской жизни. Д.А. Крадман вспоминает педагогов, описывает состояние материально-технической базы училища, свои первые опыты педагогической деятельности, занятия физической культурой и спортом, описывает досуг великолукчан.

Подводя итог 9-летней жизни в Великих Луках, Дмитрий Александрович отмечал, что она дала ему положительные результаты:

«1. Я получил среднее образование, какого не получил бы в Петербурге.

2. На свежем воздухе близко к природе и благодаря обильным движениям я избежал болезней тела и нервной системы, что досталось сестре.

3. Я рано понял, что о себе должен заботиться сам и еще в раннем юношеском возрасте старался никого не обременять своим существованием.

4. Меня никто персонально не воспитывал, и у меня выработалась самостоятельность и инициатива.

5. Я рано усвоил значение самовоспитания и самообразования, что в последующей жизни позволило мне в разных, порой страшных условиях, преодолевать трудности и выходить победителем.

6. Я рано получил навыки педагогической деятельности и достиг поэтому ученых степеней и знаний.

7. Материальные трудности детства и юношества

воспитали у меня скромность личных потребностей и отвращение к погоне за накоплением ненужных вещей, избавили от широко сейчас распространенного рабства перед вещами» [2].

Посещал ли Д.А. Крадман Великие Луки после 1908 г., сказать однозначно сегодня не представляется возможным. Однако он хорошо знал, что приемником Великолукского реального училища, которое он заканчивал, является Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. Поэтому можно считать, что своеобразное возвращение в город своего детства состоялось, ведь в библиотеке ВЛГАФК имеется целый ряд трудов известного ученого.

Статьи Д.А. Крадмана в библиотеке ВЛГАФК

1. Крадман, Д.А. Скаутизм в России / Д.А. Крадман // Физическая культура в школе. – 1965. – № 2. – С. 10-12.
2. Крадман, Д.А. Главное после хлеба / Д.А. Крадман // Физическая культура в школе. – 1967. – № 1. – С. 26-27.
3. Крадман, Д.А. Они вытеснили Аввакума / Д.А. Крадман // Физическая культура в школе. – 1967. – № 2. – С. 3-4.
4. Крадман, Д.А. Первый шаг от утопии к науке / Д.А. Крадман // Физическая культура в школе. – 1967. – № 3. – С. 36-37.
5. Крадман, Д.А. От розги к филантропам / Д.А. Крадман // Физическая культура в школе. – 1967. – № 5. – С. 38-39.
6. Крадман, Д.А. 40 лет назад / Д.А. Крадман // Физическая культура в школе. – 1967. – № 6. – С. 9-11.
7. Крадман, Д.А. Шультурнен / Д.А. Крадман // Физическая культура в школе. – 1967. – № 11. – С. 24-25.
8. Крадман, Д.А. Шведская система / Д.А. Крадман // Физическая культура в школе. – 1967. – № 12. – С. 22-25.
9. Крадман, Д.А. Она бессмертна! / Д.А. Крадман // Физическая культура в школе. – 1971. – 2. – С. 8-9.

10. Крадман, Д.А. Физическая культура в России в XIX веке / Д.А. Крадман // Очерки по истории физической культуры: сборник трудов. Вып. 5. – Москва: Физкультура и спорт, 1950. – С. 79-128.

Выводы. Введенный в научный оборот новый источник позволил пролить свет на ранее неизвестный, великолукский, период жизни Д.А. Крадмана. Удалось установить точные хронологические рамки его проживания в Великих Луках – 1898-1908 гг. Благодаря воспоминаниям удалось устранить пробел в биографии ученого, определить влияние обучения в Великолукском реальном училище на становление личности видного исследователя и педагога. Кроме того, воспоминания Д.А. Крадмана представляют собой ценный источник по истории физической культуры и спорта, истории образования, общественной и культурной жизни дореволюционных Великих Лук.

Список литературы

1. ГАПО (Государственный архив Псковской области). Ф. В – 2708. Оп. 2. Д. 19, 73.
2. Крадман, Д.А. Как долго прожито и много пережито!: воспоминания / Д.А. Крадман // Рукопись. - С. 5-32.
3. Суник, А.Б. Очерки отечественной историографии истории физической культуры и спорта / А.Б. Суник. – Москва, 2010. – С. 291-297.
4. Estonian Sports and Olympic Museum = Эстонский музей спорта и олимпийского движения: сайт. – URL: <https://spordimuuseum.ee/> (дата обращения 02.03.2024).

РОЛЬ МУЗЕЯ СПОРТА ПСКОВСКОГО КРАЯ В СОХРАНЕНИИ НАСЛЕДИЯ XXII ОЛИМПИЙСКИХ ЗИМНИХ ИГР И XI ПАРАЛИМПИЙСКИХ ЗИМНИХ ИГР 2014 ГОДА В г. СОЧИ

***Н.А. Кузьмина, Д.А. Белюков, В.П. Садченко,
А.Н. Медведев***

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, Великие Луки*

XXII Олимпийские зимние игры и XI Паралимпийские зимние игры 2014 г. в Сочи – это большое событие для всей нашей страны, которая имеет огромный опыт организации крупных соревнований, но именно Зимние игры проводились у нас впервые, они дали заметный толчок развитию многих сторон жизни нашего общества и государства.

Свой вклад в их организацию и проведение внесли и спортивные вузы России. Не стала исключением и Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, чьи представители участвовали в эстафете олимпийского огня, работали волонтерами и судьями на Играх, являлись официальными гостями от Олимпийского комитета России.

У каждого представителя вуза, причастного к организации и проведению Игр, остались не только яркие воспоминания, но личные вещи, предметы, сувениры, документы, в том числе и уникальные. Поэтому среди преподавателей, студентов, руководства вуза возникла идея создать выставку, посвященную участию представителей академии в XXII Олимпийских и XI Паралимпийских зимних играх. В период подготовки выставки было собрано свыше 270 различных предметов, более 120 были отобраны для экспонирования. Стоит отметить, что ряд предметов являются действительно уникальными:

- флаг России с автографами членов сборной России по шорт-треку в эстафете на 5 000 метров – олимпийских чемпионов Виктора Ана, Семена Елистратова, Руслана Захарова, Владимира Григорьева;

- приглашения на прием, посвященный празднованию XXII Олимпийских зимних игр 2014 года в Сочи, с автографами чемпионов и призеров Олимпийских игр Нины Черемисиной, Светланы Семеновой, Дмитрия Саутина, Игоря Лукашина и Максима Опалева;

- букет цветов с церемонии награждения победителей и призеров XI Паралимпийских зимних игр, подаренный 4-кратной паралимпийской чемпионкой Михалиной Лысовой;

- плакат «Sochi 2014» с дарственной надписью «С уважением, главный судья по лыжным гонкам XXII Олимпийских зимних игр в Сочи В.В. Веденин»;

- шайба с автографом олимпийского чемпиона, капитана мужской Олимпийской сборной Канады по хоккею Сидни Кросби;

- клюшка члена мужской Олимпийской сборной Норвегии по хоккею Хансена;

- подарочный набор значков с изображением официальной формы сборных команд по хоккею;

- сувенирная медаль «Участнику церемонии закрытия XXII Олимпийских зимних игр» (23 февраля 2014 г.);

- коллекционный альбом для олимпийской 100-рублевой купюры и 25 рублевых монет банка России, посвященный XXII Олимпийским и XI Паралимпийским зимним играм.

Выставка «Наша академия и XXII Олимпийские зимние игры» была торжественно открыта 6 мая 2014 г. в библиотеке академии и привлекла внимание школьников, студентов, преподавателей, ветеранов, представителей спортивной общественности.

Олимпийские Игры в Сочи и подготовленная выставка стали отправной точкой для создания музея.

19 февраля 2015 г. на базе академии был открыт Музей

спорта и олимпийского движения Псковского края. За девятилетний период существования музей подготовил 12 выставок и принял более 6 тысяч посетителей. География посетителей обширна: от жителей Псковского региона до гостей из зарубежных стран.

К 10-летию XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 г. в Сочи 20 февраля 2024 г. была открыта выставка «Жаркие. Зимние. Наши!». Она отражает вклад представителей разных сфер деятельности и профессий в успешное проведение Олимпийских и Паралимпийских зимних игр в Сочи, а также влияние Игр на жизнь страны и ее граждан.

Коллекция выставки насчитывает более 300 экспонатов, как ранее представленных, так и вновь поступивших.

На выставке представлены:

- факелы эстафеты Олимпийского огня и Паралимпийского огня,
- комплект униформы факелоносца и волонтера,
- комплект формы Детского хора России,
- аккредитации и график рабочего времени волонтера,
- аккредитации почетных гостей, участников церемоний и мероприятий,
- рабочие тетради персонала Игр,
- памятные сертификаты, грамоты, благодарности,
- памятные медали и почетные знаки,
- приказы о награждениях,
- элементы спортивного инвентаря и экипировки,
- билеты на спортивные соревнования и официальные церемонии,
- почтовые наборы,
- набор почтовых открыток «Сочи-2014»,
- атлас Сочи-2014,
- обед водителя Сочи-2014
- сувениры, плакаты, открытки, значки, магниты, вымпелы, таблички, фотографии и многое другое.

Дарителями для новой выставки стали представители разных сфер деятельности.

Степанова Светлана Викторовна – первый заместитель главы города Великие Луки. Светлана Викторовна является генерал-майором таможенной службы России, а в период подготовки и проведения Игр в Сочи занимала должность начальника Сочинской таможни.

Солнышкина Татьяна Викторовна – руководитель группы ВСП. Татьяна Викторовна являлась одним из представителей Северо-Западного филиала СберБанка, официального партнера Игр.

Романюк Анжелика Владимировна – заведующая Центром непрерывного образования в сфере культуры и искусства Псковского областного колледжа искусств им. Н.А. Римского-Корсакова. На период Игр возглавляла великолукскую группу исполнителей из Детской музыкальной школы № 1 имени М.П. Мусоргского.

Васильев Олег Анатольевич – ветеран МВД России. Руководитель транспортной группы участка автомобильной трассы в период подготовки и проведения Игр.

Выставка «Жаркие. Зимние. Наши!» состоит из нескольких разделов: «Эстафета олимпийского огня», «Волонтеры XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр», «Сочинская фалеристика», «Хоккей на Играх», «Спортсмены и волонтеры ВЛГАФК на Паралимпийских играх», «Великолучане в составе Детского хора России на закрытии Игр», «Сочинская филателия и филокартия», «Сочинская нумизматика», «Обеспечение проведения Игр», «Талисманы и сувениры Сочи».

Остановимся более подробно на некоторых разделах выставки.

Ярким событием, предшествующим проведению Игр, стала эстафета олимпийского и паралимпийского огня Сочи-2014.

Маршрут эстафеты Олимпийского огня вошел

в историю Олимпийских зимних игр как самый продолжительный и масштабный (65 000 км, 83 субъекта РФ, 2 900 городов и населенных пунктов, 123 дня, 14 тысяч факелоносцев).

Псковская область приняла эстафету 25 октября 2013 г. в двух городах: Изборск (5 человек) и Псков (67 человек).

Факел первой в истории России эстафеты Паралимпийского огня Сочи-2014 вспыхнул в самой восточной точке России и Евразии мысе Дежнёва.

За 10 дней эстафета побывала в 44 городах 8 федеральных округов Российской Федерации. Факел Паралимпийского огня пронесли более 1500 факелоносцев, и не менее 20 процентов из них были люди с ограниченными возможностями. Помогали факелоносцам 3000 волонтеров. Эстафету Паралимпийского огня Псковская земля принимала 2 марта 2014 года. Маршрут эстафеты прошел через исторический центр Пскова, Главный символ Паралимпиады пронесли 15 жителей региона.

Среди участников регионального этапа олимпийской и паралимпийской эстафеты достойно были представлены Великие Луки и Великолукская академия физической культуры и спорта. 20 факелоносцев представляли наш город и 12 - академию физической культуры и спорта.

На выставке представлены факел эстафеты Олимпийского огня и комплект униформы факелоносца, переданный Городничевым Русланом Михайловичем, проректором по научно-исследовательской работе Великолукской академии спорта.

XXII Олимпийские зимние игры и XI Паралимпийские зимние игры коренным образом изменили отношение людей к волонтерскому движению, позволив увидеть в нем возможности для самореализации, получения нового опыта. Большой вклад в успешное проведение Олимпийских и Паралимпийских игр внесли волонтеры (от англ. volunteer – доброволец).

Среди них сотрудники и студенты Великолукской государственной академии физической культуры и спорта. Они стали основными дарителями музею для пополнения коллекции.

Олимпийские игры — это не только спортивные состязания, это всегда праздник культуры и искусства. Приятно отметить, что на закрытии Олимпийских игр в Сочи в составе детского хора России, в который входило 1000 человек, было 10 великолучан. Они прошли серьезный отбор и были удостоены чести исполнить гимн России на стадионе «Фишт».

Вот как вспоминает те события участница Детского хора России Пожарская Анастасия: «Для меня поездка в Сочи – это радость от занятий любимым делом, потому что там собрались люди, которые так же, как и я, увлечены хоровым пением, и большая ответственность, так как мы представляли Псковскую область на таком масштабном проекте, как Олимпиада. Мы были очень воодушевлены тем, что делаем. Эмоции и воспоминания об этих счастливых днях останутся со мной на всю жизнь».

За месяц функционирования выставки её посетили около 400 гостей, среди которых жители Псковской области, а также гости из Минска, Пензы, Самары, Коммунара. Выставка и сейчас пополняется новыми экспонатами благодаря дарителям.

Музей спорта Псковского края играет важную роль в сохранении наследия XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 г. в Сочи. Благодаря своей деятельности музей способствует сохранению и продвижению спортивной и олимпийской истории региона и страны, а также популяризации спорта среди посетителей музея. Экспозиции музея не только сохраняют важные артефакты и документы, связанные с проведением Олимпийских и Паралимпийских игр в Сочи, но и помогают передать богатое спортивное наследие будущим поколениям.

Список литературы

1. Белюков, Д.А. Великолукская академия физической культуры и спорта и XXII Олимпийские зимние игры / Д.А. Белюков, Н.А. Кузьмина, А.Н. Медведев // Олимпийский бюллетень. № 15 / составители Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин, Н.С. Леонтьева, А.Ю. Никифорова, Л.С. Леонтьева. – Москва, 2014. – С. 288-294.

2. Кузьмина, Н.А. Эстафета олимпийского и паралимпийского огня: от глобального до регионального / Н.А. Кузьмина, О.В. Крупенич // Олимпийский бюллетень № 16 / составители Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин, Н.С. Леонтьева, А.Ю. Никифорова, Л.С. Леонтьева. – Москва, 2015. – С. 28-34.

3. Музей спорта и Олимпийского движения Псковского края: сайт. – URL: <https://sportmuseum.ru/> (дата обращения 21.04.2024).

ПЛЯЖНОЕ САМБО В ПРОГРАММЕ АЗИАТСКИХ ПЛЯЖНЫХ ИГР

Л.С. Леонтьева

*ФГБОУ ВО Российский университет спорта
«ГЦОЛИФК», г. Москва*

Введение. Спектр пляжных видов спорта, культивируемых в азиатском регионе, весьма широк. В программу Азиатских пляжных игр входят преимущественно игровые виды спорта, а также циклические виды спорта, единоборства и др. В целом на данных комплексных соревнованиях в разные годы разыгрывались медали в целом ряде видов спорта, в том числе в пляжном самбо, который был представлен на Играх дважды - в 2014 и в 2016 гг. [2, 3, 5].

Результаты и их обсуждение. Пляжное самбо - относительно молодой вид спорта. Практиковать его

стали в теплых странах, где погода позволяет круглый год проводить занятия самбо не в спортзале, а на пляже, где борцовский ковер заменяет песок. Он не просто смягчает удары при падении, но и создает нагрузку на ноги. Правила пляжного самбо отличаются от тех, что существуют в классическом виде борьбы. Поединок длится 3 минуты, до тех пор, пока кто-нибудь из борцов не совершит движение, которому судья дает оценку. Это приводит к тому, что темп схватки значительно ускоряется, а поединок становится более зрелищным. Чемпионаты мира по пляжному самбо проводятся с 2021 г. [3, 6].

Пляжное самбо - это вариант спортивного самбо, который был изобретен в Советском Союзе в начале XX в. Чемпионаты мира по спортивному самбо проводятся с 1973 г. Управлением, и развитием и популяризацией этого вида спорта занимается Международная федерация самбо, созданная в 1984 г., как было отмечено выше, в программу Азиатских пляжных игр этот вида спорта был включен в 2014 и в 2016 гг. (таблица 1) [2, 6, 7].

Таблица 1 - Пляжное самбо в спортивной программе Азиатских пляжных игр

Вид спорта/гг. Игр	2008*	2010*	2012*	2014*	2016*	2023**
Пляжное самбо				7	8	

*Количество комплектов наград.

** Игры отменены.

Спортивная программа IV Азиатских пляжных игр 2014 г. была существенно расширена по сравнению с предыдущими пляжными Играми и включала в себя 33 вида спорта, в том числе пляжное самбо [2, 5].

Борьба самбо была одним из «дебютантов» Азиатских пляжных игр 2014 г. В этом виде спортивной программы были разыграны медали в трех мужских, трех женских категориях и в командном первенстве. Результаты состязаний по самбо продемонстрировали высокий уровень кон-

курентности, представители 12-ти азиатских стран стали победителями и призерами в этом виде единоборств, что позволяет утверждать, что самбо также является популярным, развитым и распространенным видом спорта в этом регионе [2, 3].

Наибольших успехов сумели добиться монгольские самбисты, которые четырежды поднимались на золотой пьедестал (4-0-1), а также борцы из Казахстана (1-2-1), Туркменистана (1-2-1), Южной Кореи (1-0-1), Ирана (0-1-1), Кыргызстана (0-1-0), Ливана (0-1-0), Узбекистана (0-0-5), Ирака (0-0-1), Непала (0-0-1), Сирии (0-0-1) и Таиланда (0-0-1).

Спортивная программа V Азиатских пляжных игр 2016 г. была сокращена по сравнению с предыдущими Играми и включала в себя 22 вида спорта, в том числе пляжное самбо [2, 3].

Важно отметить, что программа борьбы самбо была расширена, были разыграны медали в четырех мужских и четырех женских категориях. Результаты состязаний по самбо, так же как и на предыдущих Играх 2014 г., вновь продемонстрировали высокий уровень конкурентности, представители 13-ти азиатских стран стали победителями и призерами в этом виде единоборств, что еще раз подтверждает, что самбо также является популярным, развитым и распространенным видом спорта в этом регионе [2].

Наибольших успехов сумели добиться монгольские самбисты (4-0-1), которые продемонстрировали ровно такой же результат, как и два года назад, а также борцы Вьетнама (1-2-2), Туркменистана (1-1-1), Узбекистана (1-0-3), Кыргызстана (1-0-1), Казахстана (0-2-0), Ирана (0-1-1), Японии (0-1-1), Таиланда (0-1-1), Афганистана (0-0-2), Ливана (0-0-1), Южной Кореи (0-0-1) и Сирии (0-0-1) [2].

Результаты соревнований по пляжному самбо в рамках Азиатских пляжных игр (2014, 2016) представлены в таблице 2.

Таблица 2 - Результаты соревнований по пляжному самбо в рамках Азиатских пляжных игр

№	Команда	Общее кол-во наград	№	Команда	Общее кол-во наград
1	Монголия	10	9	Южная Корея	3
2	Узбекистан	9	10	Сирия	2
3	Туркменистан	7	11	Япония	2
4	Казахстан	6	12	Афганистан	2
5	Вьетнам	5	13	Ливан	2
6	Иран	4	14	Ирак	1
7	Кыргызстан	3	15	Непал	1
8	Таиланд	3			

В результате анализа итогов соревнований по пляжному самбо в рамках Азиатских пляжных игр, учитывая медалеемкость этого вида спорта, а также количество включений этого вида единоборств в программу Игр, можно констатировать, что команды 15-ти стран становились победителями и призерами в этом виде спорта, что демонстрирует существенно высокий уровень конкурентности, а также подтверждает значительную степень популярности и уровня развитости пляжного самбо в азиатском регионе. Наиболее успешно в этом виде спорта выступают команды Монголии, Узбекистана, Туркменистана и Казахстана.

Очередные Азиатские пляжные игры должны были состояться в 2018 г., однако были отменены, т.к. было принято решение об организации I Всемирных пляжных игр, которые состоялись в 2019 г. в Катаре. Из-за кризиса COVID-19 Игры запланированы на 2020 в китайском Сянья были перенесены на 2021 г., а впоследствии отложены на неопределенный срок [1, 2, 4, 5].

Заключение. Таким образом, несмотря на относительно молодую историю, пляжное самбо является популярным и конкурентноспособным видом спорта в

Азиатском регионе, о чем свидетельствуют показатели и результаты соревнований, проводимых в рамках Азиатских пляжных игр. Наиболее успешные результаты демонстрируют представители Монголии, Узбекистана и Туркменистана.

Список литературы

1. Азиатские пляжные игры в Санье перенесены на 2023 год // OLYMPIC.KZ: сайт. – URL: <https://olympic.kz/ru/article/22954-aziatskie-plyazhnye-igry-v-sane-pereneseny-na-2023-god> (дата обращения: 20.03.2024).

2. Азиатские пляжные игры: официальный сайт. – URL: <https://www.asianbeachgames.com/> (дата обращения: 15.03.2024).

3. Леонтьева, Н.С. Пляжные виды спорта: разновидности и показатели наиболее крупных международных соревнований / Н.С. Леонтьева, Р.А. Бобков // Консолидация естественнонаучного знания и социокультурной практики в сфере физической культуры и спорта: научный симпозиум, посвященный памяти В.К. Бальсевича. – Москва, 2022. – С. 85-90.

4. Мельников, В.В. Всемирные пляжные игры – новое мультиспортивное мероприятие под эгидой АНОК / В.В. Мельников, Н.Ю. Мельникова, М.А. Тютюнев // Спортивно-педагогическое образование. – 2020. – №3. – С.23-27.

5. Олимпийский совет Азии: сайт. – URL: <https://ocasiasia.org/> (дата обращения: 15.03.2024).

6. Пляжное самбо, основные правила // ЧИДАОБА-САМБО. МЭТЭХИ: сайт. – URL: <https://xn----7sbabcdp5a6bpg6a0e.xn--p1ai/plyazhnoe-sambo/88-plyazhnoe-sambo-osnovnye-pravila> (дата обращения: 15.03.2024).

7. Пляжное самбо – это не шутка: Сергей Елисеев рассказал о новой дисциплине в спорте. – URL: <https://argumenti.ru/interview/2021/08/734974>, (дата обращения: 15.03.2024).

МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ КАК КОММУНИКАЦИОННЫЙ ЭЛЕМЕНТ ПОПУЛЯРИЗАЦИИ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА В РОССИИ

Н.С. Леонтьева, А.П. Ганенко,

*ФГБОУ ВО Российский университет спорта
«ГЦОЛИФК», г. Москва*

Введение. Один из важнейших вопросов современного развития России - это, безусловно, развитие студенческого спорта. Особая значимость данного направления заключается как в формировании резерва для спорта высших достижений, так и для продвижения спортивной культуры, ценностей здорового образа жизни в среде молодого поколения.

