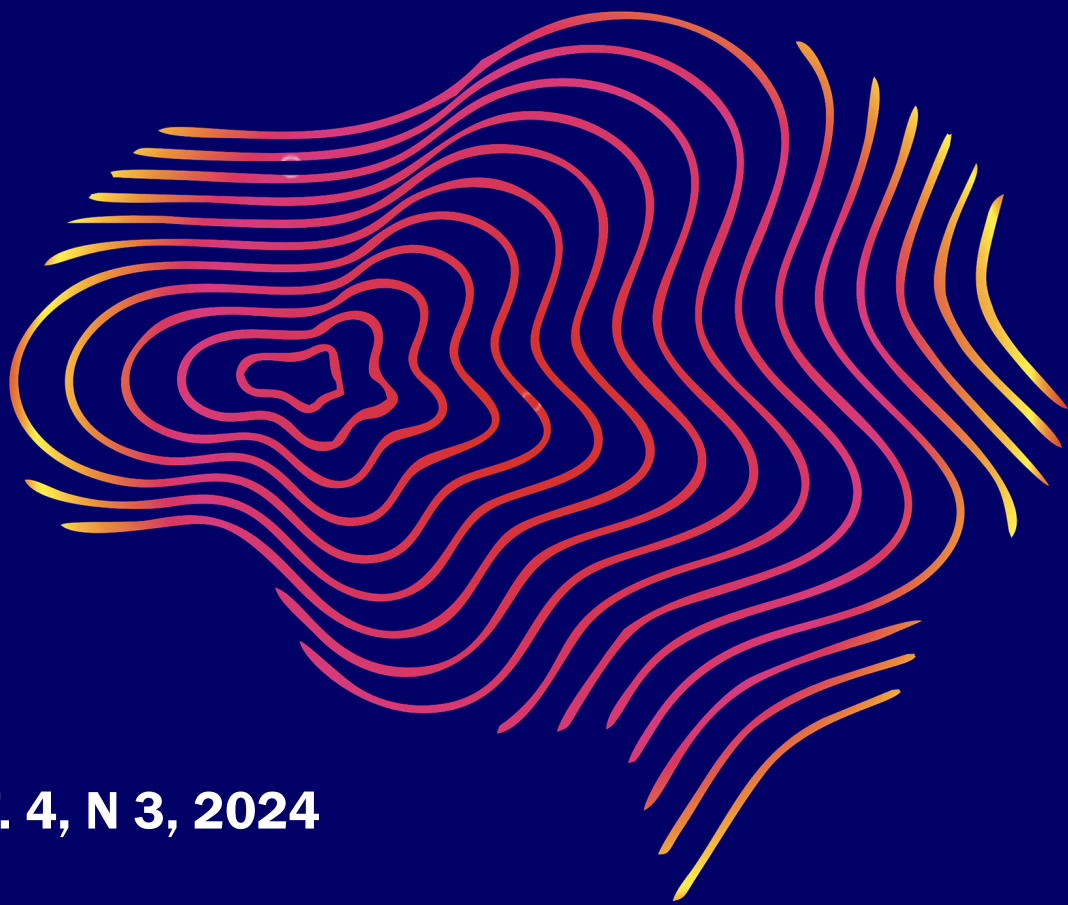


АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ

**Current Issues of
Sports Psychology and Pedagogy**



T. 4, N 3, 2024

ISSN 2782-5930 (Online)

**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ
СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ
И ПЕДАГОГИКИ**

**CURRENT ISSUES
OF SPORTS PSYCHOLOGY
AND PEDAGOGY**

Т. 4, N 3, 2024

Журнал основан в 2021 г.
Выходит 4 раза в год

Established in 2021 Frequency
of publication: quarterly

Учредитель – Уральский федераль-
ный университет имени первого
Президента России Б. Н. Ельцина
(УрФУ) 620002, Свердловская обл.,
г. Екатеринбург, ул. Мира, д. 19

Publisher: Ural Federal University
named after the first Russian President
B. N. Yeltsin (URFU) 19 Mira St.,
Yekaterinburg, Sverdlovsk reg., Russia,
620002

Свидетельство о регистрации
выдано Роскомнадзором
Эл № ФС77-81159 от 25.05.2021

Certificate issued by Department
of Roskomnadzor El No FS77-81159
of 25.05.2021

«Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики» – рецензируемый научный журнал, ориентированный на широкий круг исследований в области спортивной психологии и педагогики. Цель журнала заключается в развитии международного обмена научными знаниями по вопросам психолого-педагогической подготовки спортсменов, кросс-культурной спортивной психологии и педагогики, психологии и педагогики адаптивного спорта. Приоритет отдается оригинальным публикациям, которые ориентированы как на теоретические, так и прикладные исследования. К публикации принимаются статьи на русском, английском языках. Полнотекстовая версия журнала находится в свободном доступе на сайте журнала и размещается на платформе Российского индекса научного цитирования (РИНЦ) Российской универсальной научной электронной библиотеки. Полная информация о журнале и правила оформления статей размещены на сайте: <http://sportpp.ru>

«Current Issues of Sports Psychology and Pedagogy» is a peer-reviewed academic journal focusing on a wide range of research in the field of sports psychology and pedagogy. The Journal aims to develop an international exchange of scientific knowledge on the issues of psychological and pedagogical training of athletes, cross-cultural sports psychology and pedagogy, psychology and pedagogy of adaptive sports. Priority is given to original publications that focus on both theoretical and applied research. Articles in Russian and English are accepted for publication. The full-text version of the journal is freely available on the journal's website and is posted on the platform of the Russian Science Citation Index (RSCI) The Russian Universal Scientific Electronic Library. Full information about the journal and the rules for the design of articles are posted on the website: <http://sportpp.ru>

Адрес редакции: Россия, 620078,
Екатеринбург, ул. Коминтерна, 14, ком. 408
Уральский федеральный университет, 2021
E-mail: sportpsypedagogy@yandex.ru

Editorial office address: 14 Kominterna,
room 408, Yekaterinburg, 620078, Russia
E-mail: sportpsypedagogy@yandex.ru

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

С.А. Воробьев, директор ФГБУ «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры», канд. пед. наук, доцент, Санкт-Петербург, Россия

В.Л. Назаров, д-р пед. наук, доцент, Уральский Федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, г. Екатеринбург

Н.В. Третьякова, д-р пед. наук, доцент, Уральский Федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, г. Екатеринбург

A. Garcia-Mas, PhD(Psychology), Full Professor, University of the Balearic Islands, Palma, Majorca, Spain

D.P. Delcampo, PhD (Psychology), Professor, University of Valencia, Valencia, Spain

С.П. Евсеев, д-р пед. наук, профессор, член-корреспондент РАО, вице-президент Паралимпийского комитета России, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, г. Санкт-Петербург

T.S. Iancheva, PhD, Dr. Sc. (Psychology), professor, Vice-Rector for Research and International Activities of the National Sports Academy “Vasil Levski, Sofia, Bulgaria

T.V. Ryba, PhD (Psychology), associate Professor at the University of Jyväskylä, Jyväskylä, Finland

S. Serpa, PhD (Psychology), Invited Full Professor - Lusofona University, Lisbon, Portugal

И.П. Симоенкова, канд. психол. наук, Генеральный секретарь Ассоциации спортивных психологов Латвии, Рига, Латвия

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Е.С. Набойченко, главный редактор, д-р психол. наук, профессор, зав. каф. клинической психологии и педагогики, Уральский государственный медицинский университет, г. Екатеринбург

А.А. Банаян, канд. психол. наук, зав. лабораторией психологии и психофизиологии спорта ФГБУ «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры», г. Санкт-Петербург

Г.Б. Горская, д-р психол. наук, профессор, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар

Е.В. Кетриш, канд. пед. наук, доцент, Уральский Федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, г. Екатеринбург

И.С. Крутько, д-р пед. наук, доцент, Уральский Федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, г. Екатеринбург

Г.А. Кузьменко, д-р пед. наук, профессор, Московский педагогический государственный университет, г. Москва

А.Е. Ловягина, канд. психол. наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный университет, г. Санкт-Петербург

В.С. Макеева, д-р пед. наук, профессор, Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма, г. Москва

А.Н. Николаев, д-р психол. наук, доцент, Псковский государственный университет, г. Псков

М.В. Носкова, канд. психол. наук, доцент, Уральский государственный медицинский университет, г. Екатеринбург

Л.А. Рапопорт, д-р пед. наук, профессор, Уральский Федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Министр физической культуры, спорта и молодежной политики Свердловской области, г. Екатеринбург

Л.Н. Рогалева, канд. психол. наук, доцент, Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, г. Екатеринбург

Г.И. Семенова, канд. пед. наук, доцент, Уральский Федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, г. Екатеринбург

Л.Г. Уляева, канд. психол. наук, доцент, Московский государственный университет спорта и туризма, президент Ассоциации спортивных психологов, г. Москва

Д.В. Федулова, канд. биол. наук, Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, г. Екатеринбург

Е.Е. Хвацкая, канд. психол. наук, доцент, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, г. Санкт-Петербург

Г.А. Ямалетдинова, д-р пед. наук, профессор, Гуманитарный Университет, г. Екатеринбург

УЧРЕДИТЕЛЬ

Уральский Федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина

THE EDITORIAL COUNCIL

- D.P. Delcampo**, PhD (Psychology), Professor, University of Valencia, Valencia, Spain
S. P. Evseev, Dr.Sc. (Pedagogy), Professor, Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St Petersburg, St. Petersburg
A. Garcia-Mas, PhD (Psychology), Full Professor, University of the Balearic Islands, Palma, Majorca, Spain
T.S. Iancheva, Dr.Sc.(Psychology), professor, Vice-Rector for Research and International Activities of the National Sports Academy «Vasil Levski», Sofia, Bulgaria
V.L. Nazarov, Dr.Sc. (Pedagogy), Associate Professor, Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Yekaterinburg
T.V. Ryba, PhD (Psychology), associate Professor at the University of Jyväskylä, Jyväskylä, Finland
S. Serpa, PhD (Psychology), Invited Full Professor - Lusofona University, Lisbon, Portugal
I.P. Simonenkova, PhD (Pedagogy), General Secretary of the Association of Sports Psychologists of Latvia, Latvia
N.V. Tretyakova, Dr.Sc. (Pedagogy), Associate Professor, Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Yekaterinburg
S.A. Vorobei, PhD (Pedagogy), Associate Professor, Director St. Petersburg Scientific-Research Institute for Physical Culture, St. Petersburg

THE EDITORIAL BOARD

- E.S. Naboichenko**, Editor-in-Chief, Dr.Sc. (Psychology), Professor, Head of the Department of Clinical Psychology and Pedagogy, Dean of the Faculty of Psychological and Social Work and Higher Nursing Education, Ural State Medical University, Yekaterinburg
A.A. Banayan, PhD (Psychology), Head of the Laboratory of Psychology and Psychophysiology of Sports, Federal State Budget Institution «Saint-Petersburg scientific-research institute for physical culture», St.Petersburg
D.V. Fedulova, PhD (Biol. Sciences), Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Yekaterinburg
G.B. Gorskaya, Dr.Sc.(Psychology), Professor, Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism, Krasnodar
E. V. Ketrish, PhD (Pedagogy), Associate Professor, Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Yekaterinburg
I.S. Krutko, Dr.Sc.(Psychology), Associate Professor, Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Yekaterinburg
E.E. Khvatskaya, PhD(Psychology), Associate Professor, Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St Petersburg, St. Petersburg
G.A. Kuzmenko, D.Sc. (Pedagogy), Professor, Moscow Pedagogical State University, Moscow
A.E. Lovyagina, PhD (Psychology), Associate Professor, St. Petersburg State University, St. Petersburg
V.S. Makeeva, Dr.Sc. (Pedagogy), Professor, Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism, Moscow
A.N. Nikolaev, Dr.Sc. (Psychology), Associate Professor, Pskov State University, Pskov
M.V. Noskova, PhD (Psychology), Associate Professor, Ural State Medical University, Yekaterinburg
L.A. Rapoport, Dr.Sc. (Pedagogy), Professor, Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Minister of Physical Culture and Sports of the Sverdlovsk Region, Yekaterinburg
L.N. Rogaleva, PhD (Psychology), Associate Professor, Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Yekaterinburg
G.I. Semenova, PhD (Pedagogy), Associate Professor, Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin, Yekaterinburg
L.G. Ulyeva, PhD (Psychology), associate professor, Moscow State University of Sports and Tourism, President of the Association of Sports Psychologists, Moscow
G.A. Yamaletdinova, Dr.Sc. (Pedagogy), Professor, Liberal Arts University – University for Humanities, Yekaterinburg

СОДЕРЖАНИЕ

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ
ПРОБЛЕМЫ В СПОРТЕ
И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

**Л. К. Тропина, А. В. Досманов,
А. Э. Зубков**

Исследование отношения субъектов
баскетбола Свердловской области к реали-
зации регионального проекта профес-
сиональной спортивной премии 6

**А. Е. Терентьев, К. К. Пшеницын,
С. В. Томилова**

Современные направления подготовки
управленческих кадров для сферы
физической культуры и спорта в системе
высшего образования России. 18

Т. Н. Мацаренко

Дополнительное образование в сфере
физической культуры и спорта:
цифровой формат 27

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ
ИССЛЕДОВАНИЯ В СПОРТЕ

А. С. Алхаруф

Взаимосвязь эмоционального интеллек-
та и психологических состояний
тренеров-инструкторов. 34

**Э. А. Рунченек, А. В. Михайлова,
А. Е. Антропова, А. А. Бессонова,
Е. А. Бухаров, А. Д. Худышкин,**

Взгляд студентов-спортсменов на
особенности совмещения учебы
и спорта в школе и вузе 41

ПРОБЛЕМЫ
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ,
РЕАБИЛИТАЦИИ И РЕКРЕАЦИИ

**Л. Н. Рогалева, К. Е. Старикова,
М. М. А. Абу-Хаммад**

Влияние травматизма на отношение
девушек-студенток к занятиям
физической культурой и спортом . . . 50

Е. А. Широкова, М. А. Щеголева

Мягкий фитнес как перспективное
направление оздоровительных занятий
со студентами высших учебных
заведений 59

CONTENTS

SOCIO-PSYCHOLOGICAL
PROBLEMS IN SPORTS
AND PHYSICAL CULTURE

**Tropina L. K., Dosmanov A. V.,
Zubkov A. E.**

The study of the attitude of the basketball
subjects in the sverdlovsk region
to the implementation of the regional
professional sport award project. 6

**A. E. Terentyev, K. K. Pshenitsyn,
S. V. Tomilova**

Modern directions of training managerial
personnel for the field of physical culture
and sports in the Russian higher
education system. 18

T. N. Matsarenko

Additional education in the sphere
of physical culture and sports:
digital format 27

PSYCHOLOGICAL AND
PEDAGOGICAL RESEARCH
IN SPORTS

A. S. Alkharouf

The relationship between emotional
intelligence and psychological states
of coaches-instructors. 34

**E. A. Runchenek, A. V. Mikhailova,
A. E. Antropova, A. A. Bessonova,
E. A. Bukharov, A. D. Khudyshkin,**

The views of student-athletes on the
combination of studying
and sports 41

PROBLEMS OF HEALTH
PRESERVATION, REHABILITATION
AND RECREATION

**L. N. Rogaleva, K. E. Starikova,
M. M. A. Abu Hamid**

The impact of injuries on the attitude
of female students to physical
education and sports 50

Shirokova E. A., Shchegoleva M. A.

Soft fitness as a promising direction
of health-improving classes with
students of higher educational
universities 59

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ В СПОРТЕ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

DOI 10.15826/spp.2024.3.109
УДК 159.99

ИССЛЕДОВАНИЕ ОТНОШЕНИЯ СУБЪЕКТОВ БАСКЕТБОЛА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ К РЕАЛИЗАЦИИ РЕГИОНАЛЬНОГО ПРОЕКТА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ ПРЕМИИ

Л.К. Тропина, А.В. Досманов, А.Э. Зубков

Уральский федеральный университет, Екатеринбург, Россия

Аннотация. В текущих политических реалиях мероприятия по повышению мотивации профессиональной деятельности в спорте приобретают высокую значимость. Доказанная потребность индивидуума в уважении и признании как пускового механизма трудовой мотивации обуславливает актуальность мероприятий, направленных на выявление и поощрение лучших специалистов спорта. Одним из таких мероприятий являются профессиональные премии и конкурсы. Проведенное исследование направлено на выявление уровня заинтересованности субъектов баскетбола Свердловской области в реализации регионального проекта профессиональной премии. В исследовании приняло участие 199 респондентов старше 18 лет, включая тренеров, игроков, менеджеров, судей. Исследование показало высокий уровень заинтересованности в реализации проекта.

Ключевые слова: спорт, мотивация, признание, профессиональная премия, субъекты баскетбола.

Для цитирования: Тропина Л.К., Досманов А.В., Зубков А.Э. Исследование отношения субъектов баскетбола Свердловской области к реализации регионального проекта профессиональной спортивной премии // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2024. Т. 4. № 3. С. 6–17.

THE STUDY OF THE ATTITUDE OF THE BASKETBALL SUBJECTS IN THE SVERDLOVSK REGION TO THE IMPLEMENTATION OF THE REGINAL PROFESSIONAL SPORT AWARD PROJECT

L. K. Tropina, A. V. Dosmanov, A. E. Zubkov

Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia

Abstract. In the current political realities, measures to increase the motivation of professional activity in sports are becoming highly important. The proven need of an individual for respect and recognition as a trigger for work motivation determines

© Тропина Л.К., Досманов А.В., Зубков А.Э., 2024

the relevance of activities aimed at identifying and encouraging the best sports professionals. Professional awards and competitions are ones of these events. The conducted research is aimed at identifying the level of interest of the basketball subject in the Sverdlovsk region in the implementation of the regional professional award project. The study involved 199 respondents over the age of 18, including coaches, players, managers, and referees. The study showed a high level of interest in the implementation of the project.

Key words: sports, motivation, professional award, subjects of basketball.

For citation: Tropina L. K., Dosmanov A. V., Zubkov A. E. The study of the attitude of the basketball subjects in the sverdlovsk region to the implementation of the regional professional sport award project// Current issues of sports psychology and pedagogy. 2024. Vol. 4. No. 3. P. 6–17.

Спорт – это не только соревновательная деятельность и процесс подготовки к соревнованиям, это ещё и разносторонняя профессиональная деятельность большого количества различных специалистов: спортсменов, тренеров, судей, менеджеров, врачей, психологов, журналистов и многих других. Для поступательного развития спорта необходимо создавать условия для сохранения и повышения мотивации деятельности всех субъектов спорта. В текущих социально-экономических и политических условиях поддержка стремления к профессиональным достижениям в спорте приобретает особую актуальность.

В разных интерпретациях потребность личности в признании и уважении отмечается как движущий мотив трудовой деятельности в основных теориях мотивации А. Маслоу, К. Альдерфера. Д. МакКлелланда, Ф. Герцберга [9].

Признание – это процесс подтверждения достижений сотрудника и выражения благодарности за дополнительные усилия и отличную работу [4].

Потребность в признании и уважении, по мнению исследователей имеет достаточно высокую значимость как для мужчин так и для женщин. Психологи в сфере мотивации трудовой деятельности отмечают, что «положительная мотивация в трудовой деятельности, которая сильнее и у женщин и мужчин, детерминируется потребностями высших уровней: в самореализации (*внутренние мотивы*), в признании и уважении (*внешние мотивы*)» [5].

Рассматривая спорт, как сферу профессиональной деятельности, стоит отметить широкий спектр видов деятельности и профилей специалистов, значительно отличающихся по характеру деятельности, но объединенных, как правило, одной целью – достижение спортивного результата и развитие своего вида спорта.

В исследовании профессиональной мотивации тренеров А.Н. Николаевым выявлено наличие таких мотивов, как «мотив направленности на результат деятельности», «на собственно процесс» «на материальное вознаграждение», «на приобретение высокого социального

статуса», «на самосовершенствование», «на общение и взаимодействие», «мотивы долженствования («кто если не я»)» [3].

Среди доминирующих мотивов взрослых спортсменов специалисты отмечают: мотив достижения успехов в спорте, желание славы, развитие характера и психических качеств, мотив эмоционального удовольствия, гражданско-патриотический мотив и мотив физического самоутверждения [6].

В контексте современных условий развития российского спорта вызывает интерес исследование 2022 года К. А. Бочавера, Д. В. Бондарева, В. Г. Барышниковой, в котором отмечается острая актуальность «поиска новых внутренних и внешних ресурсов поддержки спортсмена как профессионала». Исследователи также отмечают, что «одним из наиболее значимых ресурсов становится комплексное «чувство выбранного пути» то есть верности себе, верности своей профессиональной траектории, своему месту в обществе» [1].

В современных условиях в мотивационной поддержке, на наш взгляд, нуждаются не только профессиональные спортсмены, но и тренеры разного уровня, представители детского и студенческого спорта, а также другие специалисты, так как пандемия и ущемление прав российских спортсменов на международном уровне, очевидно негативно повлияли на мотивацию значительной части субъектов российского спорта.

Внешним ресурсом поддержки профессиональной мотивации в спорте на всех уровнях могут быть, на наш взгляд, мероприятия в формате профессиональных премий. Профессиональная премия, как вид мероприятия – это конкурсная процедура, предусматривающая выбор лучших представителей профессии по различным номинациям, и установленным для них критериям достижений за определённый календарный период, завершающаяся торжественной церемонией, которая освещается в средствах массовой информации. Профессиональные премии, как форма выражения уважения и признания, способ определения и поощрения лучших представителей той или иной профессии, набирают всё большую популярность как в мире, так и в России. Практика вручения профессиональных премий в мировом и российском спорте также получает распространение. Учитывая зрелищность и социальную значимость спорта, профессиональные премии выступают не только как форма профессионального и общественного признания специалистов, но и как эффективный способ повышения престижа и продвижения вида спорта, и его субъектов.

Наибольший интерес в контексте реализации российских проектов профессиональных премий (конкурсов) в отдельном виде спорта представляет опыт Федерации гандбола РФ, где реализуется проект «Лучший тренер по гандболу» [8], а также проект Федерации баскетбола Челябинской области «Общественная премия «Высота» [7].

В Свердловской области в настоящее время существуют мероприятия, направленные на поощрение ведущих специалистов областного

спорта в целом, включая ведущих спортсменов, тренеров, менеджеров и других. В отдельных видах спорта такая практика недостаточно распространена. Численность занимающихся баскетболом в Свердловской области по данным официальной статистической отчетности (форма 1-ФК) в 2023 году составила 49264 человека, 13638 из которых – женщины. Баскетбол по численности занимающихся в Свердловской области занимает 8 место, уступает спортивному программированию, футболу, плаванию, волейболу, легкой атлетике, лыжным гонкам, фитнес-аэробике. Численность судей составляет 157 человек, и число штатных тренеров согласно статистике – 179 человек [2].

В настоящее время в Свердловской области имеется 3 профессиональных баскетбольных клуба (2 мужских и 1 женский). В Свердловском баскетболе в настоящее время отсутствует система поощрения ведущих спортсменов и специалистов баскетбола разных уровней.

Таким образом, при доказанном исследователями влиянии и значимости потребности в признании достижений на мотивацию трудовой деятельности в целом, и в спорте в частности, в настоящее время имеется недостаток мероприятий, направленных на выявление и общественное признание достижений в отдельных видах спорта как в целом в России, так и в Свердловской области в частности. Данное противоречие предопределило актуальность нашего исследования.

Цель и задачи исследования. Целью исследования было выявить отношение субъектов баскетбола Свердловской области к региональному проекту профессиональной премии, а также потребности и ожидания от реализации проекта.

В соответствии с целью исследования были поставлены следующие задачи:

1) изучить данные исследований о влиянии общественного признания на формирование мотивации профессиональных и спортивных достижений, определить форматы и ключевые вопросы организации профессиональных конкурсов в спорте, на основе изучения опыта их проведения в спорте в целом, и в российском баскетболе в частности.

2) разработать анкету и провести опрос субъектов баскетбола Свердловской области в контексте инициативы реализации регионального проекта профессиональной премии;

3) проанализировать полученные ответы респондентов и сформулировать выводы;

4) разработать рекомендации по ключевым аспектам реализации проекта профессиональной премии для Федерации баскетбола Свердловской области.

Методы и организация исследования.

Основной этап исследования был проведен методом анкетирования. Для проведения исследования был подготовлен бланк анкеты для субъектов баскетбольного сообщества Свердловской области,

включающей 8 вопросов. Исследование проводилось с использованием сервиса Яндекс Формы с 19.05.2024 по 12.06.2024. Рассылка онлайн-анкеты проходила при поддержке Федерации баскетбола Свердловской области.

Результаты и их обсуждение. В исследовании приняло участие 199 человек старше 18 лет, непосредственно связанных с развитием баскетбола в Свердловской области.

На вопросы онлайн-анкеты ответили тренеры спортивных школ Свердловской области, тренеры и игроки любительских (включая студенческие) и профессиональных команд Свердловской области, судьи (включая судей – секретарей) Федерации баскетбола Свердловской области, а также менеджеры областных и городских баскетбольных спортивных организаций.

На первый вопрос «К какой категории специалистов Вы относитесь?» можно было выбирать несколько вариантов ответов, так как часто субъект баскетбола может заниматься несколькими видами профессиональной деятельности.

1. К какой категории специалистов Вы относитесь?

233 ответа

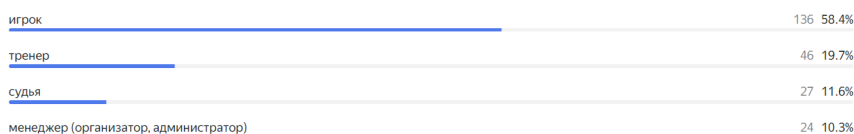


Рисунок 1. Категории участников опроса

Результаты ответов демонстрируют, что большая часть опрошенных – это игроки (58,4%), что является закономерным, так как эта категория является самой многочисленной в сфере баскетбола. При этом в опросе приняло участие значительное количество тренеров, судей и менеджеров.

Второй вопрос касался стажа работы респондентов в баскетболе. Результаты ответов приведены на рисунке 2. Большинство опрошенных имеют опыт работы 10-20 лет (34,2%) и более 20 лет (23,1%).

2. Какой стаж работы в баскетболе Вы имеете?

199 ответов



Рисунок 2. Стаж работы в баскетболе участников опроса

Ключевым вопросом анкеты являлся вопрос «Нужно ли, на Ваш взгляд, ежегодно отмечать заслуги отличившихся специалистов раз-

личных профилей в сфере баскетбола, работающих в Свердловской области?» Результаты представлены на рисунке 3.

3. Нужно ли, на Ваш взгляд, ежегодно отмечать заслуги отличившихся специалистов различных профилей в сфере баскетбола, работающих в Свердловской области?

199 ответов

да	180	90,5%
загруднётся ответить	13	6,5%
нет	6	3%

Рисунок 3. Ответы вопрос «Нужно ли, на Ваш взгляд, ежегодно отмечать заслуги отличившихся специалистов различных профилей в сфере баскетбола, работающих в Свердловской области?»

Подавляющее большинство опрошенных – 90,5 % считают необходимым ежегодно отмечать заслуги лучших специалистов.

При ответе на следующий вопрос «Какие номинации для награждения ежегодной профессиональной премией следует учредить, по Вашему мнению?» респондентам можно было отметить несколько ответов из 10 предложенных и предложить свой вариант. Результаты приведены на рисунке 4.

4. Какие номинации для награждения ежегодной профессиональной премией следует учредить по Вашему мнению?

1132 ответа

лучший детский тренер	156	13,8%
лучший игрок детской команды (до 18 лет)	128	11,3%
лучший тренер любительской команды	122	10,8%
лучший игрок любительской команды	116	10,2%
лучший тренер студенческой команды	114	10,1%
лучший игрок студенческой команды	109	9,6%
лучший судья	103	9,1%
лучший игрок профессиональной команды	96	8,5%
лучший тренер профессиональной команды	92	8,1%
лучший менеджер (организатор, администратор)	86	7,6%
свой вариант	10	0,9%

Рисунок 4. Ответы на вопрос «Какие номинации для награждения ежегодной профессиональной премией следует учредить, по Вашему мнению?»

По результатам ответов следует сделать вывод, что все предложенные нами номинации поддержаны значительным количеством участников опроса, и должны быть включены в Положение о профессиональной премии.

Респонденты также предлагали следующие варианты ответов в рубрике «свой вариант»: «ветеран баскетбола», «самая прогрессирующая организация (например, БК «Стремление)», «Лучший медиа-игрок/блогер/ведущий», «Судья-секретарь», «Лучшее спортивное ме-

роприятие», «Можно добавить лучший джентльменский спортсмен», «Игрок набравший наибольшее количество очков, игрок набравший наибольшее количество подборов, игрок набравший наибольшее количество результативных передач, игрок набравший наибольшее количество блок-шотов, игрок набравший наибольшее количество перехватов», «Лучший игрок стадиона плэй-офф», «Лучший муниципалитет по организации и проведения мероприятий по баскетболу (по номинациям, чтобы разделить Екб и остальные)

- лучший медиа (команда/клуб) по баскетболу в регионе
- лучший баскетбольный журналист
- лучший СМИ освещающий баскетбол региона
- лучшая детская лига/турнир до 19 лет
- лучший новый проект «проект года» (лига/команда/турнир/новая площадка/новый спорт объект...)

— лучший партнер (отмечаем компании которые внесли наибольший вклад в развитие баскетбола в регионе)

- лучшее достижение на Всероссийском уровне».

Далее респондентам предлагалось выбрать способ определения победителей из числа претендентов на профессиональную премию, ответив на вопрос «Как, по Вашему мнению, должны определяться победители из числа претендентов на профессиональную премию? Результаты ответов респондентов представлены на рисунке 5.

5. Как, по Вашему мнению, должны определяться победители из числа претендентов на профессиональную премию?

199 ответов

экспертной комиссией и общественным голосованием	110	55.3%
экспертной комиссией из числа ведущих специалистов Федерации баскетбола Свердловской области	55	27.6%
общественным голосованием	30	15.1%
другое	4	2%

Рисунок 5. Результаты ответов на вопрос «Как, по Вашему мнению, должны определяться победители из числа претендентов на профессиональную премию?»

Большинство опрошенных (55,3%) проголосовали за определение победителей совместным решением экспертной комиссии и общественным голосованием.

Среди ответов в разделе «другое» были высказаны следующие мнения: «Добавить экспертную комиссию из управленцев и организаторов турниров, соревнований и организаций по баскетболу, не только из федерации», «Статистика и голосование», «По результатам выступления», «Только общественным голосованием в обществе которое более 10 лет в деле», «Экспертной комиссией и результатами статистических показателей по итогам сезона», «Некоторые премии только комиссией, некоторые совместно с общественным мнением».