Результаты и их обсуждение. Эффективным средством для формирования единой системы координации деятельности по развитию студенческого спорта в Российской Федерации может стать создание соответствующего мобильного приложения. Модель популяризации студенческого спорта посредством создания мобильного приложения представлена на рисунке 1.

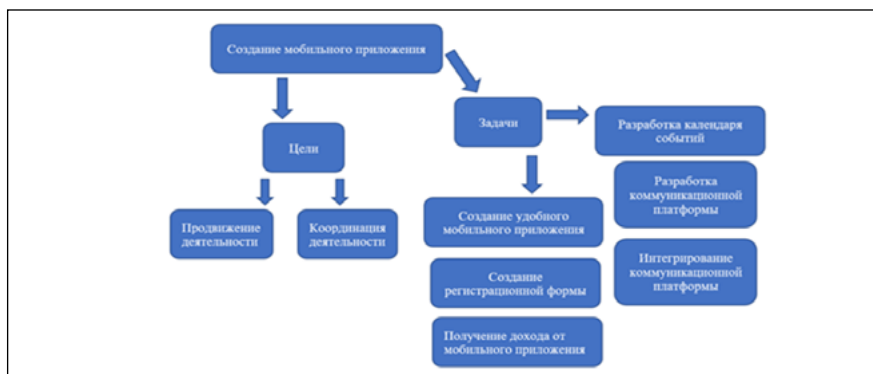


Рис. 1 - Модель мобильного приложения для популяризации студенческого спорта в РФ

Целью создания мобильного приложения для единой системы координации деятельности по развитию студенческого спорта в Российской Федерации является продвижение и координация деятельности по развитию студенческого спорта на территории России посредством разработки инновационного мобильного приложения «Спорт – активному студенту».

Приоритетными задачами приложения являются: создание удобного и визуально привлекательного ресурса для популяризации студенческого спорта; разработка календаря событий, в котором будут отображаться все предстоящие спортивные мероприятия в различных учебных заведениях России (университеты, колледжи и др.); создание на базе приложения соответствующей регистрационной формы, позволяющей пользователям регистрироваться на спортивные мероприятия по упрощенной форме; разработка в мобильном приложении коммуникационной платформы, которая позволит участникам обеспечить многостороннее общение (с другими пользователями, организаторами мероприятий и др.); интеграция платформ социальных сетей в мобильное приложение для продвижения и обмена информацией о спортивных мероприятиях и др. В соответствии с решением поставленных цели и задач был разработан график мероприятий по их реализации, представленный в таблице 1:

Таблица 1 – График реализации мер по созданию и внедрению мобильного приложения

Сроки	Содержание мероприятий
1-2 мес.	Определение требований и характеристик, разработка дизайна пользовательского интерфейса и выбор платформы для разработки мобильного приложения
3-4 мес.	Разработка мобильного приложения и проведение детального тестирования для обеспечения его функциональности
5-6 мес.	Интеграция платформ социальных сетей и разработка функций регистрации и коммуникаций

Сроки	Содержание мероприятий
7-8 мес.	Запуск мобильного приложения в магазинах приложений и его продвижение, в том числе посредством социальных сетей, разработка и осуществление маркетинговых и рекламных мероприятий посредством электронной почты
9-12 мес.	Мониторинг отзывов пользователей, регулярное обновление и поддержка мобильного приложения, получение дохода за счёт рекламы и спонсорства

С целью выработки оптимального алгоритма решения поставленных задач был разработан план и программа маркетинговых мероприятий по популяризации студенческого спорта в Российской Федерации с использованием мобильного приложения:

1) Определение целевой аудитории является первостепенной задачей. Пользователями ресурса могут быть студенты, представители учебных заведений, спортивных клубов, любители спорта и т.п.

2) Разработка мобильного приложения: приоритетом является удобство и простота для пользователя, наличие максимально возможной необходимой информации о спортивных мероприятиях, событиях и клубах в учебных заведениях в стране, а также обеспечение единой системы координации мероприятий по популяризации студенческого спорта.

3) Запуск мобильного приложения (через различные цифровые каналы, включая социальные сети, веб-сайты и магазины мобильных приложений).

4) Маркетинг в социальных сетях: для продвижения мобильного приложения и студенческого спорта необходим охват платформ различных социальных сетей, в том числе посредством размещения информации о предстоящих событиях, мотивационных действий по привлечению студентов к участию в различных спортивных мероприятиях.

5) Маркетинг посредством электронной почты: рассылка целевой аудитории электронных писем с информацией о предстоящих событиях и спортивных мероприятиях. В данных информационных письмах предусмотрено наличие ссылок на мобильное приложение и меры поощрения при его использовании.

6) Рекламные мероприятия: организация в университетах и других российских учебных заведениях рекламных мероприятий для продвижения мобильного приложения и формирование мотивации и поощрение студентов для участия в спортивных мероприятиях. Рекламные мероприятия могут включать спортивные турниры, выставки, спортивные тренировки и др.

7) Сотрудничество со спортивными брендами: привлечение и сотрудничество с различными спортивными и около спортивными брендами с последующим обеспечением их поддержки мероприятий в виде спонсорства, предоставления рекламных товаров и др.

Примерный пошаговый алгоритм создания мобильного приложения для единой системы координации мероприятий по развитию студенческого спорта в России представлен рис. 2. Как было отмечено выше, важно отметить, что мобильное приложение для единой системы координации мероприятий по развитию студенческого спорта в России должно быть разработано с целью информирования, формирования мотивации и дальнейшей популяризации всех спортивных мероприятий среди студентов. Приложение должно быть удобным для пользователя, визуально привлекательным и включать такие функции, как календарь мероприятий, регистрационная форма, коммуникационная платформа и интеграция с социальными сетями. Регулярные обновления и обслуживание мобильного приложения обеспечат его постоянную функциональность и эффективность.

Шаг 1: Определение требований и функций		
Определение ключевых требований к мобильному приложению: возможность отображения информации о спортивных мероприятиях, регистрации на мероприятия и обеспечение коммуникационной платформы для участников и др.	Определение основных функций, необходимых для мобильного приложения: календарь событий, форма регистрации, коммуникационная платформа, интеграция с социальными сетями и другими информационными ресурсами	
Шаг 2: Разработка пользовательского интерфейса		
Разработка удобного и визуально привлекательного интерфейса для мобильного приложения, включающего ключевые функции	Создание дизайна, отражающего фирменный стиль программы по продвижению студенческого спорта в России	
Шаг 3: Разработка проекта мобильного приложения		
Выбор оптимальной платформы для разработки приложения и язык программирования	Разработка мобильного приложения с учетом выбранных функций и дизайна	Тестирование приложения для выявления степени функциональности
Шаг 4: Интеграция в социальные сети		
Интеграция платформ социальных сетей для обеспечения возможности пользователей общения и обмена информацией	Включение платных социальных сетей, для обеспечения бесперебойного обмена контентом в мобильном приложении	
Шаг 5: Внедрение функций регистрации и коммуникации		
Разработка формы регистрации для пользователей, с учетом последовательности заполнения в мобильном приложении	Интеграция коммуникационной платформы, позволяющей обеспечить индивидуальные и массовые коммуникации	
Шаг 6: Тестирование и запуск мобильного приложения		
Детальное тестирование мобильного приложения, мониторинг функциональности, устранение технических и функциональных сбоев и проблем	Запуск мобильного приложения в магазинах приложений, таких как «Google Play» и «Apple Store» и др.	Продвижение мобильного приложения посредством социальных сетей, маркетинговые и рекламные мероприятия
Шаг 7: Обновление, техническая и информационная поддержка мобильного приложения		
Регулярное обновление мобильного приложения, совершенствование функциональности, добавление новых возможностей	Обеспечение совместимости мобильного приложения с новейшими операционными системами и устройствами	Регулярный мониторинг отзывов и мнений пользователей, оперативное решение возникающих проблем

Рис.2 – Примерный пошаговый алгоритм создания и внедрения мобильного приложения

Разработка финансового плана создания и внедрения, последующего развития мобильного приложения и соответствующих маркетинговых мероприятий зависит от ряда факторов, связанных с техническими расчетами стоимости материальной части приложения, выбора соответствующих спонсорских услуг, кадрового обеспечения и др. Вместе с тем, последующие экономические и социальные выгоды от популяризации студенческого спорта с помощью данной программы с учетом оптимально выбранной стратегии ее реализации в перспективе принесут положительный эффект.

Приоритетным при реализации данного коммуникационного элемента – это его долгосрочное социальное влияние: увеличение числа занимающихся спортом будет способствовать поддержанию здоровья и активного образа жизни студентов, профилактике заболеваний, повышению успеваемости и дальнейшей трудовой продуктивности. Кроме того, рост популярности студенческого спорта в перспективе обусловит развитие внутреннего туризма и доходы от физкультурно-спортивных мероприятий.

Заключение. Таким образом, представленное приложение может быть использовано для определения

путей совершенствования студенческого спорта в масштабах страны, для продвижения спортивной культуры и ценностей здорового образа жизни среди студентов. Разработанная структура и содержание приложения могут стать составным элементом оптимизации процессов управления и формирования политики по продвижению и популяризации студенческого спорта среди молодежи России.

Список литературы

1. Ганенко, А.П. Методологические и практические направления исследования студенческого спортивного движения / А.П. Ганенко, Н.С. Леонтьева // Фундаментальные и прикладные гуманитарные исследования в сфере физической культуры, спорта и олимпизма: традиции и инновации: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Москва, 2023. – С. 76-81.

2. Спортивные студенческие события: инновации для наследия устойчивого развития: всемирная конференция Международной федерации университетского спорта «Инновации - Образование - Спорт» (Красноярск, Россия, 5-7 марта 2019 г. – Красноярск: ООО РПК «АртСтиль», 2019. – 364 с.

3. Ульянова, Н.А. Оценка эффективности мобильных приложений для занятий физической культуры в студенческой среде / Н.А. Ульянова, Е.М. Семенякина, В.С. Алехин // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2019. – № 4 (15). – С. 183-188.

4. Университетский спорт в современном образовательном социуме: материалы Международной научно-практической конференции, Минск, 23-24 апр. 2015 г.: в 4 ч. Ч. 1. / Белорусский государственный университет физической культуры; редколлегия Т. Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2015. – 279 с.

КВЕСТ «СОКРОВИЩА МУЗЕЯ СПОРТА» КАК ЧАСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЕКТА «МУЗЕЙ – ТЕРРИТОРИЯ ОЛМПИЙСКИХ ЗНАНИЙ»

В.П. Садченко, Д.А. Белюков

*ФГБОУ ВО «Великолукская государственная
академия физической культуры и спорта»,
Россия, г. Великие Луки*

Введение. Олимпийское образование студентов является актуальным и важным направлением в современном образовательном процессе, поскольку оно способствует формированию у учащихся понимания и уважения и ценностей олимпийского движения. В целях повышения уровня знаний студентов об истории олимпийского движения и олимпийских ценностях мы предлагаем использовать средства музейной педагогики, а именно проект «Музей – территория олимпийских знаний». Проект включает в себя различные мероприятия, одним из которых является квест «Сокровища музея спорта». Квест – это игра-приключение, в которой участники выполняют задания и разгадывают головоломки для достижения определенной цели. В рамках данного проекта квест позволяет участникам познакомиться с историей олимпийского движения, узнать о его значении для культуры и спорта, а также развить свои аналитические навыки.

Методы и организация исследования. В декабре 2023г. мы провели предварительное онлайн тестирование 126 студентов первого курса ФГБОУ ВО «Великолукской академии физической культуры и спорта» направлений подготовки «Физическая культура», «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», «Педагогическое образование», «Психолого-педагогическое образование», «Сервис» и «Спорт» очного отделения. Тестирование

было направлено на измерение уровня знаний об истории олимпийского движения, ценностях олимпизма, истории Олимпийских игр, знаменитых спортсменах-олимпийцах, участии и победах российских спортсменов на Олимпийских играх, истории побед псковских спортсменов на Олимпийских играх. Изначально были определены контрольная и экспериментальная группы. В контрольной группе 61 человек, а в экспериментальной 62 студента.

Тестирование состояло из 40 вопросов, из них:

- 20 вопросов было об истории олимпийского движения, ценностях олимпизма, истории Олимпийских игр, знаменитых спортсменах-олимпийцах,
- 10 вопросов об участии и победах российских спортсменах на Олимпийских играх,
- 10 вопросов об истории участия и побед псковских спортсменов на Олимпийских играх.

После тестирования был проведен анализ результатов ответов. По результатам тестирования было определено, что экспериментальная и контрольная группы однородны (по критерию Манна-Уитни).



Рисунок 1 - Среднее количество правильных ответов по разделам тестирования в контрольной и экспериментальной группах

Так как на все разделы тестирования студенты контрольной и экспериментальной групп в среднем дали правильных ответов не более 56%, то мы можем говорить о низком уровне знаний об олимпизме и олимпийском движении.

Далее во втором семестре 1 курса для экспериментальной группы проводится образовательный проект «Музей – территория олимпийских знаний», состоящий из комплекса музейных мероприятий, направленный на повышение уровня знаний об олимпийском движении. Для контрольной группы была проведена экскурсия в Музей спорта и олимпийского движения Псковского края.

Цель образовательного проекта – повышение уровня олимпийской образованности студентов путем использования ресурсов Музея спорта и олимпийского движения Псковского края.

Образовательный проект «Музей – территория олимпийских знаний» представляет собой серию мероприятий, направленных на изучение истории олимпийского движения и его значимости для развития культуры и спорта. Одним из ключевых элементов проекта является квест, который позволяет участникам в игровой форме ознакомиться с основными моментами истории Олимпийских игр.

Квест в рамках этого образовательного проекта представляет собой ряд заданий и головоломок, связанных с историей Олимпийских игр и олимпийского движения. Задания могут быть различными: от поиска определенных предметов на выставке до решения логических задач.

Цель квеста – помочь участникам лучше понять историю Олимпийских игр, узнать о достижениях различных спортсменов.

Для успешного прохождения квеста участникам необходимо обладать определенными знаниями и навыками, такими, как умение работать с информацией,

анализировать данные и принимать решения. Квест состоит из поиска экспонатов музея по текстовому описанию и загадкам. Задача каждого участника максимально быстро и правильно найти все загаданные экспонаты. В ходе прохождения квеста участники знакомятся со всеми экспонатами музея, учатся анализировать информацию и принимать решения на основе полученных данных; быстро ориентироваться в пространстве и находить нужные объекты; применять свои знания на практике и решать задачи, связанные со спортом и олимпийским движением.

В марте 2024 г. в квесте приняли участие 19 студентов 1 курса экспериментальной группы в рамках учебной дисциплины «История физической культуры и спорта». Квест состоял из 15 вопросов, связанных с экспонатами Музея спорта и олимпийского движения Псковского края. В среднем участники квеста правильно ответили на 11,05 вопросов из 15 возможных (что составляет в среднем 74%). На прохождение квеста студенты потратили от 21 до 56 минут (в среднем 40 минут).



Рисунок 2 – Диаграмма правильных ответов участников квеста

Другими мероприятиями образовательного проекта «Музей – территория олимпийских знаний» являются конкурс эссе, где каждое эссе будет рассказывать об известном спортсмене или тренере, о его пути в спорте, дебаты, конкурс кроссвордов и др.

Выводы. В целом, квест является важным элементом образовательного проекта «Музей – территория олимпийских знаний», так как он позволяет участникам не только получить новые знания, но и применить их на практике, а также получить удовольствие от процесса обучения. В среднем участники квеста правильно ответили на 11,05 вопросов из 15 возможных, что говорит о хорошем уровне знаний об истории олимпийского движения.

Список литературы

1. Белюков, Д.А. Современные формы музейной работы в олимпийском образовании / Д.А. Белюков, В.П. Садченко // Спорт. Олимпизм. Гуманизм: материалы межвузовской научной конференции «Олимпизм, олимпийское движение, Олимпийские игры (история и современность)». Вып. 17. – Смоленск: СГАФКСТ, ОКР, СОА, 2018. – С. 18-23

2. Белюков, Д.А. Деятельность Музея спорта и олимпийского движения Псковского края по распространению олимпийских знаний среди разных категорий населения / Д.А. Белюков, В.П. Садченко, Н.А. Кузьмина [и др.] // Олимпийское образование: из опыта работы Великолукской олимпийской академии: монография. – Великие Луки, 2022. – С. 53-70.

3. Круглик, И.И. Олимпийское образование в высшей школе / И.И. Круглик, Ю.Ф. Курамшин, А.В. Григоров. – Минск, 2021. – 146 с.

4. Кузнецова, Т.И. Роль музеев в образовании и воспитании современной студенческой молодежи / Т.И. Кузнецова // E-Scio. – 2019. – №5 (32). – С. 702-706.

5. Поликарпова, Г.М. Олимпийское образование и воспитание как предмет педагогического исследования: автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Г.М. Поликарпова – Великий Новгород, 2003. – 45 с.

6. Труевцева, Е.А. Образовательный потенциал музеев спорта для студентов высшей школы / Е.А. Труевцева, В.А. Мильхин // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2017. – №4 (7). – С. 26-35.

ФУНКЦИИ «КУЛЬТУРНОГО КОДА» В МЕЖДУНАРОДНОМ СПОРТИВНОМ И ОЛИМПИЙСКОМ ДВИЖЕНИИ (НА ПРИМЕРЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ)

Е.В. Манзюк, М.В. Коренева

*ФГБОУ ВО «Российский университет спорта
«ГЦОЛИФК»,
Россия, г. Москва*

Введение. Во времена большого объёма визуальных образов и информационного потока наблюдается процесс «девальвации» культуры, то есть её обесценивания. Формированию целостного нравственно-эстетического мировоззрения может отвечать углубленное изучение культурного аспекта наследия спортивных мегасобытий в нашей стране, которые в своих церемониях открытия и закрытия демонстрируют национальный «культурный код». Интерес представляет понятие «культурного кода» события и его функций в системе международного спортивного и олимпийского движения.

Культурный код – это система передачи культурного наследия из поколения в поколение через определенную

комбинацию смыслов и символов, выраженных в системах образов, звуков, сигналов, включая искусство, религию, традиции и ритуалы, нормы и правила, созданные в ходе развития общества [2].

Международное спортивное и олимпийское движение – это одна из возможностей трансляции культурного кода территории и оказание сильного влияния как на национальную, так и мировую аудиторию.

В истории России культура всегда играла в жизни общества особую роль. Наша страна во все времена обладала тонким ощущением действительности. Историко-культурные перемены и реалии всегда соотносились с духовным миром человека. При очевидном различии периодов справедливо считать, что это единый национальный путь.

Новые вызовы, глобальные информационные войны, фальсификация истории, потеря значительной части национального культурного наследия в результате революционных трансформаций, угрожающие идентичности и историческому самосознанию нации, – все это делает крайне актуальными спортивные события, где сделан акцент на культурную самобытность народов России и их цивилизационное единство [4].

Поэтому в соответствии со Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 г. [6] приоритетной задачей в сфере воспитания является «развитие высоконравственной личности, разделяющей российские традиционные духовные ценности». Отсюда в России наблюдается тенденция к повышению национальной идентичности под влиянием популяризации спорта в массовом сознании и культуре.

Методы и организация исследования. В данном исследовании применялся анализ научно-методической литературы; сравнительно-сопоставительный метод; специально-исторические методы.

Результаты и их обсуждение. На основе анализа научно-методической литературы изучен опыт

организации международных спортивных событий на территории нашей страны, который позволил проследить, какие культурные коды транслировались во время проведения церемонии открытия и закрытия на XXII Олимпийских зимних играх 2014 года в г. Сочи, какие функции они выполняли и какое значение могли бы иметь в системе международного спортивного и олимпийского движения.

Оценкарезультатовсравнительно-сопоставительного анализа позволила провести исследование содержательного аспекта функций и значения культурного кода на XXII Олимпийских зимних играх 2014 в г. Сочи, который изложен в таблице 1.

Таблица 1 – Содержательный аспект функций и значения культурного кода на XXII Олимпийских зимних играх 2014 в г. Сочи

Название события	«Культурный код»	Функция	Значение
XXII Олимпийские зимние игры 2014 года в г. Сочи	Средневековье: хороводы, ярмарки, пляски, купола храма Василия Блаженного. Эпоха императорской России: Петр Первый, строительство Петербурга, первый бал Наташи Ростовской. Период революции: русский авангард, супрематизм, рабочий и колхозница. Советский романтизм – пионеры, советские студенты, стилиаги, космос. Современная Россия - множество колясок и детей.	Познавательная функция	Передача исторических и культурных ценностей страны на международной арене

Название события	«Культурный код»	Функция	Значение
	«Лебединое озеро», в котором лебеди превратились в Голубя мира. Парад наций: при входе на стадион изображение «Земли» с изображением каждой страны-участницы.	Дипломатическая функция	Улучшение отношений с другими странами и устранения политических напряженностей
	Азбука в картинках (со ссылкой на Александра Бенуа). Марш-парад: страны представлены в русском алфавитном порядке.	Коммуникативная функция	Передача информации, включая язык, жесты, манеру общения и другие знаковые системы
	Церемония закрытия: элементы из разных видов искусства – живописи (картины Марка Шагала и Василия Кандинского «Невеста»). Русская музыка: второй концерт Сергея Рахманинова и 62 кружащихся рояля. Русский балет: образ основателя «Русских сезонов» «Сергея Дягилева», «Анны Павловой» в сопровождении 48 танцовщиков кордебалета. Русская литература: русские писатели и их герои книг.	Идентификационная функция	Формирование самоидентификации, способность ориентироваться в своей культурной среде.

Согласно данным, представленным в таблице 1, можно сделать вывод о том, что культурный код играет ключевую роль в участии Российской Федерации в

международном спортивном и олимпийском движении, отражая национальные и культурные ценности страны. Он является важным инструментом для коммуникации и понимания культурных особенностей. Культурный код помогает людям различных культур обмениваться информацией и идеями, а также сохранять и передавать культурное наследие.

Заключение. Значение культурного кода для международного спортивного и олимпийского движения велико, в связи с его влиянием на формирование культурной идентичности, укрепление общечеловеческих ценностей и развитие международного взаимопонимания. Культурный код способствует созданию платформы для межкультурного диалога, обмена опытом и традициями, что стимулирует развитие спортивного сообщества как фактора международного сотрудничества. Кроме того, культурный код оказывает влияние на формирование этических и моральных норм в спорте, способствуя созданию более человеческого и уважительного отношения между участниками и болельщиками, что является важным для развития спорта как глобального явления.

Несмотря на территориальные и этнокультурные различия, церемонии открытия и закрытия национальных мегасобытий объединяют людей благодаря их созидательным истокам, жизнеутверждающим ценностям семьи и рода, эстетическим и нравственным идеалам.

Список литературы.

1. Акопов, С.В. Национальная идентичность и инновационная символическая политика Сочи–2014 / С.В. Акопов // Управленческое консультирование. – 2013. – №4 (52). – С. 57-61.

2. Емельянова, А.И. Роль культурных кодов в формировании культурной идентичности / А.И. Емельянова, Е.П. Ковалевич, Н.В. Паперная // Историко-педагогические чтения. – 2022. – № 26. – С. 41-48.

3. Еремина, Е.А. Олимпийский торжественный церемониал – опыт, проблемы, перспективы / Е.А. Еремина, И.В. Макрушина, В.А. Ильичева // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. – 2019. – № 1. – С. 225-228.