Важным моментом в реализации проекта является определение сроков проведения церемонии вручения профессиональных премий.

Этой теме был посвящен 6 вопрос «В какое время по Вашему мнению предпочтительнее подвести итоги и провести церемонию вручения профессиональной премии?» Было предложено три варианта ответа, разработанные на основе опыта реализации подобных проектов. Результаты голосования приведены на рисунке 6.

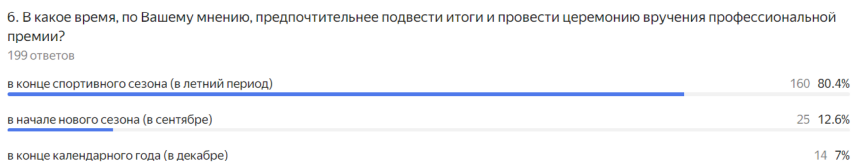


Рисунок 6. Результаты ответов на вопрос «В какое время по Вашему мнению предпочтительнее подвести итоги и провести церемонию вручения профессиональной премии?»

Подавляющее большинство респондентов (80,4%) остановили свой выбор на ответе «в конце спортивного сезона (в летний период)».

Следующий вопрос касался определения состава гостей церемонии и звучал, так: «Кого, по Вашему мнению, стоило бы пригласить на Церемонию вручения профессиональной премии?» Респондентам разрешалось отметить несколько вариантов ответов и предложить свой вариант. Результаты приведены на рисунке 7.

В этом вопросе приоритет был отдан специалистам баскетбола всех категорий 36,5%, но другие предложенные варианты также не были оставлены без внимания. 25,7% было отдано представителям СМИ, 20,4% детям и их родителям, и 16,3% отметили представителей властных структур.

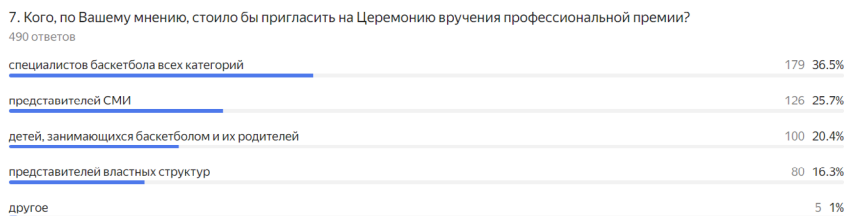


Рисунок 7. Результаты ответов на вопрос «Кого по Вашему мнению стоило бы пригласить на Церемонию вручения профессиональной премии?»

В разделе «другое» присутствовали следующие варианты ответов: «Семьи, родственников», «Всех желающих», «Руководителей РФБ», «Известных Рэп исполнителей (почему то именно они, в большей степени к баскетболу имеют отношение)», «Всех, кто так или иначе способствует пропаганде и развитию спорта: Губернатора СО, Министра

ФКиС СО, глав муниципалитетов попавших в список номинантов, Руководителей Всероссийской Федерации баскетбола, заслуженных/почетных представителей баскетбола СО, организовать трансляцию мероприятия».

Последний вопрос анкеты касался социальной значимости от реализации проекта профессиональной премии. Вопрос был сформулирован так: «Какое значение, по Вашему мнению, может иметь реализация проекта профессиональной премии Федерации баскетбола Свердловской области для развития баскетбола в регионе?». Респондентам можно было отметить несколько вариантов ответов и предложить свой вариант. Результаты ответов на данный вопрос приведены на рисунке 8.

Значительная часть опрошенных 159 человек из 199 опрошенных отметили, что по их мнению реализации проекта будет способствовать повышению престижа и продвижению баскетбола в Свердловской области. Это составляет 32,1% всех выбранных ответов. 137 человек отметили как результат реализации проекта повышение мотивации работающих специалистов.

8. Какое значение, по Вашему мнению, может иметь реализация проекта профессиональной премии Федерации баскетбола Свердловской области для развития баскетбола в регионе?

496 ответов

повышение престижа и продвижение баскетбола в Свердловской области	159	32.1%
повышение мотивации работающих специалистов	137	27.6%
повышение информационной и общественной поддержки спортивных успехов баскетбольных команд	131	26.4%
интеграция и консолидация профессионального сообщества субъектов баскетбола	63	12.7%
другое	6	1.2%

Рисунок 8. Результаты ответов на вопрос «Какое значение по Вашему мнению может иметь реализация проекта профессиональной премии Федерации баскетбола Свердловской области для развития баскетбола в регионе?»

В рубрике «другое» были ответы: «Особое место необходимо уделить повышению мотивации работающих специалистов, а именно речь идёт о заработной плате», «Любое внимание способствует продвижению баскетбола...».

Стоит отметить, что лишь один из опрошенных выразил резко негативное отношение к инициативе проекта профессиональной премии и в разделах предусматривающих свой вариант, написал один и тот же текст (в авторской редакции): «Какая премия, просто сделайте площадок баскетбольных хотя бы по одной штуке на каждом районе, антивандальных, чтобы кольца не отпали через месяц, и на асфальте – чтобы резина не улетела с ветром вместе...!».

Выводы. В исследовании приняла участие значимая часть целевой аудитории (199 человек), имеющая достаточный уровень экспертности, это подтверждают высокие значения по показателю опыта работы в баскетболе: 10-20 лет (34,2%) и более 20 лет (23,1%). Подавляющая

часть опрошенных – 90,5% подтвердила необходимость ежегодно отмечать отличившихся специалистов различных профилей в сфере баскетбола, работающих в Свердловской области. В части предложенных для номинирования категорий наибольшую поддержку (по убыванию) набрали «Лучший детский тренер», «Лучший игрок детской команды (до 18 лет)», «Лучший тренер любительской команды», «Лучший игрок любительской команды», «Лучший тренер студенческой команды», «Лучший игрок студенческой команды». Меньшее количество голосов набрали представители профессионального спорта, судьи и менеджеры.

Более половины опрошенных (55,3%) считают правильным определять победителей совместным решением экспертной комиссии и общественным голосованием.

В вопросе сроков подведения итогов конкурса и проведения церемонии вручения премии подавляющее большинство респондентов (80,4%) проголосовали за ответ «в конце спортивного сезона (в летний период)».

Голосование по составу приглашенных на церемонию вручения премии показало приоритет «специалистов баскетбола всех категорий», но «представители СМИ» и «дети, занимающиеся баскетболом и их родители» также набрали существенную поддержку.

Респонденты продемонстрировали высокие результаты в оценке значимости проекта профессиональной премии для повышения престижа и продвижения баскетбола в Свердловской области, повышения мотивации работающих специалистов, повышения информационной и общественной поддержки успехов баскетбольных команд.

Обобщая результаты исследования следует отметить, что опрос показал высокую заинтересованность субъектов баскетбола в реализации регионального проекта профессиональной премии Федерации баскетбола Свердловской области, а также творческую активность в выборе способа определения победителей и аспектов проведения церемонии награждения.

Полученные результаты однозначно подтверждают целесообразность реализации проекта.

Список литературы

1. Министерство физической культуры и спорта Свердловской области. Статистическая информация. Отчет 1-ФК за 2023 год. URL: <https://minsport.midural.ru/uploads/2024/02/1-ФК%202023%20год%20Свердловская%20область.pdf> (дата обращения: 12.09.2024)
2. Бочавер, К. А., Бондарев Д. В., Барышникова В. Г. Ценности и мотивы спортсмена в контексте личностной аутентичности // Психология и педагогика спортивной деятельности. 2022. № 3-4(63). С. 15-20.
3. Николаев А. Н. Влияние профессиональной мотивации тренеров на характеристики их деятельности // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2021. Т. 10, № 4 (40). С. 344–351. DOI 10.18500/2304-9790-2021-10-4-344-351/

4. Пискайкина Е. С., Геладан Соу. Оценка мотивационных факторов, влияющих на профессиональную деятельность персонала: признание как элемент мотивации // Эксперт: теория и практика. 2020. №5(8). С.53-56. DOI 10.24411/2686-7818-20202-10048 URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otsenka-motivatsionnyh-faktorov-vliyayuschih-na-professionalnuyu-deyatelnost-personala-priznanie-kak-element-motivatsii> (дата обращения: 17.09.2024)

5. Прохорова М. В., Прохоров В. М. Особенности внутренней и внешней мотивации трудовой деятельности женщин и мужчин // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2016. № 3. С.53-57.

6. Султанова А. Н., Тошмирзаева Г. Э. Анализ мотивационных аспектов спортивной деятельности // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». 2019. Ч. 1. С.102-106. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-motivatsionnyh-aspektov-sportivnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 20.08.2024).

7. Федерация баскетбола Челябинской области. Премия «Высота» URL: <https://fed.chelbasket.ru/premiya-vysota/>. (дата обращения: 22.07.2024)

8. Федерация гандбола России. Итоги конкурса «Лучший тренер по гандболу се-зона 2023/24 года. URL: <https://rushandball.ru/publications/29257/itogi-konkursa-luchshij-trener-po-gandbolu-sezona-2023-24>. (дата обращения: 12.08.2024)

9. Филатова А. В. Сущность и основные теории мотивации эффективности труда персонала // Основы ЭУП. 2012. №1 (1). С.126-138. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/suschnost-i-osnovnye-teorii-motivatsii-effektivnosti-truda-personala> (дата обращения: 22.07.2024).

References

1. Ministerstvo fizicheskoy kul'tury` i sporta Sverdlovskoj oblasti. Statisticheskaya informaciya. Otchet 1-FK za 2023 god. [The Ministry of Physical Culture and Sports of the Sverdlovsk region. Statistical information. 1-FC Report for 2023]. URL: <https://minsport.midural.ru/uploads/2024/02/1-FC%202023%20year%20sverdlovskaya%20region.pdf> (accessed: 12.09.2024) (In Russian).

2. Bochaver K. A., Bondarev D. V., Baryshnikova V. G. (2022). Cennosti i motivy` sportsmena v kontekste lichnostnoj autentichnosti [Athletic values and motives in the context of personal authenticity]. *Psixologiya i pedagogika sportivnoj deyatel'nosti* [Psychology and pedagogy of sports activity], 3-4(63), 15-20. (In Russian).

3. Nikolaev A. N. (2021). Vliyaniye professional`noy motivatsii trenerov na karaktere-ristiki ix deyatel'nosti [The influence of coaches' professional motivation on characteristics of their activities]. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya: Akmeologiya obrazovaniya. Psixo-logiya razvitiya* [Izvestiya of Saratov University. Educational Acmeology. Developmental Psychology], 10, 4 (40), 344–351. DOI 10.18500/2304-9790-2021-10-4-344-351 (In Russian).

4. Piskaikina E. S., Geladan Sou. (2020). Ocenka motivacionny`x faktorov, vliyayushhix na professi-onal`nuyu deyatel`nost` personala: priznanie kak e`lement motivatsii [Assessment of motivational factors influencing the professional activity of staff: recognition as an element of motivation]. *E`kspert: teoriya i praktika* [Expert: theory and practice], 5 (8), 53-56. DOI 10.24411/2686-7818-20202-10048 URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otsenka-motivatsionnyh-faktorov-vliyayuschih-na-professionalnuyu-deyatelnost-personala-priznanie-kak-element-motivatsii> (accessed: 17.09.2024) (In Russian).

5. Prokhorova M. V., Prokhorov V. M. (2016). Osobennosti vnutrennej i vneshnej mo-tivatsii trudovoj deyatel'nosti zhenshhin i muzhchin [Features of internal and external motivation of labor activity of women and men] *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo uni-versiteta. Seriya: Pedagogika. Psixologiya. Sociokinetika*. [Bulletin of the Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics]. 3, 53-57. (In Russian).

6. Sultanova A. N., Toshmirzayeva G. E. (2019). Analiz motivacionny`x aspektov sportivnoj deyatel'nosti [Analysis of motivational aspects of sports activity]. *Materialy`*

Vserossijskoj nauchno-prakticheskoj konferencii «Nauka i soci-um». [Materials of the All-Russian scientific and practical conference “Science and Social Science”]. Ch.1, 102-106. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-motivatsionnyh-aspektov-sportivnoy-deyatelnosti> (accessed: 20.08.2024). (In Russian).

7. Federaciya basketbola Chelyabinskoy oblasti. Premiya «Vy`sota» [The Basketball Federation of the Chelyabinsk region. Premium “Height”]. URL: <https://fed.chelbasket.ru/premiya-vysota/> (accessed: 22.07.2024). (In Russian).

8. Federaciya gandbola Rossii. Itogi konkursa «Lushij trener po gandbolu se-zona 2023/24 goda» [Russian Handball Federation. The results of the competition “The best handball coach of the CE-zone 2023/24”]. URL: <https://rushandball.ru/publications/29257/itogi-konkursa-luchshij-trener-po-gandbolu-sezona-2023-24> (accessed: 12.08.2024). (In Russian).

9. Filatova A.V. (2012). Sushhnost` i osnovny`e teorii motivacii e`ffektivnosti truda per-personala [The essence and basic theories of motivation of the employee’s labor efficiency] Osnovy` e`konomiki, upravleniya i prava [Fundamentals of Economics, Management and Law], 1 (1), 126-138. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/suschnost-i-osnovnye-teorii-motivatsii-effektivnosti-truda-personala> (accessed: 22.07.2024). (In Russian).

Информация об авторах / Information about the authors

Людмила Константиновна Тропина – кандидат педагогических наук, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Екатеринбург, Россия, E-mail: l.k.tropina@urfu.ru

Антон Владимирович Досманов – заместитель директора по общим вопросам, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики Уральский федеральный университет, Екатеринбург, Россия, a.v.dosmanov@urfu.ru

Александр Эдуардович Зубков – студент, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики Уральский федеральный университет; sashka463370@mail.ru

Liudmila Konstantinovna Tropina – PhD (Pedagogical), Associate Professor, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; l.k.tropina@urfu.ru

Anton Vladimirovich Dosmanov – Deputy Director for General Affairs, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; a.v.dosmanov@urfu.ru

Alexandr Eduardovich Zubkov – undergraduate degree, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; sashka463370@mail.ru

Рукопись поступила в редакцию / Received: 16.07.2024

Принята к публикации / Accepted: 29.08.2024

СОВРЕМЕННЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ КАДРОВ ДЛЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ В РОССИИ

А. Е. Терентьев, К. К. Пшеницын, С. В. Томилова
Уральский федеральный университет, Екатеринбург, Россия

Аннотация. В статье рассматривается состояние и перспективы подготовки спортивных менеджеров. Уделяется внимание ретроспективному анализу развития образовательных программ по спортивному менеджменту, открытых в 1990-х гг. в России в рамках специальности «Физическая культура и спорт». В работе представлены данные о количестве высших и профессиональных образовательных учреждений, подведомственных Министерству спорта Российской Федерации, а также проведен сравнительный анализ программ подготовки спортивных менеджеров в пяти крупных вузах России: ГЦОЛИФК, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, УралГУФК, ГУФКСиТ и КГУФКСТ. На основе анализа отчетов вузов за 2023 г. приведены сведения о числе выпускников по данным направлениям и стоимости обучения в разных вузах на 2024-2025 учебный год.

Ключевые слова: спортивные менеджеры, физическая культура и спорт, подготовка специалистов.

Для цитирования: Терентьев А. Е., Пшеницын К. К., Томилова С. В. Современные направления подготовки управленческих кадров для сферы физической культуры и спорта в системе высшего образования в России // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2024. Т. 4. № 3. С. 18–26.

MODERN DIRECTIONS OF TRAINING MANAGERIAL PERSONNEL FOR THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN THE RUSSIA HIGHER EDUCATION SYSTEM

A. E. Terentyev, K. K. Pshenitsyn, S. V. Tomilova
Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia

Abstract. The article examines the state and prospects of training sports managers. Attention is paid to the retrospective analysis of the development of educational programs in sports management, opened in the 1990s in Russia within the framework of the specialty “Physical culture and sports”. The paper presents data on the number of higher and professional educational institutions subordinate to the Ministry of Sports of the Russian Federation, as well as a

© Терентьев А. Е., Пшеницын К. К., Томилова С. В., 2024

comparative analysis of training programs for sports managers in five major universities in Russia: GTSOLIFK, P.F. Lesgaft National State University of Physical Culture, Sports and Health, UralGUFK, GUFKSiT and KGUFKST. Based on the analysis of university reports for 2023, information is provided on the number of graduates in these areas and the cost of studying at different universities for the 2024-2025 academic year.

Keywords: sports managers, physical education and sports, training of specialists.

For citation: Terentyev A. E., Pshenitsyn K. K., Tomilova S. V. Modern directions of training managerial personnel for the field of physical culture and sports in the Russian higher education system // Current issues of sports psychology and pedagogy. 2024. Vol. 4. No. 3. P. 18–26.

Введение. Научный подход в управлении, разработанный Фредериком Тейлором, применяется в спортивном менеджменте для повышения эффективности организаций через систематический анализ, планирование и контроль. Профессиональная подготовка спортивных менеджеров в рамках специальности «Физическая культура и спорт» была открыта в начале 1990-х годов. Она включала сочетание гуманитарных, естественных, управленческих, экономических и спортивных дисциплин. Открытие этой специализации – результат перехода экономики страны к рыночным отношениям.

Современное количественное состояние системы подготовки спортивных менеджеров в России на сегодняшний день представлено 14 образовательными организациями высшего образования, находящимися в ведении Министерства спорта Российской Федерации, в том числе: семью университетами, шестью академиями и одним институтом. Также 11 профессиональных образовательных организаций на сегодняшний день находятся в ведении Министерства спорта Российской Федерации, в том числе, три училища (колледжа) и восемь училищ (техникумов). Результаты проведенного нами исследования говорят о том, что 25 научных организаций на сегодняшний день находятся в ведении Министерства спорта Российской Федерации.

Результаты. В ходе исследования отчетов высших учебных заведений о результатах самообследования за 2023 г. был проведен анализ образовательных программ спортивных вузов, связанных с подготовкой спортивных менеджеров и специалистов по управлению. В табл. 1 представлены направления подготовки управленческих кадров в сферфизической культуры и спорта [1-5].

Проанализировав таблицу 1 можно сказать, что наибольший выбор программ подготовки в сфере спортивного менеджмента и управления реализуется в ГЦОЛИФК. В этом вузе представлены программы как бакалавриата, так и магистратуры по направлениям: «Менеджмент в спортивной индустрии», «Государственная молодежная политика в сфере физической культуры и спорта», «Спортивный менеджмент», «Ивент-менеджмент», «Спортивная дипломатия» и другие [1].

Таблица 1

Основные образовательные программы спортивных вузов, связанные с подготовкой спортивных менеджеров и специалистов по управлению

Направление	ГЦОЛИФК	П.Ф. Лесгафта	УралГУФК	ГУФКСиТ	КГУФКСТ
49.04.01 Физическая культура (маг.)	Государственная молодежная политика в сфере физической культуры и спорта	Управление физической культурой и спортом.	Управление чел. ресурсами Искусственный интеллект в ФКиС Агентская деятельность в спорте Правовое обеспечение государственных и муниципальных организаций ФКиС	Менеджмент в физической культуре и спорте	Управление в области физической культуры и спорта
38.03.02 Менеджмент	Менеджмент в спортивной индустрии	Менеджмент организации, с присвоением квалификации бакалавр.	—	38.03.02 Менеджмент	Менеджмент в спортивной индустрии
38.04.02 Менеджмент	Спортивный менеджмент; Спортивная дипломатия; Ивент менеджмент	—	—	—	—
49.04.03 «Спорт»	Цифровая трансформация спорта	—	Менеджмент в спорте	—	—

Остальные вузы предлагают также широкий выбор программ бакалавриата и магистратуры, но направления подготовки связанные со спортивным менеджментом и специалистами по управлению в большей степени представлены на программах бакалавриата. Также необходимо отметить, что такие направления подготовки как «Связи с общественностью», «Экономика», «Режиссура театрализованных представлений и праздников», «Журналистика», «Организация работы с молодежью» в ведущих спортивных вузах. Государственное и муниципальное управление в области физической культуры и спорта на уровне магистратуры реализуется только в Национальном государственном университете физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта. По направлению 49.04.03 «Спорт» ГЦОЛИФК реализует обучение по программе «Цифровая трансформация спорта», а УралГУФК проводит обучение по образовательной программе «Менеджмент в спорте».

В табл. 2 представлены статистические данные, находящиеся в открытом доступе, относительно численности выпускников по специальностям, связанным с управлением в сфере физической культуры и спорта.

Таблица 2

Количество выпускников по данным отчетов о результатах самообследования за 2023 г.

Направление	ГЦО-ЛИФК	П.Ф. Лесгафта	УралГУФК	ГУФКСиТ	КГУФКСТ
49.03.01 Физическая культура (бак.)	Н/д	505 (оч.) + 178 (заоч.)	Н/д	69	29 (оч.) + 29(заоч.)
38.03.02 Менеджмент	9	6 (оч.) + 7 (заоч.)	Н/д	Н/д	Н/д
49.04.01 Физическая культура (маг.)	29 (оч.)	25 (оч.) + 16 (заоч.)	Н/д	30	98 (оч.)
38.04.04 ГМУ	Н/д	4	Н/д	Н/д	Н/д
39.03.03 «Организация работы с молодёжью»	14	Н/д	Н/д	Н/д	Н/д
49.04.03 Спорт	53	Н/д	Н/д	Н/д	Н/д

Анализируя табл. 2 можно сделать вывод, что Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта готовит наибольшее количество выпускников для отрасли.

Также на основании ежегодно издающихся локальных приказов «О стоимости обучения» нами была проанализирована стоимость обучения в ведущих спортивных вузах. В табл. 3 представлена стоимость обучения по направлениям подготовки спортивных менеджеров и специалистов по управлению в сфере физической культуры и спорта на 2024-2025 учебный год.

Таблица 3

Стоимость обучения на 2024-2025 учебный год (руб.)

Направление	ГЦОЛИФК	П.Ф. Лесгафта	УралГУФК	ГУФКСиТ	КГУФКСТ
49.03.01 Физическая культура (бак.)	Н/д	260 585 (первый г.)	Н/д	196 400	182 700
38.03.02 Менеджмент	250 000 (в г.) 1 000 000 (4 г.)	210 500 (первый г.)	Н/д	140 900	126 000
49.04.01 Физическая культура (маг.)	696 000	279 048 (первый г.)	Н/д	208 400	193 240
03.06.02 Связи с общественностью	536 000	Н/д	Н/д	Н/д	Н/д
42.03.01 Реклама и связи с общественностью	1 000 000	Н/д	Н/д	Н/д	Н/д
51.03.05 Режиссура театрализованных представлений и праздников	1 000 000	Н/д	Н/д	Н/д	Н/д

Окончание таблицы 3

Направление	ГЦОЛИФК	П.Ф. Лесгафта	УралГУФК	ГУФКСиТ	КГУФКСТ
38.04.02 Менеджмент	536 000	136 100 (первый г.) (заочное)	Н/д	151 500	Н/д
42.04.02 Журналистика	Н/д	210 510 (первый г.)	Н/д	Н/д	Н/д
49.04.03 «Спорт»	1 280 000	99 760 (первый г.)	Н/д	208 400	193 240

Из табл. 3 мы видим, что стоимость обучения по одним и тем же программам в различных вузах отличается значительно. Так, например, по направлению 49.03.01 «Физическая культура» (бакалавриат): в Университете им. П.Ф. Лесгафта стоимость составляет 260 585 руб. за первый год, в ГУФКСиТ – 196 400 руб., а в КГУФКСТ – 182 700 руб.

На направлении 38.03.02 «Менеджмент» (бакалавриат): в ГЦОЛИФК стоимость обучения составляет 250 000 руб. в год (1 000 000 руб. за 4 года), в П.Ф. Лесгафта – 210 500 руб. за год, в КГУФКСТ – 126 000 руб.

На направлении 49.04.01 «Физическая культура» (магистратура): в ГЦОЛИФК стоимость обучения составила 696 000 руб., в Лесгафта – 279 048 руб. за год, в ГУФКСиТ – 208 400 руб., в КГУФКСТ – 193 240 руб.

Таким образом, различия в стоимости образования могут быть весьма существенными между вузами, даже для одних и тех же программ.

В табл. 4 представлены единичные востребованные направления программ, связанные с управлением и продвижением отрасли физической культуры и спорта, которые реализуются лишь в одном вузе.

Таблица 4

Единичные востребованные направления программ, связанные с управлением и продвижением отрасли физической культуры и спорта и реализуемые в одном вузе

Направление	Вуз
Международные экономические отношения в спорте	ГЦОЛИФК
Спортивный менеджмент	ГЦОЛИФК
Спортивная дипломатия	ГЦОЛИФК
Ивент-менеджмент	ГЦОЛИФК
Государственное и муниципальное управление в области физической культуры и спорта	П.Ф.Лесгафта
Спортивная журналистика	П.Ф.Лесгафта
Медиакоммуникации в сфере физической культуры и спорта	П.Ф.Лесгафта
Проектное управление в сфере физической культуры и спорта	Институт физической культуры, спорта и молодежной политики УрФУ

Таблица 4 показывает направления подготовки, которые реализуются только в одном конкретном вузе и не представлены в других крупных спортивных учебных заведениях России. В частности, ГЦОЛИФК выделяется уникальными программами, такими как «Международные экономические отношения в спорте», «Спортивный менеджмент», «Спортивная дипломатия» и «Ивент-менеджмент». В свою очередь, университет им. П.Ф. Лесгафта предлагает направления, такие как «Государственное и муниципальное управление в области физической культуры и спорта», «Спортивная журналистика» и «Медиакоммуникации в сфере физической культуры и спорта».

Было выявлено, что ГЦОЛИФК демонстрирует лидерство в подготовке специалистов по направлениям, связанным с международной деятельностью в спорте и организацией спортивных мероприятий, что может быть востребовано в условиях глобализации спортивного рынка.

В свою очередь Университет им. П.Ф. Лесгафта сосредоточен на программах, связанных с государственным управлением, спортивной журналистикой и медиакоммуникациями, что отражает акцент на развитие информационного и управленческого сопровождения в спортивной сфере.

А в Уральском федеральном университете в профильном институте физической культуры, спорта и молодежной политики реализуется программа магистратуры «Проектное управление в сфере физической культуры и спорта», направленная на комплексный подход к планированию, организации и реализации проектов отрасли физической культуры и спорта, а также к проектированию наследия проектов, реализуемых в сфере физической культуры и спорта.

Учитывая вышеизложенное, можно сделать вывод, что в настоящее время российские вузы предлагают ряд уникальных программ, способствующих расширению возможностей для студентов и удовлетворению потребностей рынка труда в специфических компетенциях.

Также в ходе проделанной работы были выявлены интересные и уникальные программы предлагаемые Российским международным олимпийским университетом [6]:

1. Годичная программа МСА (Мастер спортивного администрирования) – основной образовательный продукт университета, который предоставляет глубокие знания и навыки в управлении объектами и инфраструктурой, организации соревнований, массовых коммуникациях, дипломатии и администрировании, а также в управлении карьерой в спортивной индустрии.

2. Краткосрочные курсы – РМОУ организует курсы повышения квалификации для региональных руководителей спорта, спортсменов, завершивших карьеру, а также семинары по паралимпийскому спорту, безбарьерной среде и олимпийскому гостеприимству

3. Учебные курсы повышения квалификации и профессиональной переподготовки

4. Международные площадки учебной практики.

5. Международные студенческие обменные программы.

Заключение. Подводя итог, можно с уверенностью сказать, что подготовка кадров по спортивным направлениям в целом, и спортивному менеджменту в частности, осуществляется в различных вузах России, включая такие ведущие профильные университеты, как ГЦОЛИФК, Университет им. П.Ф. Лесгафта, УралГУФК, ГУФКСиТ и КГУФКСТ, а также непрофильные по спортивной направленности, университеты, такие как УрФУ.

Интерес к специальностям в сфере физической культуры и спорта формируется под влиянием ряда факторов, таких как, высокая востребованность специалистов на современном рынке труда, проведение мегаспортивных мероприятий, активное развитие спортивной индустрии, а также наличие широких возможностей для профессионального роста и карьерных достижений.

Список литературы

1. Отчет о самообследовании Федерального Государственного Бюджетного Образовательного Учреждения Высшего Образования «Российский Университет Спорта «ГЦОЛИФК» за 2023 год // Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризм: официальный сайт. URL: https://gtsolifk.ru/sveden/files/rie/Samoobsledovanie_2023_MOSKVA_podp.pdf (дата обращения: 08.07.2024).

2. Отчет о результатах самообследовании Федерального Государственного Бюджетного Образовательного Учреждения Высшего Образования «Национальный Государственный Университет Физической Культуры, Санкт-Петербург» за 2023 год // Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург : официальный сайт. URL: http://lesgaft.spb.ru/sites/default/files/u230/upload/otchet_samoobsledovanie_ngu_lesgafta.pdf (дата обращения: 08.07.2024).

3. Отчет о самообследовании Федерального Государственного Бюджетного Образовательного Учреждения Высшего Образования «Кубанский государственный университет спорта и туризма» за 2023 год // Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. URL: https://kgufkst.ru/sveden/files/zir/SAMOBSLEDOVANIE_ITOG.pdf (дата обращения: 08.07.2024)

4. Отчет о самообследовании Федерального Государственного Бюджетного Образовательного Учреждения Высшего Образования «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» за 2023 год // Поволжская государственная университет физической культуры спорта и туризма: официальный сайт. URL: <https://unifirst.ru/sveden/files/001696.pdf> (дата обращения: 08.07.2024).

5. Отчет о самообследовании Федерального Государственного Бюджетного Образовательного Учреждения Высшего Образования «Уральский государственный университет физической культуры» по состоянию на 31 декабря 2023 г. // Уральский государственный университет физической культуры: официальный сайт. URL: https://uralgufk.ru/sites/default/files/doc/otchyot_o_samoobsledovanii_1.pdf (дата обращения: 08.07.2024).

6. Российский международный олимпийский университет : официальный сайт. URL: <http://www.olympicuniversity.ru/ru/home> (дата обращения: 08.07.2024).

References

1. Otchet o samoobsledovanii Federal'nogo Gosudarstvennogo Byudzhnogo Obrazovatel'nogo Uchrezhdeniya Vy'sshego Obrazovaniya «Rossijskij Universitet Sporta «GCZOLIFK» za 2023 god [Self-service report of the Federal State Budgetary Educational

Institution of Higher Education “Russian University of Sports “GTSOLIFK” for 2023] Rossijskij gosudarstvennyj universitet fizicheskoj kul'tury, sporta, molodezhi i turizm: oficial'nyj sajt [Russian State University of Physical Culture, Sports, Youth and Tourism: official website]. URL: https://gtsolifk.ru/sveden/files/rie/Samoobsledovanie_2023_MOSKVA_podp.pdf (accessed: 08.07.2024). (In Russian).