4. Коренева, М.В. Церемония открытия XXII Олимпийских зимних игр 2014 года в Сочи: история, особенности и факты / М.В. Коренева, Н.С. Леонтьева, Л.С. Леонтьева, О.В. Шпырня // Научный вестник ЮИМ. – 2020. – № 1. – С. 102-105.

5. Мельникова, Н.Ю. Проблемы спорта в современном мире / Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин, В.В. Мельников // Олимпийский бюллетень. – Москва, 2018. – С. 210-215.

6. Российская Федерация. Распоряжение. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: Распоряжение № 996-р: [от 29 мая 2015 г.]. – Москва, 2015. – URL: <http://government.ru/docs/all/102075/> (дата обращения: 03.03.2024).

ФОРМИРОВАНИЕ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ СИСТЕМЫ ГОСУДАРСТВЕННОГО УПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ: ИСТОРИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

***А.Ю. Никифорова, М.В. Коренева,
Е.А. Самойлова***

*ФГБОУ ВО Российский университет спорта
«ГЦОЛИФК», Россия, г.Москва*

Введение. Широкое распространение спорта как формы проведения досуга среди населения Российской Империи происходит во второй половине XIX в., что связано с проникновением спортивных влияний из Европы, а также расширением городского среднего класса.

Результаты и их обсуждение. В 1913 г. создаётся Канцелярия Главного наблюдателя за физическим

развитием народонаселения Российской Империи. Руководителем новой структуры был назначен генерал-майор В.Н. Воейков. Первоочередными целями канцелярии стали содействие улучшению физического развития молодёжи, координация работы спортивных организаций, помощь в проведении национальных спортивных состязаний – Всероссийских Олимпиад. Канцелярия стала первой попыткой объединения управления разнонаправленными физкультурными и спортивными течениями в государстве и создания государственной политики в данной сфере.

В 1917 г., после отречения Николая II от престола, Канцелярия была ликвидирована. Спортивные организации и Российский олимпийский комитет под руководством В.И. Срезневского продолжали свою работу и предприняли попытку созыва Всероссийского съезда спортивных объединений для определения будущих форм развития спорта. Но ухудшающаяся обстановка на фронтах, инфляционный кризис, волнения в крупных городах, а также шаткость политической обстановки сделали проведение Съезда невозможным.

Победа Октябрьской революции 1917 г. означала коренные перемены во всех ключевых сферах жизни страны, включая физическую культуру и спорт. Доступ к физическому воспитанию граждан страны, вне зависимости от их социального происхождения и финансового статуса, был объявлен одним из базовых прав в новом государстве. Учитывая курс на ликвидацию частнособственнической инициативы и расширение государственного контроля, создание нового физкультурно-спортивного органа было неизбежным. В 1918 г. данную роль взял на себя Всевобуч – организация всеобщего военного обучения, в чьи задачи входила допризывная и военная подготовка в условиях Гражданской войны. Помимо этого, Всевобуч осуществлял часть функций по упорядочению спортивной работы в стране.

Руководителям Всевобуча было очевидно, что отведение спорта в сферу компетенции военной организации является временным решением, и по мере нормализации ситуации на фронтах Гражданской войны, стали звучать предложения о создании полноценного государственного органа руководства физкультурно-спортивным движением. В 1920 г. был создан Высший совет физической культуры (ВСФК). Несмотря на формальную “привязку” к Всевобучу, новый орган включал в себя также представителей Народных комиссариатов просвещения и здравоохранения, комсомола, спортивных и физкультурных организаций, профсоюзов и т.д.

Окончание Гражданской войны, создание нового государства – СССР, централизация госаппарата привели к ликвидации Всевобуча и основанию в 1923 г. ВСФК в ведение ВЦИК. С этого момента ВСФК мог в полной мере вести не только организационную и управленческую работу, но и курировать деятельность научных и учебных организаций соответствующего профиля. Именно это событие считается началом функционирования единой государственной системы управления физкультурно-спортивным движением.

В 1930 г. ВСФК был переименован во Всесоюзный совет физической культуры при Правительстве СССР, а в 1936 г. в связи с принятием новой конституции СССР и вовсе упразднен. Его место занял Всесоюзный комитет по делам физической культуры и спорта при СНК СССР.

Сложнейшим вызовом для советской спортивной системы госуправления стала Великая Отечественная война. Физкультурно-спортивные организации сыграли огромную роль в обороне страны и подготовке военных резервов. Уже 25 июня 1941 г. был издан Указ «О работе физкультурных организаций по военной подготовке». Возобновлялись мероприятия всевобуча, спортивная инфраструктура переводилась в пользование отделений военно-физической подготовки, секции военно-

прикладных видов спорта (стрельба, автотоспорт, лыжный, парашютный спорт и т.д.) перешли на подготовку специалистов соответствующих профилей.

Приоритетные задачи, поставленные перед советским спортивным руководством после войны, были связаны с изменением отношений СССР и международных спортивных организаций: принятием спортивных секций СССР в международные спортивные федерации и перспективой вступления в олимпийское движение. В 1951 г. создан НОК СССР, и в 1952 г. советская команда дебютирует на Играх XV Олимпиады в Хельсинки. Выход на международную спортивную арену заставил спортивное руководство сместить фокус с развития массового спорта на спорт высших достижений. Для усиления работы по подготовке спортсменов высокого класса в 1955 г. вышло Постановление Правительства СССР «О подготовке и проведении Спартакиады народов СССР». С целью стимулирования научных исследований в сфере спорта в 1959 г. создаются комплексные научные группы для подготовки советских спортсменов к участию в Олимпийских играх.

В 1959 г. центральное спортивное ведомство в лице ВКФКС было упразднено, а его функции переданы частично отдельным министерствам, частично общественным организациям, таким, как Союз спортивных обществ и организаций СССР. Данное решение оказалось неудачным, общественные организации не смогли в должной мере наладить управление физкультурно-спортивной сферой, а разделение функций между различными учреждениями привело к дезорганизации спортивной работы. В 1968 г. постановлением ЦК КПСС центральный спортивный орган был воссоздан.

Перестройка, начавшаяся в 1985 г., привела к негативным изменениям в физкультурно-спортивной сфере. Введение хозрасчета и самофинансирования спортивных организаций, появление платных спортивных услуг, профессионализация спорта привели к

ограничению полномочий государственного спортивного органа и началу распада единой системы управления спортом. Очередная реформа преобразила Комитет по ФКиС в Государственный комитет СССР по физической культуре и спорту, который должен был функционировать с учетом перестроечных изменений.

После распада СССР наступило сложное время в развитии отечественного спорта. 1990-е и 2000-е гг. были отмечены постоянными реорганизациями государственного спортивного органа, сопровождавшиеся изменением его структуры и функций: в его сферу ответственности то вводились дополнительные категории (туризм, молодежная политика), то выводились. Государственный комитет по физической культуре был в 2004 г. преобразован в Федеральное агентство по физической культуре, спорту и туризму (впрочем, туризм уже через несколько месяцев был вновь выведен из-под его ответственности).

Во второй половине 2000-х гг. с ростом экономической и политической стабильности возросло внимание государства к развитию спорта и физической культуры в стране. Это выразилось в подъеме уровня работы физкультурно-спортивных организаций, расширении финансирования спорта, принятии Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» в 2007 г., успешной реализации ряда заявок Российской Федерации на проведение крупных региональных и мировых спортивных соревнований. Всё это требовало создания государственного отраслевого органа с расширенным перечнем полномочий и обязательств.

Таким государственным органом стало в 2008 г. Министерство спорта, туризма и молодежной политики. А в 2012 г., в преддверии XXII Олимпийских зимних игр в 2014 г. и чемпионата мира по футболу 2018 г., было принято еще одно стратегическое решение: отделить от министерства сферы туризма и молодежной политики,

чтобы позволить полностью сосредоточиться на вопросах осуществления физкультурно-спортивных функций. Это позволило добиться концентрации усилий ведомства на подготовке спортивных резервов, расширении базы массового спорта, повышению качества подготовки тренерских, научных и организационных кадров.

Выводы. Обобщая опыт отечественного опыта управления физической культурой и спортом, можно отметить большую роль, отводимую государственным ведомствам. Наибольших успехов физическая культура и спорт в нашей стране достигали именно в условиях широкой государственной поддержки и регулирования. Однако инициатива общественных спортивных организаций не только не отвергалась, но и поощрялась. Основной задачей государственных органов в вопросе управления спортом становится решение комплексных стратегических задач, координация деятельности с другими отраслевыми ведомствами. При этом важным элементом является поддержка частных и общественных инициатив, что позволяет более эффективно решать отдельные задачи, развивать конкретные отрасли спортивной жизни и стимулировать участие граждан в творческом развитии отечественной отрасли физической культуры и спорта.

Литература.

1. Деметер, Г.С. Формирование организационно-управленческих основ советской системы физического воспитания / Г.С. Деметер // Теория и практика управления физкультурой и спортом: материалы очно-заочной научной конференции. – Малаховка, 2007. – С. 122-136.

2. Зуев, В.Н. О парадигме реформирования федеральных органов государственной власти сферы физической культуры и спорта в постсоветский период / В.Н. Зуев, П.А. Виноградов // Теория и практика физической культуры. – 2011. – № 11. – С. 3-13.

3. Левин, Д.М. Роль дореволюционных специалистов

в становлении советской школы спорта в 20-е годы 20 века / Д.М. Левин, Н.Ю. Мельникова // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 5. – С. 27.

4. Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта : учебник для вузов физической культуры и спорта / Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин. – 2-е изд. – Москва: Спорт: Человек, 2017. – 431 с.: ил.

РОЛЬ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОБОРОННОЙ РАБОТЫ В ПОВЫШЕНИИ БОЕСПОСОБНОСТИ ДОПРИЗЫВНОЙ МОЛОДЕЖИ НА КИРОВСКОМ ЗАВОДЕ ЛЕНИНГРАДА В ПРЕДДВЕРИИ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ

И.А. Новиков

*ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный
гуманитарно-педагогический университет»,
Россия, г. Челябинск*

Введение. До сих пор одной из актуальных и дискуссионных тем истории России советского периода является неудачное начало Великой Отечественной войны, поражения Красной Армии, фактический разгром всех трех основных стратегических направлений, быстрое и стремительное продвижение немецко-фашистских войск в глубь страны. Не вдаваясь в подробности дискуссии, оценки событий и точек зрения на него, остановимся на одном моменте, на который мало обращают внимание: какова же роль боевого потенциала призывников и резервистов, которые уже были в составе действующей армии, а также в условиях начала боевых действий и объявления мобилизации оказались призваны в ряды Красной Армии, с какими военными и физическими навыками они пришли? Готовы ли они были стать защитниками Отечества, а не пушечным мясом. О чем свидетельствуют их

чудом уцелевшие письма, прошедшие через цензуру, или спустя годы написанное ими осмысление произошедшего с ними в 1941 г. [2; 3]. Мы рассмотрели данный аспект на одном из ведущих промышленных предприятий Советского Союза – Ленинградском Кировском заводе, имевшем богатую революционную и трудовую историю. Актуальность подтверждает небольшое число публикаций по данной теме [1; 5; 7; 12; 16], практически не затрагивая при этом главный костяк Красной Армии – рабочую и сельскую молодежь.

Методы и организация исследования. Просмотренные документы в Центральном государственном архиве историко-политических документов Санкт-Петербурга и публикации в заводской газете «Кировец» дали неоднозначную оценку оборонно-физического потенциала призывников и резервистов, как участвовавших в советско-финской войне, так и оказавшихся с началом Великой Отечественной войны в рядах Красной Армии и народного ополчения или эвакуированных на Урал, в Челябинск, где тыловая повседневность, несмотря на бронь, была в некоторых аспектах сложнее, чем на фронте.

Результаты и их обсуждение. На Кировском заводе, как и по всей стране, уделялось пристальное внимание военно-оборонно-физкультурной работе. О чем нам сообщают многочисленные публикации и фотографии на страницах заводской газеты – «Кировец». В начале сентября 1939 г. для подготовки к VI всесоюзным химическим соревнованиям был проведен трехкилометровый поход в противогазах, также проходили и пятикилометровые походы в них. На заводе систематически проводились тренировки, когда нужно было в течение одного часа работать в противогазе. При ее проведении в начале июля 1940 г. лучшим был признан 7-8 участок старшего мастера С.М. Меньшикова механического цеха № 1 [11; 14].

Созданная система допризывной подготовки

охватывала все ступени, начиная со школы ФЗУ им. Петра Алексеева. Во время обучения в ней комсомольская организация помогала учащимся адаптироваться к рабочей профессии. Для этого выпускали специальные бюллетени и стенные газеты, где освещался ход обучения. Учащиеся активно изучали военное дело, для них проводились уроки по противовоздушной и противохимической обороне. В декабре 1939 г. 306 человек сдали нормы на его значок. В школе ФЗУ обучалось 110 членов ОСОАВИАХИМа, 205 значкистов «Готов к санитарной обороне» (ГСО), 60 членов кружка общества содействия на водах (ОСВОД). Был организован кружок по подготовке ворошиловских стрелков, для изучения материальной части пулемета, мелкокалиберной и боевой винтовки в ФЗУ приглашался специальный военный работник. Большое внимание в школе уделялось физической культуре [8].

Военная (оборонно-физкультурная) подготовка комсомольцев и молодежи цехов завода неоднократно рассматривалась на заседаниях комсомольского бюро и комсомольских собраний цехов, отделов и подразделений, в том числе и механического цеха № 2 (МХ-2). 11 декабря 1940 г. ответственный за эту работу Черниловский сказал: «Пожарище Второй империалистической войны с каждым днем все становится обширнее и не случайно могут пустить свои кровавые лапы на Советский Союз для того, чтобы его втянуть в эту войну. ... Никакие случайности, фокусы врагов не должны застать нас врасплох. В настоящее время мы, молодежь, должны будем подготовить себя хорошими стрелками-лыжниками и т.д. Вы должны понять вышедшее постановление ЦК ВЛКСМ о том, чтобы каждый комсомолец должен иметь военную специальность без отрыва от производства. Каждая девушка должна будет приобрести себе значок ГСО I-й ступени. Мы, комсомольцы, должны будем выполнить постановление ЦК ВЛКСМ во что бы то ни стало. Мы должны сейчас заставить работать ОСОАВИАХИМовскую

организацию».

Другие выступающие также обращали внимание на обязательную оборонно-физкультурную подготовку: «Нам нужно закалять себя, готовить себя, сделать из себя настоящего полноценного бойца РККА. Я был участником боев с финской белогвардейщиной, мы видели и чувствовали, что если боец не имел определенной закалки, то ему тяжело было воевать, и вообще он может служить примером пушечного мяса. Мы должны будем с сегодняшнего дня начать работать, начать приобретать военные знания» (Козлов); «Опыт боев с финской белогвардейщиной показал, чтобы воевать, то нужно знать хорошо технику, хорошо знать ходить на лыжах, не только ходить, но и стрелять из винтовки, из пулемета. Здесь мы все молодые, все горим желанием овладеть военными знаниями, но мы имеем плохую постановку работы в совете ОСОАВИАХИМа» (Войтецкий); «Мы полностью выполним постановление ЦК ВЛКСМ, чтобы каждая девушка имела значок ГСО, каждый комсомолец обязан уметь ходить на лыжах, стрелять из винтовки и изучать военное дело» (П.М. Рыгалин) [19, л. 33–33 об].

12 февраля 1941 г. на комсомольском собрании цеха МХ-2 была рассмотрена работа по допризывной подготовке и отчет физорга цеха Козюка о своей работе. Выступивший член бюро Черниловский сказал, что «сейчас весь мир находится в состоянии войны. ... Мы можем очень быстро очутиться в состоянии войны, поскольку нас окружают капиталистические страны, поэтому мы должны быть всегда в состоянии мобилизованной готовности. Наш цех имеет 320 человек призывников и не служивших в РККА, которые обучаются при цехе. ... У нас имеется лыжный комсомольский отряд ... Допризывники полностью сдали ПВХО и ГСО». Однако еще не все сдали нормы по лыжам, их было 100 человек, плохая посещаемость наблюдалась и в сандружине. В заключение он призвал, что, если мы сумеем навести порядок, то выйдем на первое место по допризывной подготовке и снова

завоюем переходящее звание шанхайского комсомола. Другие выступающие также отметили плохую дисциплину при проведении занятий: «был шум, спали, смеялись – это все делают комсомольцы», «если не будет наведен порядок в лыжном отряде, то я его вообще распушу» [21, л. 2–3].

21 февраля 1941 г., в резолюции, принятой в преддверии 23-й годовщины Красной Армии, указано, что «в дни, когда больше половины земного шара объято пламенем Второй империалистической войны, каждый молодой советский патриот стремится все глубже и всесторонней овладеть военными знаниями, воспитать в себе силу, волю и мужество, чтобы быть готовыми в любой момент встать с оружием в руках на защиту любимой Родины», комсомольская организация завода приняла обязательства по повышению уровня физкультурно-оборонной работы, чтобы 100 % комсомольцев сдали нормы на значок «Готов к труду и обороне», организовать лыжный отряд (200 человек), группы танкистов, радистов, артиллеристов (по 25 человек в каждой), пулеметчиков (100 человек), школу командиров запаса (30 человек), четыре санитарных дружины и десять санитарных звеньев (250 человек), в цехах 60 групп допризывников по их военному обучению, провести соревнования по лыжам, метанию гранаты и стрельбе, три военизированных похода на 10, 15, 25 км [20, л. 1]. С 15 по 18 июня 1941 г. состоялся большой профсоюзно-комсомольский кросс, в котором приняло участие 722 человека, из них норму выполнили – 519. Больше всего участников представлял цех МХ-2 – 150. 22 июня должен был состояться очередной кросс – в районном парке культуры и отдыха [15].

Кроме самих мероприятий военной (оборонно-физкультурной) подготовки уделялось внимание и знакомству с опытом прошедших боев. Если в Челябинской области многочисленны встречи с участниками боев на озере Хасан и реки Халхин-Гол, то в Ленинграде, на Кировском и других заводах, в организациях, в школах – с

участниками Советско-финской войны, с экскурсионными поездками на места боев, чтобы воочию увидеть линии укреплений и другие инженерные сооружения.

Среди проведенных мероприятий в 1940–1941 гг. отметим, по нашему мнению, наиболее значимые, проведенные на Кировском заводе. 14 июля 1940 г. состоялось «массовое оборонное гулянье» в Екатерининском парке в г. Пушкино, на котором заводчане встретились с Героями Советского Союза — участниками боев с белофиннами, посетили выставку военных трофеев, увидели демонстрацию полетов высшего пилотажа, приемы штыкового боя, применение служебных собак и танковую атаку. 18 августа 1940 г. — поездка в Петергофский парк, где прошел большой праздник, посвященный Всесоюзному дню авиации [9; 10]. 5 и 6 октября 1940 г. — в клубе им. И. И. Газа состоялся просмотр звукового документального фильма «Линия Маннергейма» [4]. Согласно плана-календаря культурно-массовой работы комсомольской организации цеха МХ-2 на летний период 1940 г. были запланированы экскурсии на выставку финских трофеев, в новые советские города (Териоки и Сердоболь) с осмотром бывших военных объектов и встречей с участниками боев, в авиачасть в г. Пушкин, в Токсово и Сестрорецк, а также с краснофлотцами подшефного корабля [19, л. 123].

Среди участников Советско-финской войны — работник цеха МХ-2, старший механик-водитель танка «Т-28» М.А. Ларченко, сын потомственного рабочего Путиловского завода, прошедшего путь от чернорабочего до сверловщика цеха МХ-1 и мастера цеха МХ-2. За мужество и героизм, проявленные 13 декабря 1939 г. при разведке финской обороны, младший командир М.А. Ларченко был удостоен звания Героя Советского Союза. Во время на излечения в госпитале, его посетили коллеги по заводу [6; 13].

Начиная с 1939 г. на Кировском заводе разворачивается выпуск новых танков, получивших свое

имя в честь наркома обороны К.Е. Ворошилова – «КВ». Первый танк сошел с конвейера и проходил испытания в сражениях Советско-финской войны. После окончания боев, в апреле 1940 г., танк своим ходом прибыл на завод, по этому случаю был организован торжественный митинг [17]. В «Кировце» 3 апреля 1940 г. была помещена фотография танков «КВ», которые жители Ленинграда восторженно встречали на площади Урицкого (Дворцовая площадь), вместе с другими возвращающимися с фронта частями Красной Армии [18].

Выводы. Таким образом, исходя из архивных документов, выступлений участников боев и ответственных за оборонно-физкультурную подготовку, становится понятным, что одной из причин низкой готовности Красной Армии была недостаточная работа ОСОАВИАХИМовских организаций и не достаточное желание комсомольцев и молодежи посещать занятия оборонной направленности, что в будущем снижало их боевую готовность. В Ленинграде, расположенном недалеко от границы, предчувствие войны наблюдалось, запах войны чувствовался, но договор о ненападении, победный марш через линию Маннергейма, советская пропаганда вселяли уверенность, что войны с Германией не может быть, а если и случится, то закончится ее быстрым разгромом. Большую тревогу вызывал дальневосточный агрессор – Япония. Для многих кировцев летние месяцы 1941 г. представлялись благодатными и жизнерадостными, которые рухнули в одночасье.

Список литературы

1. Белюков, Д.А. Воспитать в молодежи чувство товарищества, сознание долга и нравственной ответственности // Военно-исторический журнал. – 2010. – № 8. – С. 73–75.
2. Исаков, М.А. Первые месяцы войны в письмах Георгия Михайловича Воронова / М.А. Исаков // StudNet. – 2022. – Т. 5, № 2. – С. 17.

3. Исаков, М.А. Судьбой связанный с войной: фронтовые дороги доцента кафедры истории СССР Челябинского педагогического института Василия Егоровича Четина / М.А. Исаков // Мы выстояли и победили: международная научно-практическая конференция к 80-летию прорыва блокады Ленинграда, Сталинградской и Курской битве. Оренбург, 26–27 мая 2023 г.: сборник статей / научный редактор Р.Р. Хисамутдинова. – Оренбург: Изд-во ОГПУ, 2023. – С. 96–101.

4. Клуб имени Газа 5 и 6 октября 1940 г. // Кировец. – 1940. – 5 октября.

5. Корлыханова, И.А. Роль физической культуры в повышении обороноспособности страны (на примере г. Златоуста 20–40-х гг. XX в.) / И.А. Корлыханова // Золотые россыпи былого: материалы V краеведческой конференции / составитель Т.В. Шадрина. – Златоуст: ЗГКМ, 2012. – С. 159-166.

6. Куницын, А. Героический сын нашей Родины / А. Куницын // Кировец. – 1940. – 27 января.

7. Легкий, Д.М. «... и не позднее июня месяца 1941 г. провести городское учение ПВО», Оборонно-массовая работа накануне Великой Отечественной войны / Д.М. Легкий // Военно-исторический журнал. – 2017. – № 7. – С. 58–62.

8. Макаров, Г. С честью выполним решения X пленума ЦК ВЛКСМ / Г. Макаров // Кировец. – 1940. – 30 января.

9. Массовое оборонное гулянье // Кировец. – 1940. – 12 июля.