2. Otchet o rezul'tatax samoobsledovanii Federal'nogo Gosudarstvennogo Byudzhetnogo Obrazovatel'nogo Uchrezhdeniya Vy'sshego Obrazovaniya «Nacional'nyj Gosudarstvennyj Universitet Fizicheskoj Kul'tury, Sankt-Peterburg» za 2023 god [Report on the results of self-study of the Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education “National State University of Physical Culture, St. Petersburg” for 2023] Nacional'nyj gosudarstvennyj universitet fizicheskoj kul'tury, sporta i zdorov'ya im. P.F. Lesgafta, Sankt-Peterburg: oficial'nyj sajt [P.F. Lesgaft National State University of Physical Culture, Sports and Health, St. Petersburg: official website]. URL: http://lesgaft.spb.ru/sites/default/files/u230/upload/otchet_samoobsledovanie_ngu_lesgafta.pdf (accessed: 08.07.2024). (In Russian).

3. Otchet o samoobsledovanii Federal'nogo Gosudarstvennogo Byudzhetnogo Obrazovatel'nogo Uchrezhdeniya Vy'sshego Obrazovaniya «Kubanskij gosudarstvennyj universitet sporta i turizma» za 2023 god [Self-service report of the Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education “Kuban State University of Sports and Tourism” for 2023]. Kubanskij gosudarstvennyj universitet fizicheskoj kul'tury, sporta i turizma: oficial'nyj sajt [Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism]. URL: https://kgufkst.ru/sveden/files/zir/SAMOBSLEDOVANIE_ITOG.pdf (accessed: 08.07.2024). (In Russian).

4. Otchet o samoobsledovanii Federal'nogo Gosudarstvennogo Byudzhetnogo Obrazovatel'nogo Uchrezhdeniya Vy'sshego Obrazovaniya «Povolzhskij gosudarstvennyj universitet fizicheskoj kul'tury, sporta i turizma» za 2023 god [Self-service report of the Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education “Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism” for 2023] Povolzhskaya gosudarstvennyj universitet fizicheskoj kul'tury sporta i turizma: oficial'nyj sajt [Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism: official website]. URL: <https://unifirst.ru/sveden/files/001696.pdf> (accessed 08.07.2024). (In Russian).

5. Otchet o samoobsledovanii Federal'nogo Gosudarstvennogo Byudzhetnogo Obrazovatel'nogo Uchrezhdeniya Vy'sshego Obrazovaniya «Ural'skij gosudarstvennyj universitet fizicheskoj kul'tury» po sostoyaniyu na 31 dekabrya 2023 g. [Self-examination report of the Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education “Ural State University of Physical Culture” as of December 31, 2023]. Ural'skij gosudarstvennyj universitet fizicheskoj kul'tury: oficial'nyj sajt [Ural State University of Physical Culture: official website]. URL: https://uralgufk.ru/sites/default/files/doc/otchyot_o_samoobsledovanii_1.pdf (accessed: 08.09.2024). (In Russian).

6. Rossijskij mezhdunarodnyj olimpijskij universitet: oficial'nyj sajt. [Russian International Olympic University: official website]. URL: <http://www.olympicuniversity.ru/ru/home> (accessed: 08.07.2024). (In Russian).

Информация об авторах / Information about the authors

Алексей Евгеньевич Терентьев – кандидат педагогических наук, доцент, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; a.e.terentiev@urfu.ru

Кирилл Константинович Пшеницын – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; cyril.pshenitsyn@yandex.ru

Светлана Васильевна Томилова – кандидат педагогических наук, доцент, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; s.v.tomilova@urfu.ru

Alexey Evgenievich Terentiev – PhD (Pedagogy), Associate Professor, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; a.e.terentiev@urfu.ru

Kirill Konstantinovich Pshenitsyn – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; cyril.pshenitsyn@yandex.ru

Svetlana Vasilyevna Tomilova – PhD (Pedagogy), Associate Professor, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; s.v.tomilova@urfu.ru

Рукопись поступила в редакцию / Received: 10.08.2024

Принята к публикации / Accepted: 12.09.2024

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА: ЦИФРОВОЙ ФОРМАТ

Т.Н. Мацаренко

ФГАНУ «Федеральный институт цифровой трансформации в сфере образования», Москва, Россия

Аннотация. В статье рассматривается процесс цифровизации в сфере физической культуры и спорта в России и в частности в сфере дополнительного образования детей. Обозначены цели, задачи, направления деятельности для всех функциональных блоков в сфере физической культуры и спорта, перечислены цифровые платформы, которые позволяют осуществлять свод и интерпретацию отраслевых данных по экономическим, социальным и спортивным показателям, в том числе с применением технологии искусственного интеллекта. Тестирование системы ГИС ФКиС в разных регионах России. Домен «Спорт» и единая цифровая платформа ГИС «Физическая культура и спорт» как платформы для привлечения граждан в спортивную среду. Обозначены приоритетные направления сервисов домена «Спорт», целевые показатели увеличения охвата детей в возрасте от 5 до 18 лет дополнительным образованием в цифровом формате. Статистика действующих образовательных площадок в рамках национального проекта «Образование». Перечислены цифровые технологии в спортивных учреждениях муниципального уровня.

Ключевые слова: цифровизация, цифровые технологии, домен, физическая культура и спорт, форум, дополнительное образование.

Для цитирования: Мацаренко Т.Н. Дополнительное образование в сфере физической культуры и спорта: цифровой формат// Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2024. Т. 4. № 3. С. 27–33.

ADDITIONAL EDUCATION IN THE SPHERE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS: DIGITAL FORMAT

T. N. Matsarenko

Federal Institute for digital transformation in education, Moscow, Russia

Abstract. The article considers the digitalization process in the field of physical education and sports in Russia and, in particular, in the field of additional education for children. The goals, objectives, and areas of activity for all functional blocks in the field of physical education and sports are outlined, digital platforms are listed that allow for the compilation and interpretation of industry data on economic, social,

and sports indicators, including with the use of artificial intelligence technology. Testing the GIS Physical Education and Sports system in different regions of Russia. The Sport domain and the unified digital platform GIS Physical Education and Sports as platforms for attracting citizens to the sports environment. The priority areas of the Sport domain services, target indicators for increasing the coverage of children aged 5 to 18 with additional education in digital format are outlined. Statistics of existing educational platforms within the framework of the national project Education. Digital technologies in municipal sports institutions are listed.

Keywords: digitalization, digital technologies, domain, physical education and sports, forum, additional education.

For citation: Matsarenko T. N. Additional education in the sphere of physical culture and sports: digital format // Current issues of sports psychology and pedagogy. 2024. Vol. 4. No. 3. P. 27–33.

В настоящее время наблюдается цифровая трансформация спортивной индустрии, которая происходит как в коммерческом секторе, так и на государственном уровне, разрабатываются соответствующие стратегии, концепции, программы, аналитические технологии результативности спортсменов, цифровые платформы для управления спортивными командами и организациями [5].

Для создания государственной информационной системы «Единая цифровая платформа ГИС «Физическая культура и спорт» (ГИС ФКиС) была разработана концептуальная основа, сформулированы цели, задачи, направления, этапы и ожидаемые результаты информационно-аналитического и телекоммуникационного обеспечения, разработаны нормативные документы и критерии оценки для измерения эффективности социально-экономической системы.

В связи с вышесказанным очевидно более детально рассмотреть те нововведения, которые касаются «Единой цифровой платформы ГИС «Физическая культура и спорт» (ГИС ФКиС).

Цель исследования заключалась в рассмотрении основных подходов к разработке системы, ее характеристик и особенностей результатов внедрения на современном этапе.

Согласно нормативным документам, разработка цифровой платформы должна обеспечить формирование единого информационно-технологического пространства в сфере физической культуры и спорта.

Необходимость данного подхода обусловлено направленностью на повышение эффективности государственного управления и обеспечения принятия решений на всех уровнях управления, а так же сокращения дублирующих информационных потоков.

Уникальность платформы ГИС ФКиС заключается в том, что она содержит обширные сведения, позволяющие оценить число людей, занимающихся физической культурой и спортом. При этом заключение по отрасли делается на основе реестров спортивных объектов, физкультурно-спортивных организаций, количества проводимых со-

резований, присваиваемых спортивных разрядов и званий, а также учета информационных и методических материалов по темам, связанным с физической культурой, спортом и спортивной медицины.

Согласно Концепции задачами цифровизации в сфере физической культуры и спорта являются [1]:

1. Обеспечение нормативно-правового, научно-методического и организационно-технического сопровождения при внедрении информационных технологий.

2. Новый формат сбора информации: корректность, оперативность, целостность и гармонизация данных за счет использования единых справочников и классификаторов, а так же за счет введения единых стандартов для ввода первичных данных;

3. Выработка управленческих решений за счет интеграции различных информационных ресурсов.

4. Выведение на новый уровень взаимодействие субъектов сферы физической культуры и спорта.

5. Внедрение цифровых дистанционных коммуникаций за счет федеральной государственной информационной системы «Единая система идентификации и аутентификации в инфраструктуре».

6. Качество данных.

7. Использование широкого набора аналитических инструментов для мониторинга эффективности государственного управления и деятельности участников сферы физической культуры и спорта.

8. Предоставление информационных сервисов, позволяющих использовать данные в различных форматах;

9. Проведение мониторинга по качеству предоставляемых услуг для населения в сфере физической культуры и спорта;

10. Введение контроля за соблюдением безопасности использования цифровой платформы и инструментальных средств обработки получаемых данных.

Использование в сфере физической культуры и спорта современных цифровых технологий, в том числе технологий искусственного интеллекта значительно повысит качество сбора отраслевых данных по экономическим, социальным и спортивным показателям.

На основе аналитических данных появляется возможность получения объективных данных относительно популярности видов спорта среди населения, оценивать актуальную загруженность спортивных сооружений, принимать управленческие решения о выборе наиболее оптимальных мест для строительства новых объектов, объективно и прозрачно оценивать вложения государства в спорт и физическую культуру, а так же оценивать эффективность и результативность финансовых затрат.

Таким образом, можно утверждать, что цифровые технологии в современном обществе становятся основой для планирования, мониторинга и оценки деятельности в сфере «Физической культуры и спорта». В свою очередь анализ «большой базы данных» с помощью

искусственного интеллекта будет способствовать получению информации в режиме реального времени, обрабатывать тысячи параметров и выбирать оптимальные управленческие решения.

Основные направления цифровой трансформации физической культуры и спорта в России обеспечат:

- разработку новых технологий, цифровые инновации и оптимизацию бизнес-процессов;
- повышение прогнозирования прироста спортивных результатов;
- улучшения качества обслуживания болельщиков за счет улучшения цифровых платформ и платежей на основе блокчейна [3].

В субъектах Российской Федерации приоритетными задачами являются:

- прогнозирование и учет спортивных результатов, присвоение спортивных разрядов и званий, сбор статистической отчетности по текущим типовым формам;
- использование дистанционного формата (онлайн) для записи в спортивные секции и на занятия физической культурой и спортом;
- повышение доступности услуг по физической культуре и спорту для разных групп населения занятий [4, с.103].

Онлайн-решения помогут обобщить и проанализировать результаты спортсменов, уровень их спортивной подготовки, повысить прозрачность тренировочного процесса, что в перспективе поможет повысить уровень спортивных результатов спортсменов.

Кроме этого, благодаря цифровым технологиям может упроститься система проверки и присвоения спортивного звания, например мастера спорта, который сегодня во-первых, требует сбора большого пакета документов, а во-вторых, проверки данных документов несколькими инстанциями, в то время как в будущем этот процесс может происходить сразу по итогам соревнований, на которых спортсмен выполнил нужный норматив.

С октября 2021 года происходит тестирование системы ГИС ФКиС в Мордовии, Татарстане, Оренбургской и Ульяновской области, Ханты-Мансийском автономном округе – Югры. В качестве пилотного проекта выбраны семь спортивных федераций.

На форуме «Россия – спортивная держава» организация «Цифровая экономика» в партнерстве с ГК «Росатом» провели стратегическую сессию «Проектирование второй волны сервисов домена «Спорт». В сессии приняли участие 50 экспертов. Обсуждались три приоритетных сервиса:

- сервис непрерывного тренерского образования;
- сервис информации о всех спортивных сооружениях с календарем их загрузки;
- сервис поиска партнеров и спонсоров.

В совокупности домен «Спорт» и единая цифровая платформа ГИС «Физическая культура и спорт» стали основой цифровой трансформации российской спортивной отрасли и привлекают в спорт

больше граждан. Специалистам, тренерам, кто работает с профессиональными спортсменами, оптимизируют время на ведение отчетности, освобождая время для главной цели – добиваться самых высоких результатов.

В части достижения целевых показателей национальной цели «Возможности для самореализации и развития талантов», установленной Указом Президента РФ от 16 августа 2021 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года», предусмотрено планомерное увеличение охвата детей в возрасте от 5 до 18 лет дополнительным образованием: до 80 % – в 2024 году и до 82 % – к 2030 году, в том числе категории детей находящихся в трудной жизненной ситуации, детей-инвалидов.

На основании отчетов можно констатировать, что в рамках национального проекта «Образование» создано 1,2 млн. новых мест дополнительного образования детей, 39 тысяч школьных спортивных клубов, более чем в 5 тысячах школ обновлена база для занятий детей физической культурой и спортом.

В подготовке спортивного резерва участвуют более 4,4 тысяч организаций и обособленных структурных подразделений, в которых занимаются спортом более 2,9 млн. человек. В реестр самостоятельных учреждений по адаптивному спорту внесены 85 организаций, осуществляющих работу по развитию адаптивной физической культуры и спорта, с общей численностью занимающихся в них инвалидов – 25 393 человека.

В спортивных учреждениях муниципального уровня, в целях повышения эффективности контроля спортивной подготовки, используются следующие цифровые технологии:

- статистический отчет 5 ФК «Сведения по подготовке спортивного резерва», в формате таблицы Excel, в которую вносят изменения в режиме онлайн;
- зачисление обучающихся на программы дополнительного образования через систему АИС «Образование»;
- сбор данных в программе АИС «Спорт» о спортивных объектах;
- сбор заявок на программы дополнительного образования «Навигатор дополнительного образования» [2, с. 107].

Таким образом, Государственная программа «Развитие физической культуры и спорта», направленная на достижение национальных целей развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года означает не только разработку и внедрение технических решений, но и огромный объем сопутствующей работы: проведение научных исследований, устранение законодательных барьеров, обучение и развитие компетенций пользователей. Эффективность ее реализации обеспечивается за счет сотрудничества разных министерств и ведомств, негосударственных организаций, региональных органов власти и спортивных федераций.

Список литературы

1. Концепция создания и функционирования государственной информационной системы «Единая цифровая платформа „Физическая культура и спорт» утверждена Минспортом 26 апреля 2021 года. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_386543/ URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_386543/ (дата обращения: 23.05.2024).
2. Бабушкина Е. В., Назаров В. Л. Цифровые технологии как механизм популяризации и продвижения муниципальных спортивных школ // Физическая культура, спорт и молодежная политика в условиях глобальных вызовов : материалы Международного научного конгресса, посвященного 90-летию Института физической культуры, спорта и молодежной политики УрФУ (Екатеринбург, 14–20 ноября 2022 г.). Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2023. С. 105-110.
3. Дьяконов А.Д. Цифровая трансформация в сфере физической культуры и спорта // Экономика и управление в спорте. 2023. Том 3. № 1. С. 39-50. DOI 10.18334/sport.3.1.119818.
4. Путилина В.Ю., Шилова М.В., Петров М.А., Петрова Л.Ю. Основные направления цифровой трансформации физической культуры и спорта в России / Известия тульского государственного университета. физическая культура. спорт. Учредители: Тульский государственный университет. 2021. № 9, С.100-106.
5. Сомова А.Е. Цифровизация физической культуры и спорта // Актуальные проблемы педагогики и психологии. 2022. Том 3. № 3. С. 30-35.

References

1. Konceptsiya sozdaniya i funkcionirovaniya gosudarstvennoj informacionnoj sistemy` «Edinaya cifrovaya platforma „Fizicheskaya kul`tura i sport» utverzhdena Minsportom 26 aprelya 2021 goda [The concept of creation and functioning of the state information system “Unified digital platform “Physical Culture and Sport” was approved by the Ministry of Sports on April 26, 2021. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_386543/ (accessed: 23.05.2024). (In Russian).
2. Babushkina E.V., Nazarov V.L. (2023). Cifrovye`e texnologii kak mexanizm populyarizatsii i prodvizheniya municipal`ny`x sportivny`x shkol [Digital Technologies as a Mechanism for Popularization and Promotion of Municipal Sports Schools] Fizicheskaya kul`tura, sport i molodezhnaya politika v usloviyax global`ny`x vy`zovov. Mezhdunarodny`j nauchny`j kongress, posvyashenny`j 90 letiyu Instituta fizicheskoy kul`tury`, sporta i molodezhnoy politiki UrFU [Physical culture, sports and youth policy in the context of global challenges : materials of the International Scientific Congress dedicated to the 90th anniversary of the Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy of UrFU (Yekaterinburg, November 14-20, 2022). Yekaterinburg : Ural University Publishing House], 105-110. (In Russian).
3. Dyakonov A.D. (2023) Tsifrovaya transformatsiya v sfere fizicheskoy kultury i sporta [Digital transformation physical education and sports]. Ekonomika i upravlenie v sporte. [Economics and management in sports], 3, 1, 39-50. DOI 10.18334/sport.3.1.119818. (In Russian).
4. Putilina V.Yu., Shilova M.V., Petrov M.A., Petrova L.Yu. (2021). Osnovny`e napravleniya cifrovoj transformatsii fizicheskoy kul`tury` i sporta [The main directions of digital transformation of physical culture and sports in Russia] *Izvestiya TulGU. Fizicheskaya kul`tura. Sport* [Bulletin of TulSU. Physical culture. Sport], 9, 100-106. (In Russian).
5. Somova A.E. (2022). Cifrovizatsiya fizicheskoy kul`tury` i sporta [Digitalization of physical culture and sports]. *Aktual`ny`e problemy` pedagogiki i psixologii* [Actual problems of pedagogy and psychology], 3 (3), 30-35. (In Russian).

Информация об авторе / Information about the author

Татьяна Николаевна Мацаренко – кандидат педагогических наук, консультант, ФГАНУ «Федеральный институт цифровой трансформации в сфере образования»; e-rus@mail.ru

Tatiana Nikolaevna Matsarenko – PhD (Pedagogy), consultant, Federal Institute for digital transformation in education; e-rus@mail.ru

Рукопись поступила в редакцию / Received: 24.07.2024

Принята к публикации / Accepted: 18.08.2024

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СПОРТЕ

DOI 10.15826/spp.2024.3.112
УДК 159.9.072.422

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ ТРЕНЕРОВ-ИНСТРУКТОРОВ

А. С. Алхаруф

Уральский федеральный университет, Екатеринбург, Россия

Аннотация. В статье рассматривается проблема эмоционального интеллекта в профилактике эмоционального выгорания тренеров-инструкторов. Цель исследования заключалась в изучении влияния эмоционального интеллекта на психологические состояния, снижающие работоспособности тренеров-инструкторов. В исследовании приняли участие 36 тренеров-фитнес инструкторов (20 мужчин и 16 женщин), средний возраст составил 26, 3 лет. В качестве методов использовалась методика ДОРС А. Б. Леоновой и С.Б. Величковской и методика изучения эмоционального интеллекта (автор К. Т. Вонг, перевел и адаптировал К. А. Бочавер). Полученные данные свидетельствуют о том, что чем выше показатель способности к регуляции эмоциональных состояний, тем ниже уровень утомляемости и стресса у тренеров-инструкторов, в то же время чем выше уровень способности к оценке эмоций других людей, тем выше у тренеров-инструкторов уровень психических состояний монотонии и пресыщения. Полученные свидетельствуют о необходимости разработки программ по развитию эмоционального интеллекта тренеров-инструкторов, причем с акцентом на специфику их деятельности.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, тренеры-инструкторы, психологические состояния.

Для цитирования: Алхаруф А. С. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и психологических состояний тренеров-инструкторов // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2024. Т. 4. № 3. С. 34–40.

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND PSYCHOLOGICAL STATES OF COACHES-INSTRUCTORS

A. S. Alkharouf

Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia

Abstract. The article deals with the problem of emotional intelligence in the prevention of emotional burnout of coaches-instructors. The purpose of the study

© Алхаруф А. С., 2024

was to study the influence of emotional intelligence on psychological conditions that reduce the performance of coaches-instructors. The study involved 36 fitness trainers (20 men and 16 women), the average age was 26.3 years. The DORS methodology of A.B. Leonova and S.B. Velichkovskaya and the methodology for studying emotional intelligence (author K. T. Wong, translated and adapted by K. A. Bochaver) were used as the methods. The obtained data indicate that the higher the indicator of the ability to regulate emotional states, the lower the level of fatigue and stress among coaches-instructors. At the same time, the higher the level of the ability to assess the emotions of other people leads to the higher the level of mental states of monotony and satiety among coaches-instructors. The results indicate the need to create programs for the development of emotional intelligence of coaches-instructors, with an emphasis on the specifics of their activities.

Keywords: emotional intelligence, coaches-instructors, psychological states.

For citation: Alkharouf A. S. The relationship between emotional intelligence and psychological states of coaches-instructors // Current issues of sports psychology and pedagogy. 2024. Vol. 4. No. 3. P. 34–40.

Проблема изучения эмоционального выгорания тренеров тесно связана с проблемой эмоционального выгорания тренеров, которая рассматривается в контексте негативного влияния на уровень их профессиональной мотивации, зависит от внутренних личностных качеств тренеров и внешних условий их труда [6].

Согласно ряду исследований, именно сами условия профессиональной деятельности тренеров, такие как повышение эмоциональных контактов и высокая вовлеченностью в работу могут приводить к выгоранию и снижению профессиональной успешности, здоровья и благополучия [4, 7].

В связи с этим повышается значимость исследований, направленных на выявление личностных ресурсов тренеров, способствующих сохранению здоровья и снижению симптомов эмоционального выгорания.

Личностные ресурсы В. А. Бодров определяет, как физические и психологические возможности, привлечение которых позволяют человеку придерживаться его модели и стратегий поведения, для предотвращения или минимизации возникновения стресса [1].

По мнению В.Р. Малкина эмоциональный интеллект может рассматриваться не только как фактор профессиональной компетенции тренеров, но и как личностный ресурс, обеспечивающий как эффективность их деятельности, так и сохранение психического здоровья [5].

Несмотря на то что роль эмоционального интеллекта в профессиональной деятельности тренеров рассматривается в положительном аспекте [8], можно констатировать, что исследований относительно тренеров-инструкторов, работающих в фитнес-индустрии недостаточно.

Цель исследования заключалась в изучении роли эмоционального интеллекта в профилактике эмоционального выгорания тренеров-инструкторов.

Методы и организация исследования. В исследовании приняли участие тренеры-инструкторы фитнес-клубов г. Екатеринбурга. Всего в исследовании приняло участие 24 человека, 20 мужчины и 16 женщины, средний возраст составил 26, 3 лет. Исследование проводилось он-лайн.

В ходе исследования была использована методика ДОРС (дифференциальная диагностика состояний сниженной работоспособности) А. Б. Леоновой и С. Б. Величковской [3], позволяющая оценить выраженность симптомов психических состояний: утомление-монотония-пресыщение-стресс, по следующим уровням: низкий, умеренный, выраженный и высокий, а так же методика изучения эмоционального интеллекта (Wong, C.-S., Law, K. S.) [10], которая включала 16 вопросов и позволяет оценить четыре показателя: оценка собственных эмоций; оценка эмоций других людей, использование эмоций в достижении целей, регулирование эмоций. В ходе исследования использовались методы математической статистики.

Результаты. Первый опрос, проведенный нами среди тренеров-инструкторов был направлен на выявление симптомов эмоционального выгорания по методике ДОРС (дифференциальная диагностика состояний сниженной работоспособности), данные представлены в таблице 1 и на диаграмме 1.

Таблица 1

Степень выраженности состояний сниженной работоспособности в % соотношении

Степень выраженности состояния	Индекс утомления	Индекс монотонии	Индекс пресыщения	Индекс стресса
Низкая	50%	34%	58%	16%
Умеренная	50%	50%	34%	84%
Выраженная	–	16%	8%	–
Высокая	–	–	–	–

По результатам исследования из таблицы 1 видно, что степень выраженности состояния утомления, развивающееся вследствие продолжительного и интенсивного воздействия выполняемой нагрузки у большинства тренеров –инструкторов она не выражена и находится в зоне либо низкой, либо умеренной. Это свидетельствует о том, что тренеры-инструкторы не испытывают переутомления от физической нагрузки на работе.

Состояние монотонии, возникающее в ситуациях однообразной работы с частым повторением стереотипных действий и обедненной внешней средой у 34% тренеров-инструкторов низкое, у 50% – умеренное, у 16% –выраженное. Мы можем отметить, что монотония может указывать на наличие эмоционального выгорания, а значит может влиять на снижение эффективности деятельности у 16% тренеров-инструкторов.

Состояние пресыщения, которое проявляется в стремлении прекратить работу или внести разнообразие в заданный стереотип исполнения у 58% тренеров-инструкторов низкое, у 34%, у 8% выраженное. Можно сделать вывод, что индекс пресыщения так же говорит, что деятельность не вызывает интереса, а значит служит источником выгорания у небольшой группы тренеров-инструкторов.

Состояние стресса, развивающееся в ответ на повышение сложности или субъективной значимости деятельности, с доминированием мотивации на преодоление затруднений, реализуемой как в продуктивной, так и в деструктивной форме у 16% тренеров-инструкторов низкое, у 84% умеренное. Несмотря на то, что по показателю стресса мы не выявили высоких значений, а только умеренные, можно констатировать, что их профессиональная деятельность связана со стрессом. Тренеры-инструкторы в фитнес индустрии должны постоянно ставить в центр своего внимания здоровье и физическую подготовку клиентов фитнес клубов, помогать им ставить и достигать новые цели, оказывать эмоциональную поддержку, причем исходя из индивидуальных особенностей, запросов и персональных требований.

Полученные данные по показателям психических состояний сниженной работоспособности позволяет отметить наличие явных различий в распределении результатов по каждому показателю, что видно на рисунке 1.

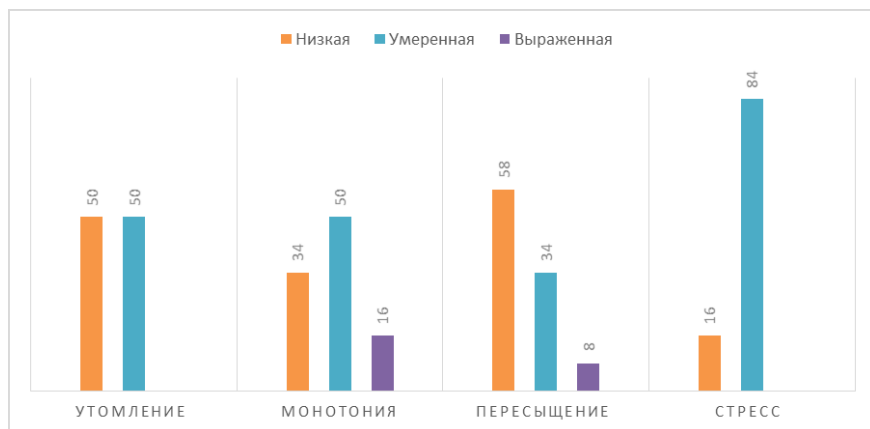


Рисунок 1. Данные по уровням психических состояний сниженной работоспособности у тренеров-инструкторов

Как видно из рисунка 1, наиболее сильно различаются показатели по симптомам монотонии и пресыщения, которые в большей степени отражают интерес и вовлеченность тренеров-инструкторов в профессиональную деятельность. Существующие различия по показателям вовлеченности в профессиональную деятельность на наш взгляд связаны постоянным контактам тренеров-инструкторов с клиентами,

которые требуют проявления эмоций в соответствии с профессиональными обязанностями. А это значит, что тренеры –инструкторы могут испытывать эмоциональное истощение, поскольку они всегда обязаны контролировать свои чувства, чтобы проявлять ожидаемые эмоциональные проявления.

Таким образом, проведенное исследование выявило, во-первых, низкую и умеренную выраженность по показателю утомление, во-вторых, наличие состояний, свидетельствующих о симптомах выгорания у небольшой группы тренеров –инструкторов, связанных с монотонией и истощением, в-третьих, наличие у большинства тренеров-инструкторов умеренную выраженность состояния стресса.

Второе исследование было направлено на изучение роли эмоционального интеллекта в профилактике неблагоприятных психологических состояний, связанных с эмоциональным выгоранием.

Для этого мы прежде всего изучили особенности эмоционального интеллекта тренеров-инструкторов, данные представлены в таблице 2.

Таблица 2

Уровни выраженности показателей эмоционального интеллекта у тренеров-инструкторов

№		Мужчины N 20			Женщины N 16		
		Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
1	Оценка собственных эмоций	20%	40%	40%	31.25%	50%	18.75%
2	Оценка эмоций других людей	20%	60%	20%	–	50%	50%
3	Использование эмоций в достижении целей	–	65%	35%	–	68, 75%	31.25%
4	Регулирование эмоций	30%	40%	30%	50%	50%	–

В таблице 2 представлены данные эмоционального интеллекта тренеров –инструкторов в зависимости от пола. Согласно данным такие показатели как оценка собственных эмоций, использование эмоций в достижении целей и регулирование эмоций в большей степени выражена у мужчин, в то время как у женщин тренеров-инструкторов выше показатель оценка эмоций других людей.

Можно отметить так же наличие индивидуальных различий в развитии эмоционального интеллекта как в выборке мужчин, так и женщин.

Таким образом, исследование эмоционального интеллекта выявило определенные различия его развития у тренеров инструкторов.

Для выявления взаимосвязи эмоционального интеллекта и симптомов сниженной работоспособности нами был проведен корреляционный анализ, который позволил выявить следующие взаимосвязи.

Согласно данным таблицы 3 можно отметить, что чем выше уровень эмоционального интеллекта, тем выше показатель монотонии и пресыщения. Тем самым можно говорить, что работа не вызывает у них интереса, а для них эмоциональный компонент работы очень важный, такой дисбаланс скорее всего ведет к выгоранию. Во-вторых, чем выше показатели состояний, тем выше показатели оценки эмоций других людей, видимо, чем больше эмоциональная оценка спортсменов и клиентов, тем выше уровень эмоционального выгорания. В-третьих, чем выше уровень эмоциональной регуляции, тем ниже выраженность стресса, это вполне объяснимо, и связано с более высоким управлением эмоций в стрессовых ситуациях.