10. Массовые гулянья // Кировец. – 1940. – 18 августа.

11. На заводе развернулась подготовка к VI всесоюзным химическим соревнованиям // Кировец. – 1939. – 14 сентября.

12. Никонова, О.Ю. ОСОАВИАХИМ: между Гражданской и Великой Отечественной войной / О.Ю. Никонова // Военная история Южного Урала / составители Н.А. Антипин, Г.Х. Самигулов. – Челябинск: Обществ. фонд «Южный Урал», 2023. – С. 158–165.

13. Питомец нашего завода // Кировец. – 1940. – 24 января.
14. Походы и работа в противогазах // Кировец. – 1940. – 18 октября.
15. Профсоюзно-комсомольский кросс // Кировец. – 1941. – 20 июня.
16. Ростовский, В.Ю. «Если завтра война...»: к вопросу о военизированном характере физического воспитания в СССР (20–30-е гг.) / В.Ю. Ростовский // Гуманитарные науки в XXI в.: научный Интернет-журнал. – 2016. – № 7. – С. 160–171.
17. Соболев, Э. Поклон главному конструктору / Э. Соболев // Челябинский трактор. – 2008. – 7 марта.
18. Трудящиеся города Ленина встречают возвращающиеся с фронта героические части РККА // Кировец. – 1940. – 3 апреля.
19. ЦГА ИПД СПб. Ф. Р-202. Оп. 2. Д. 233.
20. ЦГА ИПД СПб. Ф. Р-202. Оп. 2. Д. 249.
21. ЦГА ИПД СПб. Ф. Р-202. Оп. 2. Д. 260.

ГЕНЕЗИС БАСКЕТБОЛА 3Х3 КАК ОЛИМПИЙСКОГО ВИДА СПОРТА

Д.А. Хованский, Н.С. Леонтьева

*ФГБОУ ВО Российский университет спорта
«ГЦОЛИФК», Россия, г. Москва*

Введение. Баскетбол 3х3 является видом спорта, обладающим уникальностью, который реализуется в рамках соревновательной деятельности, данные особенности заключаются в игровой динамике, спортивной жесткости, отношения массового зрителя и представителей международных спортивных организаций к данному виду спорта. Баскетбол 3х3 прошел большой путь становления

и реализации как индивидуальной дисциплины на Играх Олимпиад.

Результаты и их обсуждение. Баскетбол 3х3 представляет собой вид спорта, который в настоящий момент, с одной стороны, пользуется большой популярностью со стороны болельщиков и зрителей, а с другой стороны, особым вниманием со стороны Международной федерации баскетбола. В 2020 г. благодаря активной позиции ФИБА и МОК произошли важные изменения: на Играх XXXII Олимпиады в Токио впервые прошли соревнования по данному виду олимпийской программы как отдельной дисциплине. Совместные меры ФИБА и МОК были направлены, в первую очередь, на то, чтобы придать баскетболу 3х3 официальный статус, который на протяжении более чем 10 лет активно популяризировался на международной арене [3, 4].

Так, в 2012 г. первый чемпионат мира по баскетболу 3х3 был организован ФИБА в Афинах (Греция), первый Чемпионат Европы был проведен в 2014 г. в Будапеште (Румыния). Начиная с 2016 г. ежегодно проводятся международные соревнования среди мужчин и женщин. С 2010 г. ФИБА был организован целый комплекс соревнований для молодежных команд – Молодежные Олимпийские игры, чемпионаты мира, Европы, Азии и Африки до 18 лет, Кубок мира до 23 лет с 2018 г. и Лигу Наций с 2017 г. соответственно. Особой популярностью пользуется турнир FIBA 3x3 World Tour (Мировой тур), который состоит из нескольких этапов и проводится в разных странах [1].

Деятельность ФИБА всегда была направлена на развитие баскетбола 3х3, и приведенные выше соревнования позволили не только создать условия для организации различных комплексных и масштабных спортивных мероприятий, акцент деятельности ФИБА был сделан на создание целостной структуры, которая будет содержать в себе весь процесс организации и

популяризации баскетбола 3x3.

На протяжении многих лет ФИБА смогла не только сформировать качественный соревновательный продукт за счет баскетбола 3x3, но и создать социально значимое сообщество спортсменов, которые, в том числе, вовлечены в процесс развития и роста популярности данного вида спорта. В данный момент можно наблюдать, что в мире появилось много различных «звездных» игроков и коллективов мирового уровня, соперничество которых привлекает существенное количество болельщиков и зрителей, различные спонсоры заключают с этими игроками индивидуальные контракты [1, 4, 7].

В современном баскетболе 3x3 можно выделить целый ряд спортсменов, которые способствовали формированию положительного имиджа данного вида спорта и продвижению баскетбола 3x3 в массы, среди них: Душан Домович Булут, Страхиня Стоячич, Илья Александров, Мишель Плуфф и другие. Данные баскетболисты внесли весомый вклад в популяризацию и развитие баскетбола 3x3 [6].

В настоящий момент каждый баскетболист имеет возможность участвовать в соревнованиях под эгидой ФИБА и формировать собственный рейтинг. Так, например, индивидуальный мировой рейтинг ФИБА 3x3 рассчитывается на основе 9 лучших результатов в турнирах, которые игрок сыграл за последний календарный год. Количество очков, которые «заработал» баскетболист, зависит от следующих факторов:

- значимость соревнования;
- результат команды;
- индивидуальный результат игрока;
- статистические показатели игрока и команды.

Именно за счет данного рейтинга баскетболист может рассчитывать на то, чтобы выступать на различных масштабных соревнованиях и, в конечном счете, претендовать на включение в состав сборной страны и принимать участие в Играх Олимпиад [6].

В рамках анализа процесса становления и развития баскетбола 3x3 как олимпийской дисциплины важно отметить его динамично растущую популярность среди российского населения, уже в течение 2-х лет после окончания Игр XXXII Олимпиады в Токио наблюдается существенное увеличение спортивных уличных баскетбольных площадок.

Были созданы многочисленные баскетбольные команды, большинство из которых организованы на основе частных инвестиций, например: «Байкал 3x3»; «Грязные парни»; «МБА»; «INANOMO», все указанные коллективы развиваются за счет частного спонсорства и привлечения финансовых средств различных компаний и организаций, которые не связаны с государственной деятельностью [5].

Важно также отметить процесс развития детско-юношеского баскетбола 3x3 - 28 марта 2023 г. Российской Федерацией баскетбола был определен формат детско-юношеских соревнований по баскетболу 3x3. Данное решение было принято, поскольку региональные спортивные организации отметили целесообразность изменения структуры детско-юношеских спортивных соревнований по баскетболу, а также в связи с многократным превышением соревновательной нагрузки на ведущих спортсменов [1, 3, 4].

В рамках исследования актуальным является рассмотреть особенности олимпийского турнира по баскетболу 3x3 в 2020(21) г. Формат соревнований включал в себя следующие этапы: на первом этапе среди 8 команд из разных стран были проведены матчи по круговой системе. В результате всех встреч данного этапа команды, занявшие 1 и 2 места, напрямую вышли в полуфинальный этап, а среди команд, занявших места с 3 по 6, были проведены два матча четвертьфинала. По итогам турнира по баскетболу 3x3 среди мужчин в тройку сильнейших вошли спортсмены Латвии, России и Сербии,

а среди женщин – США, России и Китая.

Важно отметить прекрасное выступление российской мужской и женской баскетбольной сборной на Играх XXXII Олимпиады в Токио. Наши команды в непростой борьбе сумели стать серебряными призерами Игр. Это успех стал определенным импульсом для дальнейшего развития баскетбола 3x3, с учетом очевидной результативной эффективности соревновательной деятельности, меры государственной поддержки позволили реализовать планы строительства спортивных площадок, наблюдается значительное увеличение количества соревнований, возрос уровень мастерства российских баскетболистов, способных обеспечить серьезную конкурентную борьбу на различных международных соревнованиях.

Данная тенденция характерна как для России, так и для многих стран мира. Популяризация баскетбола 3x3 с учетом увеличения количества болельщиков и зрителей, уровня освещения различных турниров, появления «звезд» баскетбола 3x3, формирования мотивации детей к занятиям данным видом спорта стали предпосылками его включения в олимпийскую программу [2, 4, 5].

Выводы. Таким образом, рассмотренные направления развития баскетбола 3x3 свидетельствуют о значительном росте его популярности в России и в мире, при этом, в нашей стране эта разновидность баскетбола не входит в пятерку наиболее популярных видов спорта, что обуславливает необходимость дальнейших мер по его популяризации и продвижению с учетом успешных выступлений наших игроков на международной арене, включая Игры Олимпиад. Основной задачей ФИБА в настоящее время является процесс сохранения высокой степени внимания к баскетболу 3x3 как уникальному зрелищному конкурентному спорту, а также создание условий для спортсменов и федераций для обеспечения дальнейшей деятельности по развитию данной олимпийской дисциплины.

Список литературы

1. Андрианова, Р.И. Факторный анализ основных игровых показателей в баскетболе 3x3 / Р.И. Андрианова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2022. – №10. – С. 31-35.

2. Зарубина, М.С. Модели организации соревнований в баскетболе 3x3 для участия в Олимпийских играх / М.С. Зарубина // Баскетбол. Интеграционные процессы науки и практики. – 2020. – №4. – С. 88-90.

3. Казиков, И.Б. Основные тенденции формирования программы Олимпийских игр и включения новых видов спорта и дисциплин / И.Б. Казиков // Олимпийские идеи. – 2017. – № 4. – С. 89-91.

4. Особенности соревновательной деятельности и игровых показателей в баскетболе 3x3 / М.Ю. Витман, Д.А. Бобровский, Д.Ю. Витман, Е.Ю. Ковыршина // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 11(189). – С. 81-86.

5. Роль развития внутренних чемпионатов страны по баскетболу 3x3 в успешном выступлении Российских команд на Олимпиаде в Токио (сравнительная характеристика женских команд - участниц олимпиады и чемпионата России по баскетболу 3x3) / Р.И. Андрианова, М.В. Леньшина, М.А. Сергазинова, А.С. Абрикосов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 10 (200). – С. 13–17.

6. Российская Федерация баскетбола: сайт. – URL: <https://russiabasket.ru/teams/102443?apiUrl=https://org.infobasket.su&compld=&lang=ru> (дата обращения: 05.06.2023).

7. FIBA 3x3 Individual [Online]. – URL: <https://fiba3x3.com/en/rankings/individual.html#how-it-works> (дата обращения: 04.06.2023).

ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ ВЕЛИКИХ ЛУК: КРАЕВЕДЧЕСКИЙ АСПЕКТ

ОЛЕГ БОРОДИН – ВОСПИТАННИК ВЕЛИКОЛУСКОЙ ШКОЛЫ БАСКЕТБОЛА

И.Е. Аввакумов

*Федерация баскетбола г. Великие Луки,
Россия, г. Великие Луки*

Олег Николаевич Бородин родился 2 октября 1938 г. в городе Калинин (ныне Тверь). Родных братьев и сестёр не было. Отец, Успенский Николай Семёнович, мать, Мария Ивановна Бородина.

В раннем детстве Олег переехал в г. Великие Луки, где учился в школе №1. В Великих Луках он начал играть в баскетбол. Его первым тренером в г. Великие Луки считается Швейдель Иосиф Исакович (13.12.1934 – 26.12.2018). Фотографии Олега Бородина, когда он только начинал свой спортивный путь, находятся в фондах Музея спорта и олимпийского движения Псковского края. Материалы в музей переданы Игорем Викторовичем Буйко, отец которого тренировался и играл вместе с Олегом. Воспоминаниями об Олеге Бородине и его друзьях делится Владимир Балаханов в статье газеты «Великолукская правда» от 16 февраля 2013 г.

В Москве Олег Николаевич окончил Военно-инженерную академию имени В.В. Куйбышева по специальности программист. Там же служил после завершения спортивной карьеры. Вышел в отставку в звании подполковника. Участь в Военно-инженерной академии имени В.В. Куйбышева, Олег как зритель приходил смотреть на тренировки игроков ЦСКА. На одном из таких посещений двухметрового зрителя заметили, и началась спортивная жизнь в баскетбольной

команде ЦСКА.

Его спортивная карьера отмечена целым рядом успехов и достижений.

В 1959 г. 20-летний Бородин, будучи перворазрядником, в составе сборной РСФСР занимает 4 место во 2-ой Спартакиаде народов СССР (итоги её идут как 26-й чемпионат СССР), скоро он окажется в баскетбольной команде ЦСКА центровым, с ростом 202 см.

1 августа 1963 г. на арене Лужники проходил финальный матч Кубка европейских чемпионов (КЕЧ). Олег Бородин в составе команды ЦСКА становится обладателем Кубка европейских чемпионов (КЕЧ) в третьем, дополнительном, финальном матче. Команда ЦСКА выиграла у мадридского «Реала» со счётом 99:80.

В 1964-1966 гг. Олег Бородин в составе команды ЦСКА становится чемпионом СССР. Фирменным приёмом Олега была атака кольца после первого шага, а не со второго, как обычно, что ставило соперников в крайне затруднительное положение.

Результатом гонения на ветеранов в 1966 г. стало решение Федерации баскетбола СССР о введении возрастного ценза. Количество игроков в команде старше 25 лет, резко ограничили. ЦСКА тогда потеряло трёх классных игроков: Олега Бородина, Виктора Зубкова, Юрия Корнеева. Через какое-то время ценз отменили, но он успел уже наделать много бед.

В 1967 г. Олега Бородина попросили сыграть на «прощание» в составе команды г. Москвы на 4-ой Спартакиаде народов СССР (итоги её идут как 34-й чемпионат СССР), где команда занимает 3-е место.

В 1968 г. Олег Бородин в составе команды ЦСКА становится третьим призёром 35-го чемпионата СССР.

В двадцатых числах апреля 1969 г. в г. Барселона (Испания) Олег Бородин снова в составе команды ЦСКА становится обладателем Кубка европейских чемпионов (КЕЧ). В финале с двумя овертаймами ЦСКА победил мадридский «Реал» - 103:99.

В другие годы Олег Бородин был призёром всесоюзных и международных соревнований. За спортивные достижения удостоен звания «Мастер спорта СССР».

Из воспоминаний Владимира Гомельского, телекомментатора, журналиста, мастера спорта СССР международного класса, Заслуженного тренера РСФСР: «Виделись с Олегом Бородиным в спортзале ЦСК, на тренировках. Он в конце 60-х годов был в звании капитана. Помню его как трудолюбивого спортсмена и отзывчивого человека, пользующегося уважением игроков команды».

Скончался Олег Николаевич Бородин 12 декабря 1993 г. в г. Москва. Захоронен на Котляковском кладбище г. Москвы.

В поиске информации об одном из самых титулованных баскетболистов города Великие Луки Олега Бородина помогли публикации троюродного брата Сергея Ивановича Алиханова, анализ и систематизация сведений, опубликованных на спортивных порталах в сети Интернет. Конечно, биография требует дополнительных изысканий и будет пополняться.

Список литературы

1. Балаханов, В. Памятный знак / В. Балаханов // Великолукская правда. Новости. – 2013. – 16 февр.

2. Балаханов, В. Такие наши годы / В. Балаханов // Великолукское обозрение. – 2011. – 12 янв.

3. Жарков, С. Как баскетболист супертяжа нокаутировал: [фотографии Олега Бородина в Великих Луках] / С. Жарков // Стерх-Луки. – 2021. – 9 март.

4. Алиханов, С.И. Олег Бородин / С.И. Алиханов // Livejournal: [электронный журнал]. – 2010. – 12 дек. – URL: <https://alikhانov.livejournal.com/91818.html?ysclid=lucju0lxwx824779954> (дата обращения: 01.03.2024).

5. К 100-летию чемпионатов страны: [раздел сайта] // Единая Лига ВТБ: официальный сайт. – URL: <https://vtb-league.com/ru/100-basket/> (дата обращения: 01.03.2024).

ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНИКИ ВСТАЛИ НА «СКОЛЬЗКИЙ ПУТЬ» (ИСТОРИЯ ХОККЕЯ В ЛИИЖТе)

Балакирев Г.В.

*Эксплуатационное локомотивное депо Великие Луки,
Россия, г. Великие Луки*

Физическая культура и спорт в Ленинградском институте инженеров железнодорожного транспорта (ЛИИЖТ) всегда были в почете и более того – на высоте. Волейбол и футбол, женская художественная гимнастика, тяжелая и легкая атлетика – в этих и других видах спортсмены-железнодорожники были традиционно сильны. У студентов ЛИИЖТа были и наивысшие достижения. Хорошо известны имена Бориса Селицкого, олимпийского чемпиона 1968 г. и неоднократного рекордсмена мира по тяжелой атлетике, фигуристов Людмилы Белоусовой и Олега Протопопова – двукратных олимпийских чемпионов 1964 и 1968 гг., Владимира Белоусова – единственного на сегодняшний день в истории советского и российского спорта обладателя золотой олимпийской награды по прыжкам на лыжах с трамплина, Валерии Афанасьевны Молодцовой, стоявшей у истоков советской художественной гимнастики и награжденной Почетным знаком Олимпийского комитета России «За заслуги в развитии олимпийского движения в России». То ли в шутку, то ли всерьез, но за ЛИИЖТом с 1950-х гг. прочно закрепилось многозначное название вуза – «спортивный институт с железнодорожным уклоном». Но вся спортивная история этого высшего технического заведения была бы не такой яркой, если бы не легендарный лиижтовский хоккей.

Сборная команда ЛИИЖТа по хоккею с шайбой была образована в начале 1950-х гг., и год от года, как и весь советский хоккей, стала набирать обороты. Играли в ос-

новном на открытых площадках, участвуя в студенческих и городских соревнованиях. В 1955 г. команда железнодорожников выигрывает первенство вузов Ленинграда и авторитетно считается одной из сильнейших городских команд. И поэтому, когда хоккеем руководством страны было принято решение увеличить представительство команд во втором дивизионе хоккейного чемпионата – классе Б, одно дополнительное место было предоставлено Ленинграду, и спорткомитет тут же предложил его ЛИИЖТу. В первом же сезоне 1957-1958 гг. команда показывает блестящий результат – первые места в своей подгруппе и в финале, куда вошли 9 лучших команд из пяти подгрупп, становится чемпионом РСФСР и следующий сезон начинает уже в высшей лиге! [1]

Это трудно сейчас представить, но хоккейная сборная, составленная из студентов вуза, уверенно играла на протяжении 4-х сезонов в высшей лиге советского хоккея – классе А, с 1958 по 1962 гг. Практически на равных студенческая команда сражалась с грандами нашего хоккея и показывала весьма достойные результаты: ничья 5:5 с воскресенским «Химиком» и 2:3 с армейцами ленинградского СКА в чемпионате 1960-1961 гг., 5:8 со столичным ЦСКА, 4:5 с «Крыльями Советов» и 3:4 с горьковским «Торпедо» в своем последнем сезоне в высшей лиге 1961-1962 гг. [4].

На протяжении всей хоккейной истории ЛИИЖТа команду возглавлял Е.Ф. Дзеевский. Евгений Федорович и сам был легендарной личностью. Родился в 1922 г. в Курске. В 1940-м, как только исполнилось 18 лет, был призван в армию, начало войны застало его на границе в Западной Украине. В 1942-м, чудом избежав окружения, оказался под Сталинградом. В упорных боях в Сталинграде дважды был контужен, один раз – с полной потерей памяти. Смерть ходила рядом, но командир орудия отдельного зенитного артиллерийского дивизиона прошел все четыре года войны, трижды был ранен, на подступах к Берлину, на Зееловских высотах,

подорвался на mine. После войны в 1946 г. приехал на учебу в Ленинград и в 1950-м окончил Государственный институт физической культуры им. П.Ф.Лесгафта. Сам замечательный хоккеист, защитник, игравший в высшей лиге советского хоккея, увлек новой игрой с шайбой и студентов [2]. В истории советского, а теперь и российского хоккея навсегда останется этот уникальный факт: команда студентов без привлечения со стороны, как говорится, «для усиления рядов» профессиональных игроков, совмещая учебу и большой спорт, проявила себя и в первенстве страны, и на международной арене.

В феврале 1961 г. студенты-железнодорожники представляли Советский Союз в международном турнире, организованном Румынской федерацией хоккея, – Кубке Бухареста, и завоевали этот кубок, опередив команды Венгрии, Румынии и ГДР [5]. Говоря о достижениях команды, нельзя не отметить и выступление на Всемирной зимней Универсиаде, проходившей в марте 1962 года в Швейцарии. Соревнования студенческих команд сродни Зимним Олимпийским играм в миниатюре. Хоккейный турнир проходил в Вилларе. Сборную студентов Советского Союза представляла целиком команда ЛИИЖТа. Железнодорожники завоевали серебряные медали, уступив первое место сборной Чехословакии, которая наполовину (9 игроков из 18) состояла из хоккеистов команд чемпиона и вице-чемпиона страны. Тренером команды неизменно был Е.Ф.Дзелярский. [6]

В одном из интервью на вопрос корреспондента «а получали ваши игроки зарплату?» Дзелярский ответил: «Зарплату получали те, кто оформлен на должности, а у нас играли студенты, которые изъявили желание учиться в ЛИИЖТе, и довольствоваться они могли только стипендией. Только на третий год выступления в высшей лиге руководство «Локомотива» выделило команде 11 стипендий по 70 рублей» [2]. Со стороны института помощь хоккеистам оказывалась в организации учебного процесса: им разрешалось свободное расписание,

можно было продлить сессию и даже сроки обучения.

Хоккей, как никакой другой вид спорта, является наиболее трудоемким и затратным. Экипировка полевых игроков и вратаря, клюшки-шайбы, а также аренда игровых площадок и искусственного льда для тренировок – всё это требует немалых средств. Но даже не эти расходы составляли основную часть бюджета институтской команды. Участие в чемпионатах Советского Союза, которые в разное время насчитывали по 17–20 команд, требовало немалых транспортных расходов. И если переезды по железным дорогам из Северной столицы в близлежащие города еще компенсировались обществом «Локомотив», то перелеты самолетами на очередные игры чемпионата на Урал и в Сибирь обходились в приличную сумму, ведь география советского хоккея охватывала тогда Пермь, Свердловск, Челябинск, Омск и Новосибирск.

В первенстве 1961-1962 гг. ЛИИЖТ занимает последнее, 20-е место, не добрав всего лишь двух очков до возможности побороться за место в высшей лиге. Согласно Положению о соревнованиях на первенство СССР по хоккею команда должна была перейти в класс Б и там продолжить свои выступления. Но руководством вуза принимается решение: прекратить выступления на первенстве страны, так как институту не под силу содержание команды мастеров, и сосредоточиться на студенческих соревнованиях и первенстве Центрального Совета ДСО «Локомотив».