Выводы. Специфика деятельности тренера-инструктора фитнес-клубов, требует от них поддержание интенсивного взаимодействия с клиентами, необходимости проявления индивидуального подхода в соответствии с запросами, что может вести к эмоциональному выгоранию. Проведенное исследование выявило взаимосвязь между показателями эмоционального интеллекта и выраженности ряда симптомов психических состояний, влияющих на состояние работоспособности и выгоранию. Прежде всего это отрицательная взаимосвязь между показателем регуляции эмоций и состоянием утомления и стресса, что свидетельствует о важности внутриличностного эмоционального интеллекта в профилактике эмоционального выгорания. Кроме этого нами выявлен такой факт, что чем выше уровень оценки эмоционального состояния других, тем достоверно выше монотония и пресыщение, что свидетельствует о необходимости проведения обязательных тренировок с сотрудниками фитнес клубов, связанных не только с управлением своих эмоций, но и управлением эмоций других людей.

Список литературы

1. Бодров В. А. Проблема преодоления стресса // Психологический журнал. 2006. Т. 27. № 2. С. 113-122.
2. Бочавер К.А., Бондарев Д.В., Довжик Л.М. Психологическая диагностика в спорте : учебное пособие. Москва : Спорт, 2023. 232 с.
3. Водопомянова Н. Е. Психодиагностика стресса. Санкт-Петербург: Питер, 2009-
4. Выгорание спортивного тренера: угроза профессиональной успешности, ментальному здоровью и благополучию / Довжик Л.М., Бочавер К.А., Резниченко С.И., Бондарев Д.В. // Клиническая и специальная психология, 2021. Том 10. № 4. С. 24-47. DOI: 10.17759/cpse.2021100402 (дата обращения: 12.06.2024).
5. Малкин В.Р., Роголева Л.Н., Бредихина Я.А. Эмоциональный интеллект тренеров и студентов института физической культуры // Теория и практика физической культуры. 2018. № 11. С. 20-22.
6. Полякова Т. А., Юдина Р. Н. Проявление синдрома эмоционального выгорания в деятельности тренера // Вестник ПГТПУ. 2014. № 1. С.220-226.
7. Kubayi A. Burnout and paths to turnover intentions among south African sport coaches // Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine. 2018 Vol. 7 №. 2. P. 43–47. DOI: 10.26773/mjssm.180907 (дата обращения: 10.06.2024).

8. Rogaleva L.N., Zhong T., Garcia-Mas A. Is culture the key? Emotional intelligence, autonomous motivation and physical activity of student-athletes from China and Russia // *Frontiers in Psychology*. 2024. Т. 15. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1420430 (дата обращения: 12.07.2024).

9. Wong, C.-S., Law, K. S. The effects of leader and follower emotional intelligence on performance and attitude: an exploratory study. *Leadersh. Perspect.* 2002. № 13, P. 243–274. DOI 10.1016/S1048-9843(02)00099-1. (дата обращения: 12.07.2024).

References

1. Bodrov V. A. (2006). Problema preodoleniya stressa [The problem of overcoming stress]. *Psixologicheskij zhurnal* [Psychological Journal], 27, 2, 113-122.. (In Russian).

2. Bochaver K.A. Bondarev D.V., Dovzhik L.M. (2023). *Psixologicheskaya diagnostika v sporte: uchebnoe posobie* [Psychological diagnostics in sports: a textbook], Moscow : Sport.

3. Vodopyanova N. E. (2009). *Psixodiagnostika stressa* [Psychodiagnostics of stress]. SPb.: Piter, Psychological diagnostics in sports: a textbook. Moscow : Sport. (In Russian).

4. Dovzhik L.M., Bochaver K.A., Reznichenko S.I., Bondarev D.V. (2021). Vy'goranie sportivnogo trenera: ugroza professional'noj uspešnosti, mental'nomu zdorov'yu i blagopoluchiyu Klinicheskaya i special'naya psixologiya [Sport coaches burnout as a threat to professional success, mental health and well-Being]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya* [Clinical Psychology and Special Education], Vol. 10, no. 4, pp. 24–47. DOI 10.17759/cpse.2021100402 URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_47442166_56427895.pdf (accessed: 12.06.2024). (In Russian).

5. Malkin, V. R., Rogaleva, L. N., & Bredikhina, Y. A. (2018). Emotional intelligence rating in physical education institute coach and students. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and Practice of Physical Culture], 11, 20-22. (In Russian).

6. Polyakova T. A., Yudina R. N. (2014). Proyavlenie sindroma e'mocional'nogo vy'goraniya v deyatelnosti trenera [Syndrom of emotional burnt out in sport coach] *Vestnik Perm State University of Humanities and Pedagogy*. 1, 220-226. (In Russian).

7. Kubayi A. Burnout and paths to turnover intentions among south African sport coaches (2018). *Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine*, 7, 2, 43–47. DOI: 10.26773/mjssm.180907 URL: <https://mjssm.me/?sekcija=article&artid=162> (accessed: 10.07.2024).

8. Rogaleva, L. N., Zhong, T., & Garcia-Mas, A. (2024). Is culture the key? Emotional intelligence, autonomous motivation and physical activity of student-athletes from China and Russia. *Frontiers in psychology*, 15, [1420430]. DOI 10.3389/fpsyg.2024.1420430 URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1420430/full> (accessed: 12.07.2024).

9. Wong, C.-S., Law, K. S. (2002). The effects of leader and follower emotional intelligence on performance and attitude: an exploratory study. *Leadersh. Perspect.* 13, 243–274. DOI 10.1016/S1048-9843(02)00099-1 (accessed: 12.07.2024).

Информация об авторе / Information about the author

Али Самир Алхаруф – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; ali.alkharouf.94@gmail.com
Ali Samir Alkharouf – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; ali.alkharouf.94@gmail.com

Рукопись поступила в редакцию / Received: 24.08.2024

Принята к публикации / Accepted: 21.09.2024

ВЗГЛЯД СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ НА ОСОБЕННОСТИ СОВМЕЩЕНИЯ УЧЕБЫ И СПОРТА В ШКОЛЕ И ВУЗЕ

Э. А. Рунченек, А. В. Михайлова, А. Е. Антропова, А. А. Бессонова,
Е. А. Бухаров, А. Д. Худышкин
Уральский федеральный университет, Екатеринбург, Россия

Аннотация. Профессиональная спортивная карьера представляет собой многолетнюю спортивную деятельность, совпадая по времени с возрастными периодами детства, юности и ранней зрелости, поэтому студенты-спортсмены оказываются в ситуации совмещения учебы и спорта в течение длительного времени. Цель исследования заключалась в изучении взглядов студентов-спортсменов к построению «двойной карьеры». Методы исследования. В качестве метода исследования использовалась авторская анкета, в ходе которой изучались ответы студентов-спортсменов на трудности сочетания спортивной карьеры с учебой в школе и вузе, а также факторы, способствующие или мешающие построению двух карьер. Выборка исследования составили 30 профессиональных студентов-спортсменов Уральского федерального университета, занимающиеся различными видами спорта. Результаты показали, что согласно студентам-спортсменам при сочетании учебы и спорта 46,7% испытывали трудности, в то время как 46,7% ответили, что не испытывали проблем с обучением в школе, 6,7% затруднились ответить. Различия в ответах студентов связаны со способностями студентов, умением управлять своим временем, осознание значимости учебы, поддержкой родителей и тренеров по совмещению учебы и спорта. Студенты-спортсмены выделили условия, которые способствуют разрешению противоречий при совмещении двух карьер. Полученные данные могут быть использованы для разработки рекомендаций по улучшению условий обучения для спортсменов УрФУ, а также для создания более эффективных программ поддержки «двойной карьеры».

Ключевые слова: самореализация, спортсмены-велошоссейники, мотивация, элитный спорт.

Для цитирования: Рунченек Э.А., Михайлова А.В., Антропова А.Е., Бессонова А.А., Бухаров Е. А., Худышкин А. Д. Взгляд студентов-спортсменов на особенности совмещения учебы и спорта в школе и вузе // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2024. Т. 4. № 3. С. 41–49.

THE VIEWS OF STUDENT–ATHLETES ON THE COMBINATION OF STUDYING AND SPORTS

E. A. Runchenek, A. V. Mikhailova, A. A. Bessonova, A. E. Antropova, E.A. Bukharov, A. D. Khudyshkin

Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia

Abstract. A professional sports career is a long-term sports activity, coinciding in time with the age periods of childhood, adolescence and early adulthood, therefore, student-athletes find themselves in a situation of combining study and sports for a long time. The purpose of the research was to study the views of student-athletes on building a “double career”. Some research methods were presented. The author’s questionnaire was used as a research method, during which the responses of student-athletes to the difficulties of combining a sports career with studies at school and university, as well as factors contributing to or hindering the construction of two careers, were studied. The study sample consisted of 30 professional student-athletes of the Ural Federal University engaged in various sports. The results have showed that 46.7% of student-athletes experienced difficulties when combining studying and sports, while 46.7% replied that they had no problems with studying at school and 6.7% found it difficult to answer. The differences in students’ responses are related to students’ abilities: their ability to manage their time, awareness of the importance of studying, support from parents and coaches for combining studying and sports. The student-athletes have identified conditions that contribute to the resolution of contradictions in combining two careers. The obtained data can be used to develop recommendations for improving the learning conditions for the Ural Federal University athletes, as well as to create more effective “dual career” support programs.

Keywords: self-realization, cycling athletes, motivation, elite sports.

For citation: Runchenek E. A., Mikhailova A. V., Bessonova A. A., Antropova A. E., Bukharov E. A., Khudyshkin A.D. The views of student–athletes on the combination of studying and sports // Current issues of sports psychology and pedagogy. 2024. Vol. 4. No.3. P. 41–49.

Введение. Профессиональная спортивная карьера представляет собой многолетнюю спортивную деятельность, характеризуется относительно ранним стартом, кульминацией и финишем, совпадая при этом с возрастными периодами детства, юности и ранней взрослости [3].

Поэтому спортсмены находятся со школьного возраста в ситуации необходимости совмещения учебы и спорта, при этом специфика спортивной деятельности может отрицательно отражаться на учебной деятельности спортсменов [6].

В связи с этим одной из актуальных тем спортивной проблема сочетания «двух карьер» [2, 5, 8]. Проведенные исследования доказывают, что отсутствие времени, сбалансированного между спортивной деятельностью и академическим образованием, а также отсутствие индивидуальных образовательных программ ведет к трудностям со-

вмещения спортсменами разных видов деятельности, но в то же время рассматривается как управляемый механизм [6, 7].

Студенты института физической культуры являются той целевой аудиторией, которая начиная со школьного возраста решает проблему сочетания учебы и спорта, поэтому представляется важным исследование их отношение к проблеме сочетания учебы и спорта в школьный и студенческий периоды.

Цель исследования заключалась в опросе студентов-спортсменов относительно особенностей совмещения учебы и спорта в периоды обучения в школе и в вузе.

Методы исследования. В качестве метода исследования использовалась авторская анкета, в ходе которой студентам-спортсменам были заданы вопросы о трудностях совмещения спорта и учебы в школе и вузе, о факторах, способствующих или мешающих построению двух карьер, об условиях способствующих успешному совмещению учебы и спорта. Выборку исследования составили 30 студентов-спортсменов, занимающихся различными видами спорта, относящиеся к единоборствам (ММА, бокс, кикбоксинг, вольная борьба), сложно-координационным (спортивная акробатика, фигурное катание, гимнастика, конный спорт), командным видам (футбол, баскетбол) и индивидуальным (плавание, карате, легкая атлетика, бадминтон, армреслинг). В исследовании приняли участие 20 девушек, среди них есть победители и призеры чемпионатов России и Европы. Средний возраст респондентов составил 21,7 лет. Исследование проводилось в он-лан формате. Социально-демографические показатели выборки представлены в таблице 1.

Таблица 1

Социально-демографические показатели выборки студентов-спортсменов

Группа	Женщины	Мужчины	Всего
Мастера спорта	7	4	11
Кандидаты в мастера спорта	9	3	12
1 взрослый разряд	4	3	7
Всего	20	10	30

Результаты исследования. В ходе исследования студентам-спортсменам вопросы задавались последовательно, сначала про совмещение учебы и спорта в школе, а затем в вузе. После сбора данным мы сгруппировали схожие вопросы про школу и вуз, что позволило выделить те различия, которые характерны для разных возрастных периодов.

В таблице 2 представлены ответы на вопросы, связанные с совмещением учебы и спорта в школе и вузе.

Таблица 2

**Результаты опроса студентов-спортсменов по анкете совмещения
учебы и спорта**

1.	Считаете ли вы проблему «двойной карьеры» актуальной для спортсменов?	Да		Нет		Не могу сказать определенно
		66,7%		23,3%		
2.	Какая успеваемость была у вас в школе?	5	4-5	4	3-4	3
		7%	53,3%	23%	16,7%	–
3.	Сложно ли вам совмещать учебу и спорт в университете?	Не сложно		Сложно, но получается	Очень сложно	Не получается, только учеба
		36,7%		43,3%	6,7%	13,3%
4.	Приходится ли вам в Вузе выбирать между учебой и тренировкой?	Да		Нет		Не могу сказать определенно
		70%		16,7%		
5.	Считаете ли вы, что спорт мешает учебе	Да	Нет	Иногда		Не могу сказать определенно
		6,7%	56,7%	30%		

Проведенный опрос показал, что большинство (66.7%) студентов-спортсменов считают, что проблема двойной карьеры является актуальной.

Согласно полученным данным, более 83.6% студентов-спортсменов учились на четверки и пятерки в школе, что свидетельствует о том, что студентам удалось выполнять требования школьной программы. Важно отметить, что девушки, закончившие школу с красными дипломами имеют звания КМС, занимались воздушной гимнастикой и прыжках на батуте, студенты, которые учились на хорошо и отлично занимались спортивной акробатикой, плаванием, карате, гимнастикой, легкой атлетикой, бадминтоном, фигурным катанием, боксом, кикбоксингом, при этом все имеют звания МС и КМС. Среди ответов студентов, которые учились на хорошо и удовлетворительно студентки, занимающиеся плаванием и фигурным катанием, имеющие звание КМС, а также юноши, занимающиеся футболом и ММА, имеющие звание МС и КМС.

Таким образом, можно сделать вывод, что совмещение учебы и спорта в школе не зависит от уровня спортивного мастерства и вида спорта.

Ответы относительно совмещения учебы и спорта в вузе говорят о трудностях, при этом 43,3% ответили, что не смотря на трудности они справляются; у 13,3% не получается совмещать, поэтому они скорее всего не завершат учебу, а 6,7% отметили, что им очень сложно. Поэтому можно заключить, что для большинства совмещение учебы

и спорта в университете является сложной задачей, требующей больших усилий.

Что касается ответов о том, где совмещение учебы и спорта более затруднено, то ответы студентов разделились практически поровну, одни считают, что в школе, другие в вузе, третьи что не видят различий.

Важно проанализировать ответы относительно того, какие приоритеты у студентов относительно учебы и спорта.

Так большинство (70%) студентов-спортсменов сталкивались с ситуацией, когда им приходилось выбирать между посещением пар и тренировкой. Данные показывают, что совмещение учебы и спорта в университете часто требует от студентов делать трудный выбор между академическими и спортивными обязательствами.