Менялись студенческие поколения в команде хоккеистов, а тренер и душа команды оставались те же – Евгений Федорович Дзедарский. 50 лет упорного подвижнического труда отдано кафедре физического воспитания в ЛИИЖТе. Мало сказать, что это солидный стаж, даже по нынешним меркам после недавнего повышения возраста при выходе на пенсию. Поэтому и победы на ледовой, очень скользкой площадке продолжались, хотя уже и на другом, железнодорожном уровне. За то время, что мне довелось учиться в этом

институте, студенческая команда ЛИИЖТА с 1975 по 1981 гг. представляя любительский ленинградский хоккей, неизменно побеждала в первенстве Октябрьской железной дороги. Дважды эти турниры проходили в Великих Луках, в 1977 и 1979 гг. Играли в течение нескольких дней на стадионе «Экспресс», где не было трибун. Но хоккей тогда вызывал небывалый интерес, и все игры проходили «при полных трибунах». Несмотря на то, что мы, студенты железнодорожного вуза, всегда оказывались в роли гостей, болельщики встречали нас дружелюбно и болели за нас. Наверное, потому, что видели на льду действительно вчерашних мальчишек-школьников в сравнении с теми же «мужиками» псковскими, дновскими, великолукскими, ржевскими или порховскими.

Рангом выше было первенство Центрального Совета Добровольного спортивного общества «Локомотив», на него собирались лучшие команды от железных дорог нашей страны. Октябрьскую по-прежнему представляла команда студентов ЛИИЖТа. В 1979 г. на общем собрании команды Е.Ф.Дзеярский сообщил: «Институт выделяет приличную сумму денег на наше участие в первенстве ДСО. Сами понимаете – самолет до Свердловска, затем перелет в Серов, гостиницы, питание и возлагаемые на нас надежды, - просто туристами мы не имеем права лететь». Решили единогласно: бороться за первое место. Я, будучи комсоргом сборной, заверил от имени всей команды, что приложим все силы для победы. И слово свое сдержали. Для института это был праздник. По возвращении домой Евгений Федорович заставил всех сдать свои «золотые» медали с тем, чтобы их повторно вручили на торжественном мероприятии, посвященном 170-летию института. Такой же успех был достигнут ровно через год, в олимпийском 1980-м, на первенстве ДСО «Локомотив», проходившем в Гомеле (Белоруссия).

В истории лиижтовского хоккея есть еще один уникальный факт, теперь уже навсегда вошедший в историю советского хоккея и о котором нельзя не

упомянуть. Студент строительного факультета института Виктор Нечаев играл за команду ЛИИЖТа во второй половине 1970-х гг., одновременно выступал и за команду мастеров ленинградского СКА. В 1982 г. Виктор становится первым советским хоккеистом, официально заключившим контракт с клубом НХЛ. В «Лос-Анджелес Кингз» он отыграл три матча, забросил одну шайбу. Но профессиональная карьера в Национальной хоккейной лиге у него не сложилась: вскоре его переводят в фарм-клуб, затем он получает серьезную травму, после чего переходит на селекционную работу [3].

Только спустя шесть лет советские хоккеисты начинают официально заключать контракт с клубами НХЛ и выезжать за рубеж. Кстати, среди них и наш соотечественник – пскович Сергей Федоров, серебряный и бронзовый призер двух Олимпийских зимних игр, трехкратный чемпион мира и трехкратный обладатель Кубка Стэнли. Но Виктор Нечаев был первым.

Список литературы

1. Бирун, Е. Мастера – вчерашние новички / Е. Бирун // Советский спорт. – 1958. – 5 марта.
2. Вайханский, С. «Железная» дорога Дзезярского / С. Вайханский // Невское время. – 2002. – 28 декабря.
3. Родиченко, С. Легенда о хоккеисте Нечаеве / С. Родиченко // Хоккей. Приложение к газете «Спорт-экспресс». – 1996. – № 9, февраль.
4. Малая энциклопедия спорта. Хоккей / составители А.М. Брусованский [и др.]. – Москва: Физкультура и спорт, 1990. – С. 582-591.
5. Хоккей: справочник / составитель А.В.Комаров]. – Москва: Физкультура и спорт, 1977. – С. 109-110.
6. Там же. – С. 100.

СПОРТИВНАЯ ЖИЗНЬ НА ВЕЛИКОЛУКСКОЙ ШВЕЙНО-ТРИКОТАЖНОЙ ФАБРИКЕ В 1954–1960 гг.

С.В. Иванова

*ГКУ ПО «Государственный архив Псковской области»,
отделение в г. Великие Луки,
Россия, г. Великие Луки*

Постановлением Совета Министров РСФСР от 2 июня 1951 г. № 553 на базе бывшей трикотажно-перчаточной фабрики, разрушенной в годы войны, намечалось построить швейно-трикотажную фабрику. Фабрика подчинялась Главному управлению трикотажной промышленности Министерства легкой промышленности РСФСР и в ее задачу входили производство и сбыт трикотажных изделий. Первая продукция была выпущена в 1954 г.

У нового предприятия, помимо проблем с организацией производства, были и другие. Отсутствие собственного жилья и детских учреждений, плохая организация питания, отсутствие элементарных удобств для женщин, которые составляли большую часть работников предприятия. Всеми этими вопросам занимался фабричный комитет. В его ведении находилась и организация культурно-массовой работы, в том числе спортивной.

В Постановлении Президиума Всесоюзного Центрального Совета Профессиональных Союзов от 22 июня 1956 г. говорилось: «Фабрично-заводским и местным комитетам усилить контроль и систематическую помощь советам коллективов физкультуры..

Обязать ЦК профсоюзов разработать совместно с министерствами мероприятия по организации производственной гимнастики на предприятиях и в учреждениях...» [1].

В Плане основных мероприятий Великолукского областного комитета по физкультуре и спорту на

1957 г. четвертым пунктом значится: «Внедрить на промышленных предприятиях, где это возможно по условиям работы, производственную гимнастику» [2]. Среди предприятий по гор. Великие Луки числится «Трикотажная фабрика» [3].

Трудовым соглашением от 16 мая 1957 г. фабричный комитет фабрики принимает на работу инструктора-методиста производственной гимнастики, обязующегося «возглавлять и проводить производственную гимнастику согласно графика, а также организовать и вести физкультурно-массовую работу на фабрике» [4]. В протоколе профсоюзной конференции фабрики один из докладчиков отмечал: «отдельные товарищи считают, что это вообще ненужные занятия. ... прошу на это обратить особое внимание, ведь гимнастика – здоровье человека» [5].

Судя по всему, долго работники на этой должности не задерживались. В решении открытого партийного собрания фабрики от 23 мая 1957 г. упоминается, что «в запущенном состоянии находится и физкультурная работа. За 4 месяца сменилось 3 инструктора физкультуры». Собрание постановило: «Фабкому возглавить работу по проведению производственной гимнастики в отведенное для этого время во всех цехах и сменах» [6].

Между тем, спортивная работа на фабрике шла своим чередом. Так, 29 июня 1957 г. были проведены шахматный турнир и стрелковые соревнования в честь 50-летия профсоюзов, участники которых были позднее премированы. И если в 1955 г. в протоколе заседания президиума Великолукского облсовета ДСО «Буревестник» отмечалось, что «крайне неудовлетворительно проходит подготовка значкистов ГТО и спортсменов-разрядников в коллективах физкультуры: при АТК, завода торфмаш, трикотажной фабрике ...» [7], то в 1957 г. среди допризывников, награжденных значками ГТО 1 степени, было четверо ра-

ботников швейно-трикотажной фабрики [8]. В постановлении 3 профсоюзной конференции фабрики от 31 мая 1959 г. упоминалось, что на фабрике работают «4 спортивных секции (лыжная, конькобежная, волейбольная и стрелковая охватывают 63 человека)» [9]. Как отмечалось «Это говорит о том, что у нас на фабрике нет массовости в спорте» [10]. В отчетном докладе фабкома от 23 октября 1960 г. утверждалось, что «в настоящее время на фабрике работает 1537 человек» [11], существующие же «спортивные секции ... имеют малое количество участников, всего 74 человека» [12]. В сравнении с общим числом работающих ситуация и впрямь выглядит удручающей. К тому же указывалось, что «тренировки проводятся от случая к случаю, в результате на соревнования наши спортсмены выходят плохо подготовленными, а отсюда получают и плохие результаты ...» [13]. Решено было «принять меры к вовлечению молодежи ... в спортивные секции» [14].

В плане массово-политической работы среди молодежи фабрики на ноябрь-декабрь месяцы 1960 г. седьмым пунктом значилось: «Оживить спортивную работу согласно плана ДСО «Труд» Организовать по всем видам спорта соревнования внутрифабричные, между сменами, цехами» [15].

В Коллективных договорах также уделялось внимание тому, чем занимаются работники в свободное время. Этот раздел назывался «Культурное обслуживание» и если в 1955–1956 годы формулировка звучала как «организовать ... секции добровольного спортивного общества» [16], то в 1957 г. речь идет уже об их расширении [17], а в 1960 г. о развитии и вовлечении большего количества рабочих и служащих [18].

Как известно, фабрика, ставшая впоследствии Великолукской трикотажной, проработала многие десятилетия. И ее работников ожидали впереди, в том числе, и спортивные успехи.

Список литературы

1. Государственное казенное учреждение Псковской области «Государственный архив Псковской области» (далее – ГКУ ПО «ГАПО»). Ф. В-1957. Оп. 1. Д. 16. Л. 90, 90 об.

2. ГКУ ПО «ГАПО». В-1957. Оп. 1. Д. 17. Л. 111.

3. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1957. Оп. 1. Д. 17. Л. 115.

4. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-2294. Оп. 1. Д. 90. Л. 80.

5. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-2294. Оп. 1. Д. 91. Л. 86, 97.

6. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-2294. Оп. 1. Д. 90. Л. 85, 86.

7. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1957. Оп. 1. Д. 3. Л. 27, 28.

8. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1915. Оп. 1. Д. 15. Л. 49, 50.

9. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-2294. Оп. 1. Д. 156. Л. 47, 48.

10. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-2294. Оп. 1. Д. 156. Л. 63.

11. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-2294. Оп. 1. Д. 193. Л. 23.

12. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-2294. Оп. 1. Д. 193. Л. 21.

13. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-2294. Оп. 1. Д. 193. Л. 21.

14. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-2294. Оп. 1. Д. 193. Л. 35.

15. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-2294. Оп. 1. Д. 192. Л. 9.

16. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-2294. Оп. 1. Д. 42. Л. 1, 12; Д. 64. Л. 6, 15.

17. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-2294. Оп. 1. Д. 92. Л. 4, 21.

18. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-2294. Оп. 1. Д. 196. Л. 6, 10, 25.

ОПЫТ РАБОТЫ ВЕЛИКОЛУКСКОЙ БИБЛИОТЕКИ ПО ПРОДВИЖЕНИЮ ЦЕННОСТЕЙ СПОРТА

Г.В. Ковалёва

*МБУК «Великолукская центральная городская
библиотека им. М.И. Семевского»,
Россия, г. Великие Луки*

Муниципальное бюджетное учреждение культуры «Великолукская центральная городская библиотека им. М.И.Семевского» обладает богатым книжным фондом по

физической культуре и спорту, который на начало 2024 г. насчитывает 18 000 экземпляров. Книги спортивной тематики и пропаганде физической культуры не только выдаются пользователям библиотеки, но и используется для проведения мероприятий различных форм.

В деятельности библиотек традиционно уделяется большое внимание вопросам ценностей спорта, его роли в жизни человека и общества. Продвижение спорта в библиотеках является одним из направлений в работе с читателями, в которую входит библиотечно-информационная работа по развитию представлений о спортивной тематике, по формированию ценностного отношения к спорту, воспитанию привычки к ведению здорового образа жизни, привитию чувства гордости за спортивные достижения российских спортсменов, а также великолучан, достигших значительных спортивных результатов.

В преддверии проведения в 2014 г. Олимпийских игр в Сочи в муниципальных библиотеках активизировалась работа по продвижению литературы о спорте и других формах оздоровления человека. На первоначальном этапе работы был составлен сводный план мероприятий с достаточно широким охватом тем и разнообразием применяемых форм работы для различных категорий населения.

Во всех библиотеках работали книжные выставки, выставки детского художественного творчества «Салют, Олимпиада!», «Виват, Олимпиада», велись информ-досье «Из истории зимних Олимпиад». О самых интересных мероприятиях пользователей библиотек информировали ежемесячные «Библиотечные спортивные афиши». Информационные стенды с различными сведениями и фактами о спорте, уголки здоровья знакомили пользователей библиотек с новинками литературы, содержали яркие иллюстрации, фотографии.

В день открытия XXII Олимпийских зимних игр в ЦГБ им. М.И. Семевского состоялась встреча в «Олимпийской

гостиной». Великолучане от мала до велика собрались в библиотеке, чтобы стать причастными к этому замечательному событию. Директор МБУК «ЦГБ им. М.И. Семевского» Г.В.Ковалева рассказала о мероприятиях, подвела итоги конкурса рисунков и поделок «Салют, Олимпиада!» и конкурса фоторабот «У каждого свои рекорды» и наградила участников грамотами и подарками.

Затем слово было предоставлено В.А.Степанову, директору Областного музея почты. Он презентовал выставку «Путь олимпийского огня», на которой было представлено 45 почтовых конвертов со штемпелями спецгашения городов, где проходил Олимпийский огонь. 108 городам посчастливилось принимать Олимпийский огонь. На Псковской земле огонь побывал в Пскове и Изборске.

Н.Н. Соколова, руководитель клуба «Лоскутное сияние» расстелила перед собравшимися своеобразный символ игр «Олимпийское одеяло», изготовленное своими руками, и представила выставку членов клуба – рукотворные гербы городов, в которых побывал олимпийский огонь. Всего было изготовлено 20 таких работ и, так как это очень трудоемкая работа, о каждом изготовленном гербе города было рассказано с любовью.

А.И. Сизов, историк, архивист и краевед, поделился воспоминаниями о присутствии на Олимпиаде-80. В своё время он принимал участие в викторине, которую проводила в 1980 г. газета «Комсомольская правда», стал победителем и был награжден билетами для посещения игр.

Д.А. Белюков, декан социально-гуманитарного факультета ВЛГАФК, председатель Общественного совета по вопросам историко-культурного наследия, выступил со слайд-презентацией «Псковичи-олимпийцы».

Библиотекари стараются не только сами рассказывать о значимых спортивных мероприятиях, но и приглашать очевидцев или участников событий. Так, 18 июля

2018 г. в конференц-зале ЦГБ им. М.И. Семевского прошла встреча участников клуба «Живое слово» с великолучанкой Ираидой Ежовой, которая внесла свой вклад в проведение самого важного спортивного события этого года в России - чемпионата мира по футболу. Ей посчастливилось принять участие в торжественной церемонии открытия Чемпионата мира по футболу, а также поработать стюардом на стадионе «Спартак». Она прошла строгий отбор (из 80 человек в группу поддержки вошли только 30). А помог пройти отбор тот фактор, что она несколько лет состояла в сборной своего вуза (РГУ нефти и газа им. И.М.Губкина) по фитнес-аэробике. На открытии Чемпионата мира по футболу она танцевала с группой поддержки на стадионе «Локомотив». «Выступление репетировали на протяжении трех недель, последние четыре дня танцевали непосредственно внутри чаши, где проходило открытие», - рассказала девушка. Танец девушки учили под руководством строгого тренера. Кроме того, их выступление просматривал организатор церемонии открытия Чемпионата мира по футболу, прославленный фигурист Илья Авербух. «Мы так много репетировали, что на самой церемонии у меня не было ни волнения, ни страха. Хотя на нас смотрели 78 тысяч болельщиков с трибун стадиона, не считая телезрителей», - призналась Ираида и добавила, что получила много незабываемых эмоций.

На этом участие великолучанки в мундиале не закончилось. Она работала стюардом на стадионе «Спартак» на трех матчах. Также Ираида поделилась впечатлениями от общения с иностранными болельщиками, а также показала фото и видео с прошедшего чемпионата из личного архива. В завершение она призналась, что у нее есть маленькая мечта - стать волонтером встречи воздухоплателей в родных Великих Луках.

Библиотеки уже на протяжении двадцати лет ведут систематическую работу по поляризации такого вида

спорта, как воздухоплавание. В дни, когда в Великих Луках проходит Международная встреча воздухоплавателей, в Великолукской центральной городской библиотеке им. М.И. Семевского организуются различные мероприятия, посвященные этой дате.

В июне 2017 г. центральная городская библиотека организовала встречу с пилотом из города Тулы Андреем Кульковым и его командой. Они встретились и побеседовали с великолукскими школьниками.

Андрей Николаевич поделился с ребятами своими впечатлениями, рассказал, как он стал пилотом. В 2004 г. он совершил свой первый полет на воздушном шаре в нашем городе, ему был присвоен титул граф Максимовский, и он влюбился в небо, влюбился в Великие Луки, в прекрасные поля, равнины, прекрасных людей, которые радостно встречают, несмотря на то, что приземляется аэростат порой в самых неожиданных местах. На протяжении 12 лет он приезжает в наш город для участия в соревнованиях. И добился немалых успехов - он двукратный чемпион России. В 2015 г. самую главную для российских пилотов награду под аплодисменты присутствующих он получил из рук спортивного директора Матайса де Брюина. В составе команды Андрея Кулькова впервые в Великих Луках и в России девушка из Японии Сада Мика, которая приехала в качестве измерителя, штурман Руслан Прамицкий (член команды с 2016 г.) и метеоролог Максим Ефименок.

Встреча проходила очень живо и интересно. Дети наперебой тянули руки, задавали вопросы. Они узнали, что делать, если, аэростат приземлился на воду, как высоко взлетает шар, во сколько лет можно стать аэронавтом, сколько весит шар с корзиной и многое другое. Подарком для всех стал показ видеоролика с фотографиями Международной встречи 2016 г. С фото-репортажем этого чемпионата познакомила фотограф Ольга Рябовичева, а Андрей Кульков с радостью прокомментировал: рассказал, как проходят соревнования, бри-

финги, поделился своими знаниями об истории воздухоплавательного спорта.

Отдел краеведения подготовил выставку «Полет фантазии, полет мечты», на которой представлены журналы, публикации в СМИ за всю историю воздухоплавания в Великих Луках. Выставку украсили творческие работы воспитанников детского центра «Буратино».

Такие встречи очень важны. Возможно, кто-то из этих детей, вдохновившись рассказом в библиотеке, в будущем совершит свой полет, а может быть, станет лучшим пилотом мира!

В июне 2020 г. XXV встреча воздухоплателей из-за сложившейся эпидемиологической ситуации была перенесена. Но работа библиотеки по этому направлению не прекращалась, а была продолжена в онлайн режиме. Библиотека-филиал № 2 предложила жителям города вспомнить праздники воздухоплавания прошлых лет и поучаствовать в виртуальной фотовыставке «А шарик летит!» в группе библиотеки ВКонтакте.

В акции поучаствовал 51 человек. На протяжении двух недель участники присылали свои фото. И взрослые, и дети оказались настоящими фотомастерами. На работах участников фотовыставки запечатлены аэростаты, жители города на праздниках воздухоплавания, виды любимого города и его неповторимые пейзажи. Виртуальная фотовыставка открыла грани талантов жителей нашего города и не оставила равнодушными подписчиков группы ВКонтакте и друзей библиотеки. Все смогли оценить мастерство как профессиональных фотографов, так и фотохудожников-любителей. Участники виртуальной фотовыставки «А шарик летит!» были награждены дипломами в электронном виде.

15 июня 2021 г. Великолукскую центральную городскую библиотеку им. М.И. Семевского посетили Николай Рябцев и Игорь Шелапутин – официальные фотографы 26-го чемпионата России по воздухоплаванию (Москва),

а также штурман аэростата из Москвы Сергей Штенцов. Гости ознакомились с выставкой фотографий «Полёты во сне и наяву», развёрнутой в отделе обслуживания и посвящённой воздухоплавательному спорту. А давний друг библиотеки, пилот из Тулы Андрей Кульков рассказал о специфике соревнований в разных странах мира, о том, как выстраивается общение с местными жителями и чем оно интересно для более достоверного представления о быте и нравах народов. Очень уважительно прозвучал рассказ гостя о коллегах по спортивным соревнованиям, с которых стоит брать пример мастерства и личностных качеств. На встрече участник клуба фотолюбителей «Ракурс» Ольга Рябовичева, а именно их работы и представлены на выставке «Полёты во сне и наяву», подарила пилоту свою выставочную фотографию, на которой запечатлён и его воздушный шар.

С какого возраста можно летать на воздушном шаре, что с собой взять в полет, какие на ощупь облака – на эти и многие другие вопросы помогла найти ответы пилот из Великого Новгорода Марина Федорова. 14 июня 2022 г. в Центральной городской библиотеке им. М.И. Семевского состоялась встреча с рекордсменкой России по дальности, продолжительности и высоте полета на воздушном шаре среди женщин.

Марина провела краткий экскурс в историю воздухоплавания. Также пилотесса продемонстрировала присутствующим предметы, которые есть в ее сумочке. Это около десятка разнообразных зажигалок и пьез, маленькая бумажная карта, нож, навигатор и, конечно, губная помада. Как отметили юные слушатели: «Чтобы губы не обветрились».

Ребята смогли не только услышать о том, как проходит подготовка к полёту, сам полёт и приземление, но и с огромным любопытством задавали рекордсменке интересующие их вопросы, делились своими впечатлениями. Фотографии и видеозаписи с полетов позволили полностью ощутить романтику этого вида

спорта.

Встречу помог организовать Дмитрий Иванов, судья второй категории. При его непосредственном участии 15 июня 2022 г. в конференц-зале Центральной городской библиотеки также состоялся мастер-класс «Азы судейства в воздухоплавательном спорте». Дмитрий рассказал присутствующим о том, как проходит подготовка к соревнованиям, какие условия должны быть, чтобы полёт прошёл безопасно и успешно. Вместе с участниками встречи Дмитрий Иванов сделал отметку на карте и внёс её координаты – это стало началом импровизированных соревнований среди ребят. Корзиной пилота стал кабинет директора Центральной городской библиотеки, а мишень, которая именуется ромашкой, расположилась на подготовленной площадке. После метания маркера участники мастер-класса замерили расстояние каждого от центра мишени.

В ходе соревнований были выявлены победители Открытого Кубка библиотеки им. М.И. Семевского по маркерному сбросу: третье место занял Вячеслав Лифанов, второе место было отдано Екатерине Пентюшенко, а лидером стал Дмитрий Иванов. В чемпионате среди обучающихся города по маркерному сбросу места распределились следующим образом: третье место - Алексеева Дарья (шар «Ромашка»), второе место - Родионов Вадим (шар «Байкал»), победила Александра Грибанова (шар «Лама»). Встреча прошла в тёплой, дружеской атмосфере. Все увлечённо изучали соревновательный процесс и интересовались у Дмитрия нюансами судейства. Встреча завершилась вручением сертификатов, обменом эмоциями и впечатлениями от полученного опыта и общей фотографией.

13 июня 2022 г. в библиотеке-филиале №2 прошёл мастер-класс по созданию объёмной открытки для детей из пришкольного лагеря МАОУ «Лицей № 11», который провела волонтер культуры студентка 5 курса Санкт-Петербургского института культуры и искусств

Елена Сергеева. Библиотекари рассказали, как пилоты покоряют небо, об истории воздухоплавания, «графских» титулах и, конечно, книгах с упоминанием путешествий на большом воздушном шаре.

Ярким событием в ряду мероприятий спортивной тематики надо отметить выставку «Попутный ветер», которая была посвящена парусному спорту и работала в конференц-зале Центральной городской библиотеки с 13 мая до 15 июля 2021 г. На презентации выставки собрались неравнодушные, увлеченные люди, многие из которых не только мечтают о море, но и уже успели ощутить радость победы, участвуя в соревнованиях по парусному спорту. В год 855-летия со дня первого упоминания города Великие Луки в Новгородской летописи ведущая мероприятия Алена Фролова раскрыла еще одну интересную страницу из истории яхт-клуба «Чайка», который работал в городе в 1970-1980-е гг.

С приветственным словом обратилась Зоя Федорова, начальник отдела по туризму комитета культуры администрации города Великие Луки. Она отметила: «... Есть темы, которые мало и плохо освоены. Не перестаёт удивлять многоплановость исследовательской работы нашей библиотеки, сотрудники которой умеют найти и представить великолучанам малоизученные факты из жизни города. Ключевое слово выставки - туризм. Эта деятельность больше развивалась как спортивный туризм, но в то же время представляла услуги и для любителей водных прогулок. Это направление безусловно требует поддержки. Мы живем на «золотой» водной жиле, на водном пространстве, к сожалению, не достаточно оборудованном для туристов...». Зоя Васильевна предложила участникам обобщить богатый опыт работы яхт-клуба «Чайка», а собранный материал представить на городскую краеведческую конференцию. Выступающая выразила надежду, что найдутся люди и возродят начатое дело по развитию парусного спорта в нашем городе, и пожелала всем попутного ветра.

Идея создания выставки родилась у Екатерины Васильевой, дочери Леонида Алексеева, кандидата в мастера спорта. За поддержкой решила обратиться именно в библиотеку, как информационный краеведческий центр. И не ошиблась. Предложение воскресить в памяти горожан историю великолукских яхтсменов сразу же получило поддержку, и в течение трех месяцев шла подготовительная работа: собирали фото- и видеоматериалы, различные экспонаты, оформляли экспозицию, разыскивали координаты участников и членов яхт-клуба. Многие откликнулись и приняли участие в подготовке выставки. На открытии выставки Георгий Козловский, заместитель капитана яхт-клуба второго состава, поведал об истории развития движения яхтсменов. Он вспоминал юношеские годы, когда учился в институте и, находясь в Зеленогорске на пляже, увидел удивительное зрелище - как плавают на доске с парусом. Загорелся, попытался сделать самостоятельно доску, не получилось. Но все же после института начал осваивать это дело. «В марте 1978 года собрали заинтересованных людей, провели собрание, выбрали председателем клуба Николая Симонова. Утвердили устав и обратились к директору радиозавода В.В. Ситникову с просьбой помочь стройматериалами. И нашли поддержку. Паруса шили из лавсана, который использовался для пошива занавесок. Сами изготавливали доски. Яхт-клуб рос и развивался. Приходили и новые люди, которые добились значительных результатов». Георгий Петрович с теплотой отзывался о мастере спорта Андрее Сеннике, кандидате в мастера спорта Бороздове и многих других. Но в 80-е годы, к сожалению, движение стало угасать. Симонов, Петров, Бороздов, братья Алексеевы занялись водным туризмом. Плавали по рекам Кунья, Ловать, Западная Двина, Волга.

Сергей Горбунов, мастер представленной на выставке доски для виндсерфинга, раскрыл секрет цифр, написанных на ней. Он сказал: «Так как я радиолюбитель,

то выбрал код 73, который в радиолокации означает «Наилучшие пожелания!»».

Сергей Титов пришел в яхт-клуб в 1983 г. Сергей Иванович в своем выступлении очень хорошо охарактеризовал Сеника, как удивительного, разностороннего, талантливого человека. Привел примеры о захватывающих соревнованиях в Эстонии на Чудском озере, с теплотой вспоминал поездки и тренировки. «Это было замечательное, запоминающееся время», - сказал он в заключение.

Александр Кутунцев рассказал о технической составляющей данного вида спорта. Раскрыл секрет технологии изготовления досок. Поделится воспоминаниями об участии в Олимпиаде 1980 г. в Москве, на которой он с Сеником присутствовали как почетные гости. Анатолий Бороздов привел курьезные случаи из жизни участников клуба. Однажды, находясь на соревнованиях в Анапе, они обменяли мешок оставшейся домашней картошки, которая очень ценилась местными жителями, на огромное количество фруктов.

За два месяца работы выставка познакомила сотни великолучан с парусным спортом.

Сочетание различных форм и методов работы библиотеки по продвижению спорта позволяет вовлечь в эту тему как можно большее число читателей разного возраста, сформировать позитивные жизненные установки. В работе с подрастающим поколением библиотекари стараются показать взаимосвязь между физическим и духовным становлением личности, помогают ребятам через книгу познавать мир спорта, узнать историю спортивной жизни России и города Великие Луки.

Список литературы

1. Воздухоплататели встретились с маленькими великолучанами // Великолукская правда. – 2017. – 20 июня (№ 108).

2. Ежова, И. Ираида Ежова: Я рада, что стала частью Чемпионата мира по футболу / И. Ежова // Великолукская правда. Новости. – 2018. – 25 июля (№ 142). – С. 3.

3. «Жаркие. Зимние. Твои» // Великолукская правда. – 2014. – 15 февраля (№ 22).

СТАДИОН ПРОФСОЮЗОВ В ГОРОДЕ ВЕЛИКИЕ ЛУКИ: НЕРЕАЛИЗОВАННЫЕ ПЛАНЫ И ПРОЕКТЫ 1940-1950-х гг.

Н.А. Лопатина

*ГКУ ПО «Государственный архив Псковской области,
отделение в г. Великие Луки,
Россия, г. Великие Луки*

Генеральным планом Великих Лук, утвержденным Постановлением Совета Министров РСФСР 5 мая 1946 г. №304, предусматривалось создание в городе центрального парка в районе старой крепости и острова Дятлинка [1]. Великолукский облисполком решением от 25 ноября 1947 г. №1243 утвердил проект планировки центрального парка культуры и отдыха в г. Великие Луки, составленный архитектором архитектурно-проектной мастерской М.А. Малыгиным [2]. В западном секторе будущего парка отводилось место под новый стадион [3]. Строительство такого объекта имело важное значение для различных сфер общественной жизни, и в том числе для организации массово-физкультурного движения как в г. Великие Луки, так и в образованной 22 августа 1944 г. Великолукской области. В регионе за годы немецко-фашистской оккупации были разрушены спортивные сооружения, нанесен ущерб спортивному оборудованию и инвентарю. Единственный действующий стадион «Буревестник», расположенный в областном центре на Физкультурной площади, требовал ремонта [4]. Поэтому

президиум Великолукского областного Совета профессиональных союзов (облсовпроф) обратился во Всесоюзный центральный Совет профессиональных союзов (ВЦСПС) с целью выделения средств для развития физкультурно-спортивной работы, приобретения необходимого инвентаря и спортивного имущества и строительства спортивных сооружений [5].

15 апреля 1949 г. комиссия, в состав которой входили председатель облсовпрофа, представители областного комитета по физической культуре и спорту, управления главного архитектора Великих Лук, штаба МПВО и санитарной инспекции, осмотрела место под стадион и отмечала благоприятные факторы участка, отведенного под строительство спортивного сооружения: оптимальный характер рельефа для устройства трибун, удаленность от источников шума, загрязнения и заражения воздуха, организация быстрой эвакуации зрителей, возможность посадки большого количества зеленых насаждений, удачное расположение в центре города и др. Проектирование стадиона поручалось архитектурно-проектной мастерской при управлении главного архитектора города [6].

Облсовпроф подготовил задание для составления проекта стадиона профсоюзов на территории парка культуры и отдыха, в котором были определены основные параметры и требования к объекту: вместимость, функциональность, архитектурные особенности и т.д. и предоставил его архитектурно-проектной мастерской [7].

Проект стадиона, включающий в себя планы, чертежи, спецификации и другую техническую документацию, был разработан архитектором Петром Семеновичем Бутенко. Расположение будущего спортивного объекта планировалось на участке между крепостным валом и набережной реки Ловать с одной стороны и разобранным зданием бывшего костела и существующим стадионом «Буревестник» на Физкультурной площади с другой. При обсуждении проекта на заседании

областной архитектурной комиссии отмечалась удачная архитектурно-композиционная увязка комплекса сооружений стадиона с проектом центра города. Устройство односторонних трибун, расположенных на естественном земляном откосе, а также малые формы садово-парковой архитектуры, обогащали окружающий пейзаж. В дальнейшем предлагалось уточнить документацию по геологии и осушению территории стадиона [8].

На заседании президиума облсовпрофа от 23 мая 1949 г. рассматривалась смета на строительство стадиона профсоюзов в Великих Луках, которая была одобрена и направлялась в ВЦСПС для утверждения и открытия финансирования подготовительных работ [9].

Проектное задание и смета на подготовительные работы по строительству стадиона были рассмотрены экспертно-техническим бюро управления капитального строительства ВЦСПС 3 августа 1949 г. и утверждены на заседании секретариата ВЦСПС 5 августа 1949 г. [10].

Генеральным планом в первую очередь предусматривалось сооружение на участке 8-10 га малой спортивной арены (типовой) с трибунами на 7000 человек и спортивного павильона суточной пропускной способностью 60-80 человек. В состав спортивной арены включались: футбольное поле, беговая дорожка на 400 м, места для прыжков в высоту и в длину, для толкания ядра, метания копья, диска и яма с водой для стипль-чеза (бег с препятствиями). Также объектами первоочередного строительства планировались спортивные площадки: по одной – для гимнастики и городков, по две – для баскетбола и волейбола, по три - для тяжелой атлетики, теннисный корт. В здании спортивного павильона должны были размещаться раздевалки, гардероб, душевые, комнаты инструкторов, кабинет врача, инвентарная, комната отдыха, буфет. Проект предусматривал возведение подсобных помещений (входы с кассами, кладовые, мастерские, склады и др.), а также павильона для шахмат

и шашек, буфета-закусочной, киосков, туалетов для зрителей. Организация зеленых насаждений включала посадку различных сортов ели, серой ольхи, тополя, клена, декоративного кустарника [11].

Сооружение стадиона профсоюзов ориентировочной стоимостью строительства 2920 тыс. руб. в ценах 1949 г. началось весной 1950 г. [12]

Газета «Великолукская правда» от 14 мая 1950 г. сообщала: «Нынче начинаются работы по строительству стадиона профсоюзов, который запроектирован как часть парка культуры и отдыха. Работы будут вестись трестом «Великолукстрой», но для ускорения дела необходимо и участие общественности» [13].

Жители областного центра поддержали строительство нового стадиона. Облсовпроф принял постановление «Об участии профсоюзных организаций в строительстве стадиона профсоюзов в г. Великие Луки» и обязал каждого члена профсоюза стать активным строителем объекта [14].

В дальнейшем на производстве земляных и дренажных работ наряду со строителями трудились опытные кадры механизаторов Великолукской машинно-мелиоративной станции, участвующие ранее в строительстве Волго-Донского канала [15].

Активное участие в сооружении объекта принимала молодежь города, которая выполняла различные работы: прочистку канав, рытье откосов, подсыпку грунта, выравнивание ядра стадиона. Комсомольцы инициировали ежедневный выход на строительство и проведение дополнительного еженедельного массового общегородского воскресника. Бюро обкома комсомола приняло постановление об объявлении строительства стадиона комсомольско-молодежной стройкой [16].

В июне 1952 г. областной комитет ВКП(б) и облисполком приняли постановление «О строительстве и благоустройстве города Великие Луки в 1952 г.», которое отмечало низкие темпы сооружения стадиона и обязало

трест «Великолукстрой» закончить его строительство к 35-й годовщине Октябрьской социалистической революции [17].

В постановлении президиума облсовпрофа от 30 июня 1952 г. «О завершении строительства стадиона профсоюзов» также указывалось, что, несмотря на активное участие общественности и молодежи города, наблюдается невыполнение трестом «Великолукстрой» утвержденных графиков по видам работ в установленные сроки: не установлены стропила и не покрыта крыша на павильоне, не сделаны перекрытия и перегородки, не заполнены дверные проемы, не закончены откосы и не начата установка стоек под трибуны, не завершена планировка ядра стадиона. В документе предлагались конкретные меры по завершению строительства стадиона в срок: выполнение трестом утвержденных бюро обкома ВКП(б) и облисполкомом графиков строительных работ, усиление авторского контроля со стороны главного архитектора города и автора проекта П.С. Бутенко за строительством объекта, обращение в ВЦСПС о выделении дополнительных средств на 3-й квартал 1952 г. для завершения строительства стадиона [18].

По состоянию на 17 января 1953 г. трестом «Великолукстрой» была выполнена часть земляных работ, подведен под крышу павильон, но не сделаны полы, печи, проемы. В отчете о работе облсовпрофа за 6 месяцев 1953 г. и постановлении его президиума от 4 июля 1953 г. отмечалось, что великолучане возмущены неправильным отношением треста к важному общенародному объекту. Незавершенное «историческое» строительство областного стадиона, которое продолжается в течение 4-х лет, сдерживает развитие физкультуры и спорта в других городах и районах области [19].

На заседании президиума облсовпрофа 1 октября 1953 г. указывалось, что бюро обкома партии обязало трест «Великолукстрой» завершить работы к 1 мая 1954 г. Несмотря на конкретный срок, не развернуто строитель-

ство спортивного ядра. Крайне медленно ведутся работы по завершению строительства павильона, которое нужно закончить до начала зимы. Необходимо приступить к закладке дренажей, строительству лестниц и трибун на стадионе [20].

В 1954 г. строительство стадиона профсоюзов было законсервировано. В целях обеспечения сохранности павильон строящегося объекта по решению президиума облсовпрофа от 25 января 1955 г. передавался во временное пользование областному Совету ДСО «Буревестник» [21].

В очередной раз вопрос о строительстве стадиона в г. Великие Луки рассматривался на заседании президиума облсовпрофа 22 июня 1956 г. Речь шла о нецелесообразности продолжения законсервированного строительства объекта на отведенном земельном участке, размещенном на болоте и подтопляемом водой в период разлива реки Ловать. По этой причине даже при условии завершения строительства стадион ежегодно до июня месяца не сможет вводиться в эксплуатацию. Размещение спортивного ядра в котловане, окруженном со всех сторон естественными возвышенностями, с которых просматривается весь стадион, и зрители могут располагаться на них вместо трибун, способствовало нерентабельности спортивного объекта. Постановление президиума заключалось в отказе от ранее выделенного земельного участка и обращения в Великолукский горисполком - о предоставлении земельного участка не менее 4 га в черте города и в ВЦСПС - о выделении средств на новое строительство [22].

Решением Великолукского горисполкома от 5 ноября 1956 г. №676 облпрофсовету был выделен новый земельный участок площадью 4 га под строительство стадиона в квартале № 288 по Торопецкому шоссе [23].

2 апреля 1957 г. застройщик облсовпроф обратился в отдел по делам строительства и архитектуры облисполкома с заявкой о подготовке архитектурно-планиро-

вочного задания на проектирование стадиона на 5-6 тыс. зрителей и комплекса спортивных сооружений на нем. Проектирование стадиона поручалось проектной конторе «Великолукоблпроект» с применением типовых проектов, разработанных проектной организацией «Гипроспорт» [24].

Основные сооружения: спортивный корпус, спортивное ядро, спаренный теннисный корт, гимнастический городок, волейбольные и баскетбольные площадки проектировались на участке, ограниченном улицами Зенцовской, Песочной, Полевой и Торопецким шоссе (в настоящее время проспект Ю.Гагарина), между зданиями хлебозавода и бывшей поликлиники [25].

Рассмотренные на заседании президиума облсовпрофа 17 августа 1957 г. проект и смета по строительству стадиона стоимостью 5 млн руб. были высланы в ВЦСПС для утверждения и выделения средств на сооружение объекта в 1957-1958 гг. [26].

Подрядчиком был выбран 4-й Великолуцкий строительный участок треста «Балттрансстрой» Министерства транспортного строительства СССР [27].

Но 2 октября 1957 г. Великолуцкая область была упразднена, и очередной проект строительства областного стадиона профсоюзов не был реализован.

Список источников

1. Государственное казенное учреждение Псковской области «Государственный архив Псковской области» (далее – ГАПО). Ф. В-888. Оп. 2. Д. 21. Л. 1.
2. ГАПО. Ф. В-1691. Оп. 1. Д. 156. Л. 68.
3. ГАПО. Ф. В- 2058. Оп. 1. Д. 85. Л. 1.
4. ГАПО. Ф. В-1944. Оп. 1. Д. 3. Л. 126, 178. Ф. В-1994. Оп. 4. Д. 750. Л. 1.
5. ГАПО. Ф. В-1944. Оп. 1. Д. 3. Л. 178.
6. ГАПО. Ф. В-2058. Оп. 1. Д. 85. Л. 1-2.
7. ГАПО. Ф. В-2058. Оп. 1. Д. 85. Л. 2-4.
8. ГАПО. Ф. В-2058. Оп. 1. Д. 85. Л. 6, 8, 29 об. Пакет 1.

- Л. 2; Ф. В-1916. Оп. 1. Д. 208. Л. 18.
9. ГАПО. Ф. В-1944. Оп. 1. Д. 3. Л. 243.
10. ГАПО. Ф. В-2058. Оп. 1. Д. 85. Л. 9-10 об., 12.
11. ГАПО. Ф. В-2058. Оп. 1. Д. 85. Л. 29 об., 39-40.
12. ГАПО. Ф. В- 1944. Оп. 1. Д. 3. Л. 402.
13. Либстер С. Благоустроим наш областной центр // Великолукская правда. 1950. 14 мая. – С.3.
14. ГАПО. Ф. В-1944. Оп. 1. Д. 3. Л. 324.
15. Великолукская правда. 1952. 1 июня. – С. 1.
16. Великолукская правда. 1952. 27 июня. – С. 3. 6 июля. – С. 1. 12 июля. С. 4.
17. Великолукская правда. 1952. 12 июля. – С. 4.
18. ГАПО. Ф. В-1944. Оп. 1. Д. 19. Л. 281-282.
19. ГАПО. Ф. В-1916. Оп. 1. Д. 279. Л. 74. Ф. В-1944. Оп. 1. Д. 5. Л. 90. Д. 23. Л. 327.
20. ГАПО. Ф. В-1944. Оп. 1. Д. 23. Л. 421, 422.
21. ГАПО. Ф. В-1944. Оп. 1. Д. 35. Л. 14.
22. ГАПО. Ф. В-1944. Оп. 1. Д. 46. Л. 114, 115.
23. ГАПО. Ф. В-1944. Оп. 1. Д. 46. Л. 143.
24. ГАПО. Ф. В-1944. Оп. 1. Д. 66. Л. 15-17.
25. ГАПО. Ф. В-1944. Оп. 1. Д. 66. Л. 13.
26. ГАПО. Ф. В-1944. Оп. 1. Д. 66. Л. 82-84.
27. ГАПО. Ф. В-1944. Оп. 1. Д. 66. Л. 58.

ВСПОМИНАЯ ПЕРВЫЕ БАССЕЙНЫ ВЕЛИКИХ ЛУК

В.В. Орлов

*Средняя общеобразовательная школа № 5,
Россия, г. Великие Луки*

Плавательными бассейнами в настоящее время великолучан не удивишь. Посещают их и малыши, и школьники, и взрослые. А вот в 1960-х гг. появление в нашем городе первых бассейнов вызвало большой ажиотаж. Особенно у ребятни, проживавшей в районе

железнодорожного узла и паровозовагоноремонтного завода. Автор этих строк, живший в то, уже далекое, время поблизости от Дома культуры имени Ленина, хорошо это помнит.

Удобных мест для купания здесь не было. Ловать находилась далеко, речки Лазавица и Ситовка были загрязнены промышленными отходами. Поэтому приходилось пешком или на велосипедах, через Сотово и Лаврино, добираться километра три до рыбопитомника в Зеленой зоне, где все купались. Или мимо деревень Астратово и Гречухино ходить на т.н. «запруду» или «давыдовское озеро» - большой водоем, где разводили карасей, тянувшийся до поселка Коровья Дубрава (ныне просто Дубрава). Но он был менее удобен для купания. т.к. дно его заросло колючим илом. Это тоже было не близко и, «скупнувшись», после возвращения домой снова хотелось в воду.

Поэтому можно понять наш восторг, когда стало известно, что на открывшемся в начале 1960-х гг. стадионе «Локомотив» на улице Гагарина построен и плавательный бассейн, куда бесплатно пускают всех желающих.

Бассейн находился слева от футбольного поля и представлял из себя открытое прямоугольное бетонное сооружение, постепенно углубляющееся с запада на восток. В его восточной части находилась двухъярусная вышка для прыжков в воду, а по краю краской была выведена строгая надпись: «Осторожно, глубина пять метров». Народа в бассейне всегда было много, но действовал он недолго, 2-3 года, после чего был закрыт, очевидно, из-за нарушения правил техники безопасности (ходили слухи, что в нем кто-то утонул) и превращен в пожарный водоем.

В середине 60-х гг. на улице Красный поселок (ныне Малышева), возле ТЭЦ, открылся новый, гораздо более благоустроенный плавательный бассейн, построенный ПВРЗ, просуществовавший значительно дольше первого.

За проволочной оградой с красивой надписью наверху находилась большая, вымощенная каменными плитами территория, на которой было аж три бассейна: «лягушатник» - для купания «всякой мелюзги», спортивный - для проведения соревнований по плаванию с расположенными рядом местами для болельщиков и большой - для всех желающих. Два последних бассейна соединялись подводным проходом. Забраться в них можно было по металлическим лесенкам. Глубина была небольшая и не превышала двух метров. Перед бассейнами был установлен небольшой фонтанчик-душ, чтобы сполоснуться перед купанием или после него. В стене со стороны ТЭЦа был сделан внушительный деревянный туалет с мужским и женским отделениями, служивший также местом для переодевания. Еще две раздевалки находились в служебном здании бассейна, но они использовались только для зимнего купания. Посетители бассейна, которые плохо плавали, могли пользоваться круглыми пенопластовыми кругами выкрашенными в желтый цвет.

Первоначально, для того, чтобы посещать бассейн, надо было сходить в поликлинику к дерматологу и получить от него справку об отсутствии кожных заболеваний. Затем с ней и фотокарточкой 3 на 4 см идти в спортивный отдел ДК имени Ленина, вступить там в ДСО «Локомотив», заплатив за членскую книжечку 50 копеек и, наконец, получить пропуск с фотографией и печатью сроком на один месяц. Пропуск предъявлялся при проходе через ворота бассейна контролеру, который заодно следил и за порядком на территории. В случае нарушения каких-нибудь правил поведения пропуск отбирался. Впрочем, так было только в первые годы. Затем и чистота, и порядок, и дисциплина при функционировании бассейна резко пошла на снижение.

Надо обязательно сказать, что почему-то зимой школьники старших классов сдавали в бассейне нормативы по плаванию. Раздевшись в очень теплых раздевалках и надев на головы резиновые шапочки,

они подныривали через специальный выход в большой бассейн с подогретой водой. Перебравшись затем в спортивный, они по сигналу учителя физкультуры, стоявшем у края бассейна в пальто и зимней шапке, группами в несколько человек выскакивали на свежий воздух и через несколько секунд ныряли в воду. Многим, особенно парням, это даже нравилось.

Плавательный бассейн на улице Малышева просуществовал до конца 1970-х гг. Позднее на его месте была устроена «брызгалка» - система охлаждения воды для ТЭЦ. В XXI в., после гибели локомотиворемонтного завода, территория бассейна заросла молодыми деревьями и кустарником. В служебном здании еще несколько лет назад действовали кафе «Старая таверна» и банкетный зал, ныне закрытые.

ВЕЛИКОЛУКСКИЙ ОБЛАСТНОЙ СОВЕТ ДСО «БУРЕВЕСТИК»

Т.Ю. Савельева

*ГКУ ПО «Государственный архив Псковской области»,
отделение в г. Великие Луки,
Россия, г. Великие Луки*

Добровольное спортивное общество «Буревестник» было образовано постановлением Секретариата ВЦСПС от 3 марта 1936 г., как добровольное спортивное общество профессионального союза работников государственной торговли [1].

После создания Великолукской области начинает складываться система общественных организаций. Великолукский областной комитет профсоюза работников государственной торговли был образован постановлением Секретариата ВЦСПС от 21 ноября 1944 г. [2].

В «Стандартной справке на 1945 год», направленной Великолуцким обкомом профсоюза работников государственной торговли в ЦК профсоюза 23 мая 1945 г., отмечалось, что 10% от суммы членских профсоюзных взносов перечисляется областному Совету ДСО «Буревестник» [3].

1 декабря 1946 г. в области состоялась Первая областная конференция Великолуцкого областного Совета ДСО «Буревестник». В докладе председателя организационного бюро Михайловой отмечалось: «Великолукское областное оргбюро ДСО «Буревестник» организовалось с декабря 5 дня 1945 г. Постановлением президиума обкома Союза госторговли было утверждено Оргбюро в составе 7 человек: Михайловой, Коробок, Богдановой, Григорьева, Михеевой, Москина, Кудрявцевой. Оргбюро активно включилось в работу для создания низовых физкультурных коллективов. За четыре месяца со дня организации было организовано 6 коллективов в г. Великие Луки. Сейчас же...имеем 13 коллективов, из них 7 в г. Великие Луки, 2 в г. Невель, 2 в г. Торопец и 1 в г. Новосокольники, которые объединяют 423 члена ДСО «Буревестник» [4].

В постановлении конференции предполагалась организация спортивных секций в городах: Великие Луки (лыжная, хоккейная, конькобежная), Торопец (лыжная и конькобежная), Невель (лыжная). Наряду с организацией спортивных секций планировалось открыть секции «общей физической подготовки в низовых коллективах» [5].

На организационном пленуме Великолуцкого областного Совета ДСО «Буревестник» 1 декабря 1946 г. председателем была избрана Михайлова К.А., её заместителем, курировавшим учебно-спортивную работу, – Коробок Е.М. [6].

В «Сведениях о штатных физкультурных работниках и ассигнованиях на физкультурную работу в 1946 году по ДСО и коллективам физической культуры

Великолукской области» по ДСО «Буревестник» читаем следующее: облсовет ДСО – 1, штатных работников нет, количество предприятий – 637, в них работающих – 6740, физкультурных коллективов – 9, членов общества – 473, из спортивных сооружений имеется спортплощадка в г. Великие Луки, ведутся работы по организации и оборудованию в г. Великие Луки лыжной базы [7].

По состоянию на 1946 г. облсовет ДСО «Буревестник» располагался по адресу: г. Великие Луки, ул. Пионерская, облторготдел [8].

9 октября 1947 г. Государственная штатная комиссия при Совете Министров СССР решением № 17-3146 утвердила штат Великолукского областного Совета ДСО «Буревестник» в количестве 1 штатной единицы – председателя [9].

7 марта 1948 г. состоялась Вторая областная конференция ДСО «Буревестник», на которой в отчетном докладе за период с 1 января 1947 г. по 24 февраля 1948 г. отмечалось, что «на 1 января 1948 г. организация насчитывала 426 человек...из числа работающих в системе госторговли и потребительской кооперации городов Великие Луки, Невель, Торопец» [10].

По итогам конференции был избран президиум областного Совета ДСО «Буревестник» в составе: Стригина, Тишкова, Коробок, Агаповой, Боровковой. Председателем облсовета избран Тишков Никита Павлович, его заместителем по учебно-спортивной работе – Коробок Ефим Матвеевич [11].

Исполнительный комитет Великолукского областного Совета депутатов трудящихся решением от 24 февраля 1953 г. № 208 утвердил Устав Великолукского отделения ДСО «Буревестник» [12].

В Уставе отмечалось, что «Великолукское отделение Добровольного спортивного общества «Буревестник» является массовой физкультурной организацией профессиональных союзов работников государственной торговли и общественного питания,

связи, потребительской кооперации» [13].

Решением Великолукского горисполкома от 10 марта 1953 г. № 262 было утверждено Положение о стадионе при Великолукском областном Совете ДСО «Буревестник», в котором указывалось, что «стадион имеет в своем распоряжении физкультурные сооружения: футбольное поле, волейбольную площадку, баскетбольную площадку, беговую дорожку с секторами, городошную площадку и т.п.» [14].

На протяжении 1950–1957 гг. при Великолукском областном Совете ДСО «Буревестник» работали следующие секции: лыжная, легкая атлетика, волейбол, плавание, футбол, велосипедная, гимнастика, конькобежная, борьба, штанга, хоккей, баскетбол, городки [15].

Постановлением Секретариата ВЦСПС от 18 апреля 1955 г. объединены добровольно-спортивные общества профсоюзов «Буревестник», «Наука», «Искра», «Медик», «Труд» в одно добровольно-спортивное общество «Буревестник».

Объединенное ДСО «Буревестник» обслуживало членов профсоюзов, работавших в следующих отраслях народного хозяйства Великолукской области: авиационных работников, рабочих автомобильного транспорта и шоссейных дорог, работников высшей школы и научных учреждений, работников государственной торговли и общественного питания, работников государственных учреждений, работников коммунального хозяйства, работников культуры, рабочих местной промышленности, работников связи, работников просвещения, а также работников здравоохранения [16].

10 мая 1955 г. состоялся объединенный пленум Великолукского областного ДСО «Буревестник», на котором был избран президиум облсовета в количестве 9 человек. Председателем облсовета избран Сармин И.С., заместителем – Плотников Е.В. Одновременно объединенный пленум обязал ликвидационные комиссии ДСО «Буре-

вестник», «Наука», «Искра», «Медик», «Труд» закончить ликвидацию дел ДСО и составление ликвидационного баланса к 25 мая 1955 г. [17].

По состоянию на 1 ноября 1955 г. в ДСО «Буревестник» в Великолукской области состояло 4248 членов, объединенных в 59 крупных коллективов физкультуры. Областной Совет в г. Великие Луки располагал стадионом «Буревестник», где создана база для работы спортивных секций [18].

12 марта 1957 г. прошли выборы нового председателя ДСО «Буревестник», им стал Варламов А.С., а также был избран президиум в количестве 7 человек [19].

2 октября 1957 г. была упразднена Великолукская область. ЦС ДСО «Буревестник» 8 октября 1957 г. принял решение «в связи со слиянием (так в документе) Великолукской области в состав Псковской и частично Калининской области, Великолукский областной Совет ДСО «Буревестник» ликвидировать с 1 ноября 1957 г. Обязать председателя Псковского областного Совета принять коллективы физкультуры, материальные ценности и дела Великолукского областного ДСО «Буревестник». Председателю Калининского областного Совета принять коллективы физкультуры Торопецкого, Западновинского и Андреапольского районов» [20].

21 октября 1957 г. на собрании Великолукского городского актива ДСО «Буревестник» заслушано сообщение о ликвидации Великолукского областного отдела ДСО «Буревестник» и об избрании организационного бюро Великолукского городского совета ДСО «Буревестник» [21].

В соответствии с постановлением Президиума ВЦСПС от 30 октября 1957 г. вследствие реорганизации ДСО профсоюзов, ДСО «Буревестник» было ликвидировано. Позже под этим названием было образовано новое общество – студентов и преподавателей высшей школы [22].

Список источников

1. Центральный совет ДСО «Буревестник». - URL: <https://guides.rusarchives.ru/terms/6/369/obedineniya-dobrovolno-sportivnye>. (дата обращения: 27.11.2023).

2. Государственное казенное учреждение Псковской области «Государственный архив Псковской области» (далее – ГКУ ПО «ГАПО»). Ф. В-1963. Оп. 1. Д. 1. Л. 3.

3. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1963. Оп. 1. Д. 1. Л. 14.

4. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1915. Оп. 1. Д. 18. Л. 128, 132.

5. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1915. Оп. 1. Д. 18. Л. 135.

6. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1915. Оп. 1. Д. 18. Л. 139.

7. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1915. Оп. 1. Д. 18. Л. 161.

8. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1915. Оп. 1. Д. 18. Л. 29.

9. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1994. Оп. 4. Д. 328. Л. 1.

10. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1915. Оп. 1. Д. 19. Л. 134.

11. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1915. Оп. 1. Д. 19. Л. 143, 144.

12. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1691. Оп. 1. Д. 796. Л. 111.

13. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1691. Оп. 1. Д. 796. Л. 113.

14. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-888. Оп. 2. Д. 160. Л. 229, 230.

15. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1994. Оп. 4. Д. 328. Л. 5, 18; Д. 329. Л. 10, 97; Д. 329. Л. 44, 64–65.

16. Центральный совет ДСО «Буревестник». - URL: <https://guides.rusarchives.ru/terms/6/369/obedineniya-dobrovolno-sportivnye>. (дата обращения: 27.11.2023); ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1957. Оп. 1. Д. 31. Л. 27.

17. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1957. Оп. 1. Д. 2. Л. 22, 40.

18. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1957. Оп. 1. Д. 2. Л. 55, 56, 61.

19. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1957. Оп. 1. Д. 18. Л. 24.

20. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1957. Оп. 1. Д. 16. Л. 109.

21. ГКУ ПО «ГАПО». Ф. В-1957. Оп. 1. Д. 18. Л. 80.

22. Центральный совет ДСО «Буревестник». - URL: <https://guides.rusarchives.ru/terms/6/369/obedineniya-dobrovolno-sportivnye>. (дата обращения: 27.11.2023).

**ВРАЧ-ОЛИМПИЕЦ. СВЕДЕНИЯ ИЗ БИОГРАФИИ
ГЕННАДИЯ ПАВЛОВИЧА СЛЕПНЁВА ПО
МАТЕРИАЛАМ
МУЗЕЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ВЕЛИКИХ ЛУК
И ГАЗЕТЫ «ВЕЛИКОЛУКСКАЯ ПРАВДА»**

И. О. Саюнов

*ГБПОУ ПО «Великолукский медицинский колледж»,
Россия, г. Великие Луки*

Биография Геннадия Павловича Слепнёва, великолукского врача и спортсмена, участника Игр XV Олимпиады в Хельсинки, не раз попадала в фокус внимания исследователей Великолукского краеведения. Так, можно выделить упоминания о нём в книгах «Памяти живых посвящается» [12, с. 35-35], «Энциклопедии физической культуры и спорта Псковской области» [24, с. 264], «Олимпийская слава Псковщины» [4, с. 21-25].

В настоящее время в Музее здравоохранения Великих Лук хранятся два личных дела Г.П. Слепнёва. В личном деле 1957 г., насчитывающем 11 листов, есть интересные документы, однако отсутствует автобиография. Личное дело 1960 г. состоит из 17 листов, в основном – прошений об очередном отпуске. Впрочем, здесь есть автобиография, написанная рукой Геннадия Павловича с его автографом. Также в музее находится ряд портретных фотографий Геннадия Павловича, к примеру, в альбоме «Участники Великой Отечественной войны 1941–1945 гг. – сотрудники Центральной городской больницы». Также немало упоминаний о Геннадии Павловиче, содержащих не освещённые ранее факты из его спортивной биографии, содержит газета «Великолукская Правда» за 1956–1957 гг.

В данной статье мы постараемся восстановить некоторые эпизоды из его биографии в хронологическом порядке, опираясь на музейные источники и газетные за-

метки, таким образом стараясь не повторять факты, приведённые в уже опубликованных работах.



Г.П. Слепнёв. Фотография из личного дела 1960 г.

Геннадий Павлович Слепнёв родился 21 июля 1921 г. в городе Тейково Ивановской области. С 1936 по 1943 гг. состоял в комсомоле [9, л. 1]. В 1940 г. окончил школу [9, л. 5]. Мобилизован в Красную Армию в октябре 1940 г. [9, л. 2]. Сражался на Ленинградском фронте [8, л. 3]. Награждён орденом Славы III степени 1 февраля 1944 г. Демобилизован в декабре 1946 г. [9, л. 2] в звании лейтенанта медицинской службы [8, л. 4]. С июня 1946 г. состоял в КПСС [9, л. 1].

С февраля 1947 по июль 1948 гг. работал кладовщиком хлебокомбината [8, л. 2] и по совместительству тренером в родном городе Тейково. С 1948 по 1955 гг. учился в Первом Ленинградском медицинском институте им. Академика И.П. Павлова [9, л. 1]. По специальности – хирург [8, л. 1].

В июле 1952 г. был в составе делегации СССР на Олимпийских Играх в Финляндии [9, л. 3].

С декабря 1955 г. жил в Великих Луках. До мая 1957 г. работал хирургом в онкодиспансере и по совместительству – тренером [9, л. 2]. С мая 1957 г. – в городской поликлинике, тренерскую деятельность продолжал [9, л. 2]. В этот период успел поработать с будущим известным врачом, основателем Ленинградской и Санкт-Петербургской школы флебологов Александром Николаевичем Веденским [11, л. 2].

Работа хирурга в диспансере была очень важной, сложной и ответственной. Вот что говорится об этом в книге «50 лет противораковой борьбы», посвящённой 50-летию Великолукского онкологического диспансера: «Чем была хирургическая онкология в 50-х – 60-х годах? Всем. В сущности, тогда это был единственный метод для почти 90% онкобольных, который мог реально спасти жизнь. Кого нельзя было прооперировать, тот был, практически, обречен.

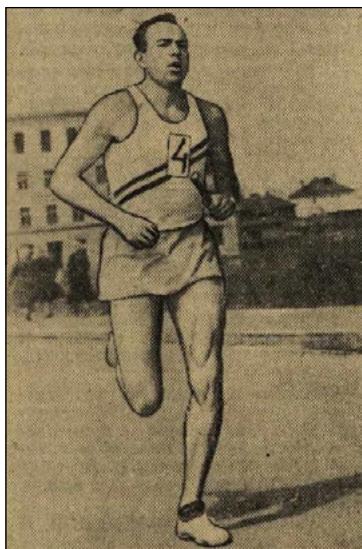
<...>

Вплоть до конца 60-х годов лидерство хирургического метода лечения в Великолукском онкологическом диспансере было бесспорным. Онкология ассоциировалась с хирургией» [1, с. 5-6].

Добавим сюда тяжелые, часто изнурительные, многочасовые операции, которые врачам приходилось вести с исключительной точностью и вниманием, и получим сложную, но благородную работу, которой занимался Геннадий Павлович. При этом спорт, несомненно, даже в такие непростые времена занимал в его жизни важнейшее положение. Легкоатлетом был не только он сам, но и его супруга, также врач по профессии, Алиса Степановна Слепнёва, имя которой нередко появляется в заметках «Великолукской Правды» 1956 г. об очередном городском или областном рекорде великолукских спортсменов. Рассмотрим наиболее значительные упоминания Г.П. и А.С. Слепнёвых в газете за этот период.

24 марта 1956 г. они впервые упоминаются в заметке «Легкоатлеты соревнуются на льду». В ней рассказывается о товарищеском матче легкоатлетов Пскова и Великих Лук в рамках подготовки к Спартакиаде народов РСФСР. У женщин в беге на 60 метров лучший результат – 8 секунд – показала Алиса Степановна Слепнёва, у мужчин в беге на 60 и 300 метров – Геннадий Павлович Слепнёв с результатами 7,2 и 39,3 секунды. Также Геннадий Павлович занял первое место в толкании ядра, а Алиса Степановна – в прыжках. Таким образом, в командном зачёте победу одержали великолучане [7, с. 4].

6 мая Геннадий Павлович с супругой участвовали в традиционной эстафете на приз газеты «Великолукская Правда», посвящённой Дню советской печати. Эстафета проходила по улицам города, старт был дан на площади Ленина, спортсмены участвовали в женской и мужской командах «Буревестника». Во многом благодаря их участию обе команды одержали решительную победу [20, с. 4].



**Г. Слепнёв заканчивает свой этап.
Фото А. Андреева**

29 мая выходит заметка «Две победы москвичей», в которой рассказывается о визите в Великие Луки московской футбольной команды спортивного общества «Химик» и двух её играх с местными сборными командами. В конце заметки отдельным абзацем говорится, что в перерыве футбольного матча было проведено состязание в эстафетном беге 4x100 метров между командами Великолукской и Псковской областей. Великолучане финишировали первыми с результатом 45,9 секунды, что является новым рекордом области. В составе команды победителей выступали Чепас, Слепнёв, Начетов и Борисов [6, с. 4].

Уже 30 мая выходит следующая заметка «Четыре рекорда области», рассказывающая о проведении матчевой встречи по лёгкой атлетике восьми городов области, а также – вне конкурса – Пскова. Победители этой встречи включались в сборную команду области на Спартакиаде народов РСФСР. В воскресенье, 28 мая, в беге на 100 метров участник XV Олимпийских Игр Г.П. Слепнёв в упорной борьбе с псковичом А. Малининым и западнодвинцем Н. Борисовым на последних метрах оторвался от своего ближайшего соперника и победил с результатом 11,1 секунды. Лучший результат по прыжкам в высоту показали А.С. Слепнёва и псковичка Василькова. В мужской и женской эстафетах 4x100 метров, установив два новых рекорда области, победили великолучане, однако ни результаты, ни списки победителей в заметке не приводятся.

В понедельник в беге на 110 и 80 метров с барьерами победили супруги Слепнёвы. Также Геннадий Павлович уверенно закончил дистанцию 200 метров со временем 23 секунды, установив новый рекорд области [5, с. 4].

В июньской заметке «Победа легкоатлетов «Швейпрома»» упоминается, что в проходившем на днях первенстве Великих Лук по лёгкой атлетике представительницей «Буревестника» Алисой Слепнёвой установлено два новых рекорда области: 80 метров с

барьерами она пробежала за 13,1 секунды, а прыгнула в длину на 5 метров. При этом подчёркивается, что прежние достижения принадлежали ей же [13, с. 4].

Менее чем через месяц в заметке «Приз вернулся к легкоатлетам “Буревестника”» рассказывается, что в рамках лично-командного первенства легкоатлетов на стадионе «Буревестник» ею был побит и этот рекорд. Алиса Степановна, которой, по словам автора заметки, долго не удавалось преодолеть пятиметровый рубеж в прыжках в длину, на этот раз преодолела его дважды с лучшим результатом 5 метров 19 сантиметров, что стало новым рекордом области. Рекордную сумму очков – 3675 – набрала она и в пятиборье.

Среди мужчин Г.П. Слепнёв показал результат 11,1 секунды в беге на 100 метров, а также, не отставая от супруги, установил два рекорда области: пробежал 200 метров за 22,5 секунды и набрал в десятиборье 4837 очков [3, с. 4].

В заметке «К новому подъёму физкультуры и спорта» от 5 августа упоминается, что супруги-врачи Слепнёвы успешно выступили на Спартакиаде народов РСФСР, однако никаких подробных сведений при этом не приводится [22, с. 2].

22 августа в «Великолукской Правде» выходит статья «Незабываемые впечатления», в которой Геннадий Павлович делится впечатлениями о прошедшей Спартакиаде и новом спортивном комплексе в Лужниках, со знанием дела отмечая, что он лучше и комфортнее даже олимпийского стадиона в Хельсинки. Он рассказывает о прошедших соревнованиях, анализирует собственные результаты и выступления других спортсменов, упоминает, что пробежал 400 метров за 48,4 секунды, что на 0,2 секунды лучше, чем в 1952 г., накануне Олимпийских игр, и является его личным рекордом и новым рекордом области. Результат команды в эстафетном беге 4x400 метров – 3 минуты 12,2 секунды стал новым рекордом Российской Федерации. За участие в этом беге Геннадий Павлович и

его товарищи были награждены серебряными жетонами.

Завершают рассказ следующие строки: «Как участник финала Спартакиады я включён кандидатом в состав олимпийской команды. Тренироваться предполагаю в Великих Луках, где меня ждёт моя постоянная работа хирурга в онкологическом диспансере. Моими помощниками будут участники легкоатлетической секции «Буревестника», с которыми я занимаюсь.

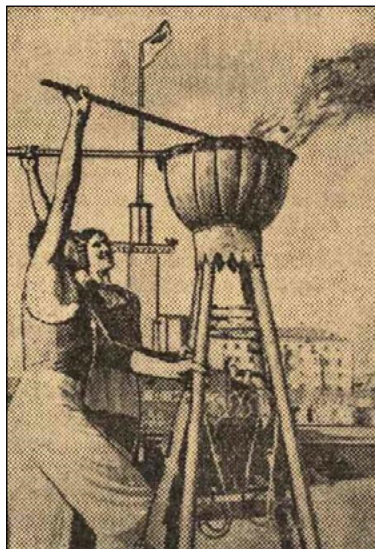
Очень хочется передать свой опыт, пополнившийся после участия в Спартакиаде народов СССР, молодым спортсменам. Может быть, этим смогу помочь выйти великолукским легкоатлетам в число лучших по республике» [18, с. 4].

Наконец, в номере от 23 ноября Геннадий Павлович в единственный раз упоминается не как спортсмен, а как хирург. Заметка называется «Трудящиеся благодарят врачей. (По письмам читателей)». Это подборка благодарностей медицинским работникам города из читательских писем, и в ней в числе прочего говорится, что Н. Рудомётов из Куньинского района благодарит врачей Великолукского онкологического диспансера Татьяну Ароновну Слепак и Геннадия Павловича Слепнёва [21, с. 3].

В мае 1957 г., согласно заметке «На старте спортивного лета», Геннадий Павлович выступал «в ответственных соревнованиях в Ленинграде», где вновь выполнил норматив первого спортивного разряда, лишь на 0,1 секунды «не дотянув» до областного рекорда [10, с. 1].

1957 г. оказался для нашего города полон событиями. Наверное, самым ярким и положительным из них стал Великолукский областной фестиваль молодёжи. Именно с ним связаны две следующие статьи, в которых упомянут Геннадий Павлович. 18 июня в заметке «Радостный праздник. Первый областной молодёжный фестиваль» написано, что ему и Л. Ловцовой, как лучшим спортсменам области, была предоставлена честь зажечь фестивальный огонь на треножнике, установленном на площади

Ленина. Заметка эта сопровождается фотографией, запечатлевшей момент зажжения [17, с. 1].



Г. Слепнёв и Л. Ловцова зажигают фестивальнй огонь. Фото В. Назарова

19 июня в статье «Походкой гордой, с песней твёрдой шагает молодость вперёд» написано: «Ещё не был поднят флаг фестиваля, не был зажжён фестивальнй огонь, а на стадионе “Буревестник” начались спортивные состязания.

<...>

Неожиданным оказался результат финального забега мужчин на 100 метров. Он принёс победу представителю Октябрьского района Николаю Борисову. Его время 11,4 секунды. Опытный спортсмен, чемпион области Геннадий Слепнёв отстал на 0,1 секунды» [14, с. 2].

3 июля в заметке «Пять рекордов области» говорится, что ветеран лёгкой атлетики Геннадий Павлович Слепнёв снова отличился высокими результатами. Он установил новый рекорд области в беге на 200 метров с барьерами – 25,8 секунды. На другой дистанции барьерного бега

– 400 метров – он также занял первое место, значительно опередив соперников [16, с. 4]. Первый рекорд также упоминается в статье председателя областного комитета по физкультуре и спорту В. Шатрова «На уровень новых задач», в которой анализируется текущее состояние физкультурно-массовой и спортивной работы в области и ставятся новые задачи по ним [23, с. 3].

В статье «Праздник здоровых, сильных, ловких», опубликованной 21 июля, Г.П. Слепнёв упомянут в числе опытных спортсменов, показывающих хороший пример молодёжи в упорстве в достижении цели и неуклонном стремлении повысить своё мастерство [15, с. 1].

Наконец, 16 августа в заметке о первенстве области по лёгкой атлетике среди сборных команд добровольных обществ сказано, что Геннадий Павлович победил в финальном забеге на 100 метров с результатом 11,2 секунды, а также победил в десятиборье, набрав 5091 очко [2, с. 4].

Вернёмся к личным делам из фондов Музея здравоохранения Великих Лук, которые также дают определённое представление о спортивной деятельности Геннадия Павловича в дальнейшем. Так, 25 мая 1959 г. датируется письмо заведующему горздравотделом Д.М. Балкарей от председателя облпотребсоюза Борисова на бланке областного комитета по физической культуре и спорту исполнительного комитета Псковского областного совета депутатов трудящихся. В этом письме он указывает, что в связи с проведением в 1959 г. 2-й Спартакиады народов РСФСР Псковский областной союз спортивных обществ и организаций просит освободить от работы участника сборной команды области по лёгкой атлетике Геннадия Павловича Слепнёва с 27 мая по 28 июня указанного года для участия в Спартакиаде в городе Выборге. Зарплату при этом сохраняет облпотребсоюз [8, л. 6].

Приказом по городскому отделу здравоохранения №236 от 29 мая 1959 г. врач онкологического диспансера

Г.П. Слепнёв командирован в Псков для прохождения учебно-тренировочного сбора по лёгкой атлетике и участия в Спартакиаде народов РСФСР сроком на 1 месяц: с 26 мая по 26 июня 1959 г. на основании приказа облздравотдела №584 от 26 мая 1959 г. [8, л. 9].

В личном деле есть и письмо от 16 декабря 1960 г. председателя президиума Великолукского городского совета Всесоюзного добровольного спортивного ордена Ленина общества «Спартак» И. Скобцова, в котором он ходатайствует о разрешении для Г.П. Слепнёва выехать в Москву на Всесоюзное совещание тренеров с 18 по 26 декабря в связи с вызовом Федерации лёгкой атлетики СССР. Расходы по командированию Г.П. Слепнёва брало на себя общество «Спартак» [8, л. 7].

В втором письме от 18 января 1961 г. товарищ Скобцов от лица Великолукского городского совета общества «Спартак» просил освободить Г.П. Слепнёва от работы с 18 по 25 января включительно для участия в первенстве по лёгкой атлетике согласно вызову Республиканского совета общества «Спартак». Заработную плату при этом сохранял «Росспартак» [8, л. 11].

Приказом по городскому отделу здравоохранения №162 от 31 марта 1959 г. Г.П. Слепнёв командировался в Псков на конференцию Союза Спортивных обществ на срок с 1 по 3 апреля. Проезд обеспечивал горсовет спортивных обществ [8, л. 8].

В служебной характеристике, находящейся во втором деле, говорится, что в поликлинике Геннадий Павлович работал врачом по контролю над занимающимися физкультурой. Принимал активное участие в художественной самодеятельности. В 1961 г. был председателем местного комитета больницы. В 1962–1963 учебном году в сети партийного просвещения являлся руководителем политического кружка, который был организован для фельдшеров здравпунктов при поликлинике [9, л. 13]. 20 ноября 1962 г. подал прошение о разрешении работать по совместительству в

качестве врача лечебной физкультуры поликлинического отделения [9, л. 15].

Приказом №864 по городской объединённой больнице от 2 декабря 1963 г. был освобождён от занимаемой должности в связи с переводом на станцию скорой помощи с 23 ноября 1963 г. [9, л. 16].

На этом сведения, которые можно почерпнуть из личных дел, завершаются. С ноября 1963 по январь 1976 гг. Геннадий Павлович Слепнёв был главным врачом отделения скорой помощи [4, с. 23]. К сожалению, сведений о спортивной деятельности начиная с этого периода в музее нет, однако в фондах хранится «Справка о работе Великолукского отделения скорой помощи при 2-й Псковской облбольнице в свете решений Псковского Облсполкома, Облздравотдела и Областного Мед. Совета от 1974–1975 гг.», из которой становится ясно, что под его руководством отделение работало исправно: расширялся штат, возрастало оснащение выездных бригад, обеспечивалось круглосуточное дежурство терапевтов, хирургов и педиатров, количество выездных бригад составляло семь, а в праздничные дни – восемь, а автомашин «РАФ» в гараже было девять [19, л. 1].

С 1976 по 1977 гг. Геннадий Павлович был врачом скорой помощи, а с 1 июля 1977 г. до выхода на пенсию – старшим врачом здравпункта и преподавателем Великолукского филиала института физической культуры имени П.Ф. Лесгафта. Ушёл из жизни Геннадий Павлович в 2002 г. [4, с. 24].

Приведённые выше факты касаются ограниченного периода времени и не дают исчерпывающей картины жизни Геннадия Павловича Слепнёва, разностороннего человека, врача и спортсмена, добившегося в каждом из своих занятий немалых высот, однако они являются важным дополнением для составления его научной биографии и могут послужить основой для дальнейших биографических исследований.

Список литературы

1. 50 лет противораковой борьбы / сост. Тюриков А.П. – Великие Луки: 1998. – 30 с.
2. Андреев, А. Новый рекорд Луизы Ловцовой / А. Андреев // Великолукская Правда. – 1957. – №162. – С. 4.
3. Андреев, А. Приз вернулся к легкоатлетам «Буревестника» / А. Андреев // Великолукская Правда. – 1956. – №132. – С. 4.
4. Белюков, Д.А. Олимпийская слава Псковщины: псковичи – победители, призёры и участники Олимпийских игр: монография / Д.А. Белюков. – Великие Луки, 2020. – 266 с.: ил.
5. Горюшкин, А. Четыре рекорда области / А. Горюшкин // Великолукская Правда. – 1956. – № 108. – С. 4.
6. Две победы москвичей // Великолукская Правда. – 1956. – № 107. – С. 4.
7. Легкоатлеты соревнуются на льду // Великолукская Правда. – 1956. – № 61. – С. 4.
8. Личное дело врача Г.П. Слепнёва 1957 года // Музей Здравоохранения Великих Лук, коллекция личных дел медицинских работников. – 11 л.
9. Личное дело врача Г.П. Слепнёва 1960 года // МЗВЛ, коллекция личных дел медицинских работников. – 17 л.
10. На старте спортивного лета // Великолукская Правда. – 1957. – № 107. – С. 1.
11. Наше вчера и сегодня. Очерк к сорокалетию со дня организации онкологического диспансера и онкологической службы в городе Великие Луки и прилегающих районах области. МЗВЛ, фонд документов медицинских учреждений, коллекция документов онкологического диспансера. – 3 л.
12. Памяти живых посвящается / составитель В.А. Попов. – Великие Луки: 2003. – 48 с.
13. Победа легкоатлетов «Швейпрома» // Великолукская Правда. – 1956. – № 118. – С. 4.
14. Походкой гордой, с песней твёрдой шагает молодость вперёд // Великолукская Правда. – 1957. – № 121. – С. 2.

15. Праздник здоровых, сильных, ловких // Великолукская Правда. – 1957. – № 144. – С. 1.

16. Пять рекордов области // Великолукская Правда. – 1957. – № 131. – С. 4.

17. Радостный праздник. Первый областной молодёжный фестиваль // Великолукская Правда. – 1957. – № 120. – С. 1.

18. Слепнёв, Г. Незабываемые впечатления / Г.П. Слепнёв // Великолукская Правда. – 1956. – № 167. – С. 4.

19. Справка о работе Великолукского отделения скорой помощи при 2-й Псковской облбольнице в свете решений Псковского Облисполкома, Облздравотдела и Областного Мед. Совета от 1974–1975 гг. МЗВЛ, фонд документов медицинских учреждений, коллекция документов скорой медицинской помощи. – 5 л.

20. Супонев, М. Эстафета на приз газеты «Великолукская Правда» / М. Супонев // Великолукская Правда. – 1956. – № 92. – С. 4.

21. Трудящиеся благодарят врачей (По письмам читателей) // Великолукская Правда. – 1956. – № 232. – С. 3.

22. Шатров, В. К новому подъёму физкультуры и спорта / В. Шатров // Великолукская Правда. – 1956. – № 155. – С. 2.

23. Шатров, В. На уровень новых задач / В. Шатров // Великолукская Правда. – 1957. – № 143. – С. 3.

24. Энциклопедия физической культуры и спорта Псковской области / главный редактор Р. М. Городничев, д.б.н., профессор, зам. гл. ред. Г. Т. Трофимова, к.ф.н., профессор. – Великие Луки: 2007. – 376 с.: ил.

БОКС НА СТРАНИЦАХ ГАЗЕТЫ «ВЕЛИКОЛУКСКАЯ ПРАВДА» В 50-80-х гг. XX в.

А.С. Эйсмонт

*МБУК «Великолукская центральная городская библиотека им. М.И. Семевского»,
Россия, г. Великие Луки*

Все стоящее в этом мире имеет свою историю. А знать эту историю - дело чести каждого человека. Бокс - не исключение. Вспомним его насыщенное событиями прошлое.

Развитие бокса как вида спорта началось в России только в конце XIX в. На единую научную и организационную основу бокс был поставлен уже после Октябрьской революции. В апреле 1918 г. декретом ВЦИК в стране было введено обязательное военное обучение – Всевобуч. Помимо военно-прикладных видов спорта, в программу обучения входил бокс. Было решено создать специальные учебные заведения по подготовке спортивных специалистов-преподавателей. Первым таким заведением стал отдел физического воспитания при Военно-медицинской Академии, позже реорганизованный в Главную военную школу физического образования трудящихся.

В апреле 1926 г. прошел первый чемпионат СССР, в котором участвовали 23 боксера. Второй чемпионат СССР состоялся лишь в 1933 г., после чего первенства страны стали разыгрываться регулярно. В 1935 г. было принято правительственное Постановление о создании специальных общественных организаций – секций по различным видам спорта, в результате чего была создана Всесоюзная секция бокса (с 1959 – Федерация бокса СССР). В 1941–1943 гг. чемпионаты страны не проводились (разыгрывалось только первенство Москвы). В 1944 г., когда исход войны был фактически

предрешен, постановлением правительства лучших специалистов начали возвращать в народное хозяйство, в их числе были и известные боксеры. В 1944 г. в июне был проведен очередной чемпионат СССР по боксу. Тогда же было разыграно и первое Всесоюзное юношеское первенство. Помимо чемпионатов страны, начинают проводиться чемпионаты областей и республик, с 1958 разыгрываются молодежные первенства страны, а с 1968 – Кубок СССР. К 1990 г. общее число боксеров в СССР составляло более 330 тысяч человек.

В сегодняшние дни благодаря Интернету и социальным сетям можно узнать о боксе многое, следить за поединками, пересматривать нокауты, информация о спортсменах доступна каждому. В статье предлагается проследить историю великолукского бокса по материалам газеты «Великолукская правда» с 1950-х до конца 1980-х гг. XX в.

Статьи освещают соревнования разного уровня. Отдельного внимания заслуживают публикации о первенствах Всесоюзного общества «Спартак». В начале 1935 г., когда в СССР уже было два спортивных ведомства («Динамо» и ЦДКА), было решено организовать физкультурное общество, задачей которого было объединение спортсменов-производственников. И 19 апреля 1935 г. официально было создано Всесоюзное добровольное физкультурное общество «Спартак».

Лично-командное первенство общества «Спартак» по боксу проходило в Великих Луках в феврале 1959 г. в драматическом театре, где принимали участие члены сборной команды СССР – М. Муха (Украина), В. Ботвинник (Белоруссия), чемпион третьих дружеских спортивных игр молодежи Р. Томулис (Литва). Подробно о первом дне соревнований написано в статье В. Полякова «Состязания начались» в газете «Великолукская правда» от 24 февраля 1959 г. «12 часов дня. На сцену под овации присутствующих в зале поднимаются капитаны команд. Заместитель председателя горисполкома т. Милохин поздравляет

спортсменов с началом соревнований. Приветствовать боксеров пришли пионеры. Флаг состязаний поднимают чемпион СССР среди молодежи Мирон Муха, чемпион Российской Федерации, участник первой сборной команды РСФСР и СССР Борис Соловей и другие. Оркестр исполняет гимн Советского Союза... Особый интерес у зрителей вызвала встреча между боксерами Мироном Муха и чемпионом Туркмении Владимиром Погосовым. Это был настоящий поединок двух хотя и молодых, но уже опытных спортсменов. В первом раунде стремительно наступал Погосов, но его удары не достигали цели. Небольшого роста, верткий, Муха умело защищался и время от времени сам переходил в атаку. Во втором раунде Погосов снизил темп нападения, и Муха не преминул воспользоваться этим. Встреча закончилась с явным преимуществом украинского боксера». Соревнованиям посвящены еще две публикации «Они вышли в финал» и «Победили сильнейшие».

В марте 1963 г. в Доме физкультуры проходило личное первенство среди юношей общества «Спартак», о чем свидетельствуют статьи Е. Жуковой, А. Андреева, главного судьи соревнований В. Козлова.

Еще одно соревнование общества «Спартак» проходило в марте 1964 г., о чем рассказывает А. Андреев в публикации «На ринге – мастера спорта»: «... 17 часов. Спортивный зал переполнен зрителями. Спортсмены выстраиваются на парад. С приветственным словом выступил секретарь горкома ВЛКСМ т. Чепала. Звучит гимн Советского Союза. На подъем флага выходят мастера спорта по боксу Самсонов, Пестун, Дворников, Ломакин и Малев». Из статей можно узнать, что в финал соревнований вышел великолучанин В. Пискунов, где он провел бой с мастером спорта А. Малевым (Москва). Во втором раунде наш земляк отказался от продолжения боя.

Снова в драматическом театре первенство общества «Спартак» прошло в сентябре 1965 г., о чем информирует статья А. Иванова «Чемпионы ринга готовятся к ответ-

ственным сражениям».

В марте 1987 г. лично-командное первенство по боксу Российского совета ДСО «Спартак» среди юношей проходило в Доме культуры Ленинского комсомола. А. Андреев пишет: «Право поднять флаг соревнований было предоставлено прошлогоднему чемпиону Российского совета «Спартак» А. Матвейчуку (Иркутск). На сцене у ринга почетный гость соревнований, Герой Советского Союза И.Н. Селягин». В соревнованиях принимал участие великолучанин Е. Синельников, который одержал победу над А. Ведешкиным (Белгород). Чемпионом Российского совета ДСО «Спартак» стал великолучанин В. Баутенок (тренер Е. Клевцов).

Информационными являются статьи о боксерах Великих Лук, которые принимали участие в соревнованиях в других городах. Так, 20-летний кандидат в мастера спорта Андрей Тимощенко, слесарь Великолукского льнокомбината, стал победителем командного первенства по боксу в Душанбе (1982 г.).

В городе Каспийске Дагестанской АССР на первенстве Российского совета ДСО «Спартак» победу одержал великолучанин Сергей Костюченков, выпускник ГПТУ-3. (тренер Е.А. Клевцов). Сергей Костюченков стал лучшим и на первенстве по боксу Всесоюзного спортивного общества «Спартак» среди юниоров в Могилеве в сентябре 1982 г., о чем свидетельствует статья «Из Могилева – с победой». В 1984 г. в статье «Растет мастерство» Л. Арапова также рассказывается о достижениях Сергея Костюченкова. Он победил в финале мастера спорта из Белгорода Геннадия Зинченко и уверенно занял первое место в первенстве Российского совета ДСО «Спартак» по боксу среди взрослых в Петрозаводске. Также на этих соревнованиях Псковскую область представляли Виктор Зенков и Андрей Тимощенко.

Л. Арапов освещал бокс и в 1984 г. В статье «Взял рубеж мастера» от 21 сентября 1984 г. он пишет об участии великолучан С. Костюченкова и В. Зенкова в Открытом

первенстве «Спартака» в Иваново: «В финале стойкости, мужеству, напору, волевому настрою С. Костюченкова противостоял двукратный призер чемпионатов СССР, мастер спорта из Владимира В. Лисичкин. Это был лучший бой великолучанина! Судьи заслуженно присудили победу Сергею Костюченкову. Он стал чемпионом страны среди спартаковцев, выполнив норматив мастера спорта СССР». В. Зенков становится третьим в своей весовой категории.

В газете «Великолукская правда» имеются публикации и о зональных первенствах по боксу. Так, 8 июля 1950 г. соревнования проходили в областном драматическом театре. В течение двух дней были проведены 34 встречи. Зрительный зал был переполнен. В 1952 г. великолучане принимали участие в зональных соревнованиях на первенство РСФСР среди юношей, которые проходили в Пскове. Успешно выступил член команды Николай Беляев (первое место), Владимир Байков и Иван Тимофеев заняли третье место в своих весовых категориях. С 14 по 19 апреля 1965 г. зональные соревнования проходили в Новгороде. Честь Псковщины защищали юные боксеры Великих Лук – воспитанники тренера Е. Клевцова. Первые места в своих весовых категориях заняли Валерий Рыбинский и Анатолий Архипов. Игорь Павлов был вторым, а Матросов, Находка, Родченко и Лизунков заняли третьи места.

Об областных соревнованиях рассказывают статьи М. Супонева, А. Андреева и В. Фоничева. Вот что написано в статье «Спортивное воскресенье» М. Супонева от 30 июня 1953 г.: «Много зрителей привлекли соревнования на первенство области по боксу среди юношей, которые проводились в парке на Краснофлотской набережной. 35 спортсменов из областного центра, Октябрьского и Ленинского районов выступали на ринге. Способным боксером показал себя великолучанин Кузнеченков. Лишь финальный бой с Гусевым он выиграл по очкам, а предыдущие встречи заканчивались до истечения

положенного времени ввиду его явного преимущества. Спешно выступал Щербаков (Великие Луки). В трудном бою он победил Амбросова и легко выиграл остальные встречи.

Но следует сказать, что некоторые спортсмены были слабо подготовлены. Это во многом объясняется тем, что соревнования по боксу в области проводятся крайне редко, и боксеры по существу лишены возможности накапливать опыт и совершенствовать свое мастерство.

Звания чемпионов области среди юношей завоевали великолучане Никитин, Кузнеченков, Щербаков, Котов, Наумов, Буйко».

В апреле 1956 г. соревнования проходили в Великих Луках, где приняли участие 50 спортсменов. В статье «Первенство оспаривают 50 спортсменов» можно прочитать о победе великолучан Д. Антона, В. Пискунова, В. Бурдукова, Г. Сивцева и М. Начетова. Первенство области среди юношей проходило в Пскове в мае 1964 г. Победителями в личном первенстве оказались Осипов, Гальковский, Павлов и Чистов.

Интересными и информативными являются публикации о поединках в рамках различных встреч.

Первенство четырех городов Великие Луки, Витебск, Рязань, Калуга проходило в Великих Луках в мае 1964 г. Публикации в газете А. Андреева сопровождаются фотографиями и подробно рассказывают о двухдневном турнире. Отличились в нем великолучане Анатолий Берзин (школа №8), Валерий Рыбинский (школа №3), Виктор Находка (школа №8), Владимир Позднеев (железнодорожный техникум).

О Всероссийских юношеских спортивных играх в Ярославле коротко написано в рубрике «Спортивная панорама» от 30 апреля 1985 г., где победу одержал Андрей Костюченков, воспитанник Е. Клевцова.

Всесоюзный юношеский турнир по боксу, посвященный 45-ой годовщине подвига Героя Советского Союза Александра Матросова и освобождению города Великие Луки от немецко-фашистских захватчиков, собрал на

великолукской земле боксеров Белоруссии, Эстонии, Латвии, Украины и других республик 24-25 января 1988 г. Интересный бой проходил между чемпионами Калужской и Псковской областей В. Морецким и великолучанином А. Шаровым. В трудном поединке победителем стал наш земляк. Победителями Всесоюзного турнира стали великолучане П. Алферьев, А. Шаров, И. Васильев, В. Баутенок и Ю. Кудрявцев. Символичной стала победа Игоря Матросова. Удачный бой он провел в день своего рождения.

Достижения великолучанина В. Пискунова отмечены в статье «Растут ряды сильных» председателя городского совета ДСО «Труд» В. Селезнева от 11 августа 1962 г. А победы С. Костюченкова, В. Зенкова освещены в статье, посвященной пятидесятилетию Всесоюзного добровольного спортивного общества «Спартак».

Об открытии Дома физкультуры рассказывает статья В. Полякова от 16 января 1963 г. «Дом физкультуры»: «В малом зале состоялись показательные выступления боксеров. В быстром темпе провели бой слесарь вагонного депо перворазрядник Виктор Осипов и учащийся первой школы второразрядник Алексей Иванов. Интересной была встреча и перворазрядников Виктора Пискунова и Евгения Клевцова».

Перечисленные сведения это только малая часть истории бокса в Великих Луках и данная тема ждет дальнейших исследований.

Список литературы

1. Андреев, А. На ринге юные боксеры / А. Андреев // Великолукская правда. – 1988. – 23 янв.
2. Андреев А. Матч четырех городов / А. Андреев // Великолукская правда. – 1964. – 17 мая.
3. Андреев А. Первенство оспаривают 50 боксеров / А. Андреев // Великолукская правда. – 1956. – 8 апр.
4. Арапов, Л. Взят рубеж мастера / Л. Арапов // Великолукская правда. – 1984. – 21 сент.
5. Арапов, Л. Растет мастерство / Л. Арапов //

Великолукская правда. – 1984. – 25 мая.

6. Максимов, И. Растет боксер / И. Максимов // Великолукская правда. – 1982. – 7 янв.

7. Поляков, В. Дом физкультуры / В. Поляков // Великолукская правда. – 1963. – 16 янв.

8. Поляков, В. Состязания начались / В. Поляков // Великолукская правда. – 1959. – 24 февр.

9. Сильнейшие боксеры «Спартака» // Великолукская правда. – 1959. – 17 февр.

10. Супонев, М. Спортивное воскресенье / М. Супонев // Великолукская правда. – 1954. – 30 июн.

Подписано в печать 00.05.2024. Формат 60x90^{1/16}.
Объём 00,0 п.л. Тираж 00 экз. Заказ 0000.

Отпечатано в ООО «Великолукская типография».
182100, Псковская область, г. Великие Луки,
ул. Полиграфистов, 78/12.
Тел./факс: (8513-53) 3-62-95.
E-mail: zakaz@veltip.ru
Сайт: <http://www.veltip.ru/>