В то же время на вопрос: «Считаете ли вы, что спорт мешает учебе» 56,7% опрошенных ответили, что не согласны с данным утверждением; 30% выбрали вариант «иногда», а 6,7% согласились с ответом, а 6,7% затруднились дать определенный ответ.

Подводя итог можно заключить, что проблема совмещения спорта и учебы существует, но большинство опрошенных студентов не считают, что спорт мешает учебе, более того несмотря на сложности стремятся сочетать два вида деятельности.

Следующая группа вопросов касалась вопросов, позволяющих выявить факторы помогающие в решении совмещения двух карьер.

На вопрос: «Кто оказывал вам поддержку в совмещении спорта и учебы?», получены данные представленные на рисунке 1.

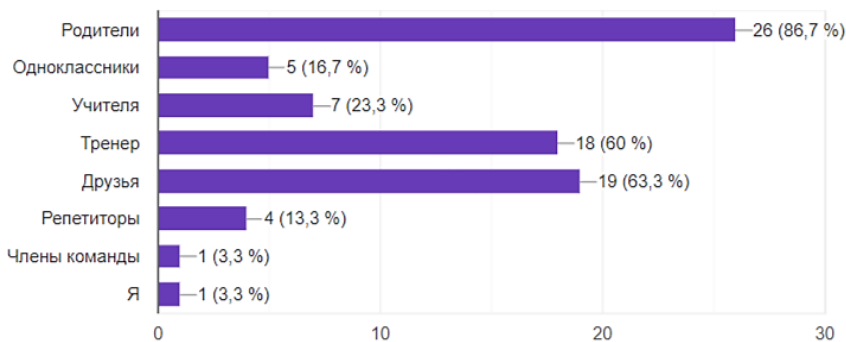


Рисунок 1. Ответы студентов-спортсменов на вопрос «Кто оказывал поддержку в совмещении спорта и учебы?»

На рисунке видно 1, что поддержка студентам-спортсменам в успешном сочетании учебы и спорта в большинстве случаев идет от родителей – 86,7% и от друзей – 63,3% затем от тренера – 60%, далее от учителей – 23,3%, одноклассников – 16,7% репетиторов – 13,3%. В варианте «другое» опрошенные выделили – членов команды (3,3%) и «Я» (3,3%).

Эти данные позволяют сделать вывод о том, что поддержка родителей, тренера и друзей при совмещении двух карьер в школе является ключевой. Наши выводы подтверждают исследования других авторов, которые указывают на роль значимого окружения в поддержке совмещения двойной карьеры спортсменов [7].

На вопрос «Что на ваш взгляд помогает совмещению спорта и учебы?» мы получили различные варианты, поскольку студенты-спортсмены должны были предложить свои варианты ответов.

Все ответы мы сгруппировали в две группы: 1) внутренние факторы – интеллектуальные и личностные качества: мотивация, дисциплина, логика, уверенность в себе, старание и терпение, концентрация; 2) внешние факторы – адекватное отношение преподавателей (лояльность), хорошие отношения с преподавателями и директором, правильное распределение времени (четкий режим дня), репетиторы, поддержка близких.

Исходя из полученных данных, можно сделать вывод, что опрошенные видят важность поддержки окружающих их людей при совмещении спорта и учебы в школе, а также понимают насколько нужна самодисциплина, самоуверенность и правильное планирование своего времени.

Учитывая, что студенты спортсмены готовятся стать тренерами-преподавателями, проведенный опрос можно рассматривать как значимый с позиции формирования профессиональной рефлексии будущих спортивных педагогов.

Важно на наш взгляд сравнить то, как студенты-спортсмены видят ситуацию совмещения спорта и учебы в университете.

На вопрос: Что помогает совмещать спорт и учебу в университете? студенты-спортсмены выбрали несколько вариантов ответов из предложенных нами.

Согласно нашим данным ответы распределились следующим образом:

1. Статус студент-спортсмен – 66,7%.
2. Самоорганизация – 53,3%
3. Индивидуальный подход преподавателей – 50%.
4. Онлайн обучение – 46,7%.
5. Индивидуальный график учебы – 26,7%.
6. Помощь со стороны одногруппников – 30%.
7. Другое (свой ответ) – 3,3%.

Исходя из полученных данных, можно сделать вывод, что статус-студент спортсмен считается одной из самых лучших форм для успешного сочетания спорта и учебы в университете. Ведь он дает возможность без ущерба для учебы ездить на соревнования и сборы, где можно воспользоваться еще одной формой – онлайн занятия, однако здесь важна поддержка преподавателей.

На необходимость развития он-лайн обучения для эффективного совмещения учебы и спорта в институтах физической культу-

ры указывает Р.Р.Хадиуллина, М.И. Галяутдинов, В.М. Афанасьева и Ф.Р. Зотова [1,4].

Индивидуальный подход преподавателей выбрала половина опрошенных, это означает то, что от отношения преподавателя к спортсменам зависит успешность совмещения.

Неотъемлемой частью совмещения является самоорганизация. Больше половины опрошенных считают, что без своих усилий не получится успевать и там, и там.

Индивидуальный график учебы, где у студента есть возможность составлять расписание учебы и тренировок самостоятельно, уделяя внимание каждой сфере одинаково, и помощь со стороны одногруппников, когда они могут помогать, например, с конспектами или объяснением заданий, также являются важными аспектами для студентов-спортсменов.

Выводы. Проведенное исследование доказывает, что для студентов-спортсменов проблема сочетания учебной и спортивной деятельности является актуальной, и что большинство из них сталкивались с трудностями ее решения на протяжении учебы в школе и вузе. Исследование показывает, что несмотря на трудности существует возможность сочетания спорта и учебной деятельности, причем независимо от вида спорта и уровня спортивной подготовки. Выявлены различия в факторах, помогающих сочетать учебу и спорт в вузе и школе, они связаны с тем, что в школе это больше помощь извне, от родителей, тренеров и друзей, то в вузе это больше связано с организацией учебного процесса и самодисциплиной студентов.

Список литературы

1. Афанасьева В. М., Зотова Ф. Р. Спортивная карьера или образование? К вопросу об интеграции образовательного процесса и спортивной подготовки // Наука и спорт: современные тенденции. 2014. Т. 4. № 3. С. 115-119. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sportivnaya-kariera-ili-vysshee-obrazovanie-k-voprosu-ob-integratsii-obrazovatel-nogo-protssesa-i-sportivnoy-podgotovki/viewer> (дата обращения 10.07.2024).
2. Михайлов Б. А., Панчук Н. С. Феномен двойной карьеры: спорт и наука // Ученые записки университета Лесгафта. 2022. № 7 (209). С. 284-289.
3. Стамбулова Н.Б. Психология спортивной карьеры: учеб. Пособие. Санкт-Петербург : Изд-во «Центр карьеры», 1999. 367 с.
4. Хадиуллина Р. Р., Галяутдинов М. И. Концептуальные основы использования дистанционного обучения в вузах физической культуры // Теория и практика физической культуры, 2014. № 4. С. 57-60.
5. Хвацкая Е. Е., Ильина Н. Л. Перспективы исследования «двойной» карьеры в отечественной психологии спорта // Материалы XIII Международной научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта «Рудиковские чтения». Москва, 2017. С. 68-72.
6. Adolescent student-athletes' dual career construction and well-being in dual career development environments: the role of environmental factors / A. Nikander, T. V. Ryba, K. Aunola, N. Ronkainen // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2022. Т. 2, № 1. С. 7-11. URL: <http://elar.urfu.ru/handle/10995/110661>. DOI 10.15826/spp.2022.1.13 (дата обращения 15.06.2024).

7. Knight C. J., Harwood C. G., Sellars, P. A. Supporting Adolescent Athletes' Dual Careers: The Role of an Athlete's Social Support Network // *Psychology of Sport and Exercise*. 2018. № 38. P. 137–147. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.06.007>. (дата обращения 10.06.2024).

8. Stambulova N.B., Wylleman P. Psychology of athletes' dual careers: A state-of-the-art critical review of the European discourse // *Psychology of Sport & Exercise*, 2019. № 42. P.74–88. (дата обращения 10.06.2024).

References

1. Afanasyeva V. M., Zotova F. R. (2014). Sportivnaya kar'era ili obrazovanie? K voprosu ob integracii obrazovatel'nogo processa i sportivnoj podgotovki [Sports career or education? On the issue of integration of the educational process and sports training]. *Nauka i sport: sovremennye tendencii* [Science and sport: modern trends], 4, 3, 115-119. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sportivnaya-kariera-ili-vysshee-obrazovanie-k-voprosu-ob-integratsii-obrazovatel'nogo-protsessa-i-sportivnoy-podgotovki/viewer> (accessed:10.07.2024). (In Russian).

2. Mikhailov B. A., Panchuk N. S. (2022). Fenomen dvojnoj kar'ery': sport i nauka [The phenomenon of a double career: sport and science]. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta* [Scientific notes of the P. F. Lesgaft University], 7 (209), 284-289. (In Russian).

3. Stambulova N.B. (1999). *Psixologiya sportivnoj kar'ery'* [Psychology of sports career]. St. Petersburg : Publishing house «Career Center». (In Russian).

4. Khadiullina R. R., Galyautdinov M. I. (2014). Konceptual'ny'e osnovy' ispol'zovaniya distancionnogo obucheniya v vuzax fizicheskoj kul'tury' [Conceptual foundations of distance learning in the institutes of higher physical education]. *Teoriya i praktika fizicheskoj kul'tury* [Theory and Practice of Physical Culture], 4, 57-60. (In Russian).

5. Khvatskaya E. E., Ilyina N. L. (2017). Perspektivy' issledovaniya «dvojnoj» kar'ery' v otechestvennoj psixologii sporta [Research perspectives of «Dual» career in domestic psychology of sports] // *Materialy' XIII Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoj konferencii psixologov fizicheskoj kul'tury' i sporta «Rudikovskie chteniya»* [Materials of the XIII International scientific and practical conference of psychologists of physical culture and sports “Rudikov readings”], Moscow, 68-72. (In Russian).

6. Nikander A., Ryba T. V., Aunola K., Ronkainen N. Adolescent student-athletes' dual career construction and well-being in dual career development environments: the role of environmental factors// *Current issues of sports psychology and pedagogy*. 2022. Vol.2., No.1. P. 7–11. DOI 10.15826/spp.2022.1.13 URL: <http://clar.urfu.ru/handle/10995/110661>. (accessed: 15.06.2024).

7. Knight C. J., Harwood C. G., Sellars, P. A. (2018). Supporting Adolescent Athletes' Dual Careers: The Role of an Athlete's Social Support Network. *Psychology of Sport and Exercise*, 38, 137–147. DOI 10.1016/j.psychsport.2018.06.007. URL: https://www.researchgate.net/publication/325862411_Supporting_adolescent_athletes'_dual_careers_The_role_of_an_athlete's_social_support_network (accessed: 10.06.2024).

8. Stambulova, N., Wylleman, P. (2019). Psychology of Athletes' Dual Careers: A State-of-the-Art Critical Review of the European Discourse. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 74-88. DOI 10.1016/j.psychsport.2018.11.013. (accessed: 10.06.2024).

Информация об авторе / Information about the authors

Эльвира Александровна Рунченек – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; elyarunchenec15@gmail.com

Анастасия Викторовна Михайлова – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; mikhailowa.nasty@gmail.com

Анастасия Евгеньевна Антропова – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; kote.a.02@mail.ru

Алиса Александровна Бессонова – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; aabessonova@urfu.ru

Евгений Александрович Бухаров – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; buxarov_00@bk.ru

Александр Денисович Худышкин – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; 79221257002@yandex.ru

Elvira Alexandrovna Runchenek – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; elyarunchenek15@gmail.com

Anastasia Viktorovna Mikhailova – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; mikhailowa.nasty@gmail.com

Anastasia Evgenyevna Antropova – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; kote.a.02@mail.ru

Alice Alexandrovna Bessonova – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; aabessonova@urfu.ru

Evgeny Alexandrovich Bukharov – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; buxarov_00@bk.ru

Alexander Denisovich Khudyshkin – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; 79221257002@yandex.ru

Рукопись поступила в редакцию / Received: 27.08.2024

Принята к публикации / Accepted: 15.09.2024

DOI 10.15826/spp.2024.3.114
УДК 796/799

ВЛИЯНИЕ ТРАВМАТИЗМА НА ОТНОШЕНИЕ ДЕВУШЕК-СТУДЕНТОК К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Л. Н. Рогалева, К. Е. Старикова, М. М. А. Абу-Хаммад
Уральский федеральный университет, Екатеринбург, Россия

Аннотация. Целью исследования было изучение влияния травматизма на отношение девушек-студенток к спортивной деятельности. В исследовании приняли участие 148 студенток, перенесших спортивную травму разной степени тяжести. Результаты исследования оценивались в 2-х группах, первую группу составили студентки имеющие спортивные разряды, а вторую группу студентки не имеющие спортивных разрядов. В качестве методики использовалась авторская анкета, которая позволяла выявить причины травм, влияние травматизма на мотивацию к занятиям физической активностью, а также стратегии, способствующие психологическому восстановлению после травмы. Результаты опроса показали, что причинами травмы среди студенток со спортивными разрядами в большей степени являются физические нагрузки, в то время как среди спортсменок без разрядов психологические факторы, такие как снижение самоконтроля. После перенесенной травмы 51,5% студенток с разрядами думали о прекращении занятий спортом, а 48,5% хотели продолжать заниматься спортом, даже имея средние по тяжести травмы. В то время как в группе студенток без разрядов 82,6% после получения травмы думали о прекращении заниматься физической активностью несмотря на то, что имели легкие травмы. Дальнейшие исследования могут быть связаны с профилактикой травматизма в процессе занятий физической культурой и спортом через повышение самоконтроля и стрессоустойчивости студенток.

Ключевые слова: травматизм, девушки-студентки, отношение к физической активности и спорту.

Для цитирования: Рогалева Л.Н., Старикова К.Е., Абу-Хаммад М. М. А. Влияние травматизма на отношение девушек-студенток к занятиям физической культурой и спортом // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2024. Т. 4. № 3. С. 50–58.

THE IMPACT OF INJURIES ON THE ATTITUDE OF FEMALE STUDENTS TO PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

L. N. Rogaleva, K.E. Starikova, M. M. A. Abu Hamid

Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia

Abstract. The purpose of the article was to study the impact of injuries on the attitude of female students to sports activities. The study involved 148 female students who had suffered a sports injury of varying severity. The results of the study were evaluated in 2 groups; the first group consisted of female students with sports grades, and the second group of female students without sports grades. The author's questionnaire was used as a methodology to allow identifying the causes of injuries, the impact of injuries on motivation to engage in physical activity, as well as strategies that contribute to psychological recovery after injury. The results of the survey have showed that the causes of injury among female students with sports grades are more physical exertion, while among female athletes without grades there are psychological factors such as a decrease in self-control. After the injury, 51.5% of female students with grades thought about stopping sports, and 48.5% wanted to continue playing sports, even with moderate injuries. While in the group of female students without grades, 82.6% after receiving an injury thought about stopping physical activity despite having minor injuries. Further research may be related to the prevention of injuries in the process of physical education and sports through increased self-control and stress tolerance of female students.

Keywords: injuries, female students, attitude to physical activity and sports.

For citation: Rogaleva L. N., Starikova K.E., Abu Hamid M. M. A. The impact of injuries on the attitude of female students to physical education and sports // Current issues of sports psychology and pedagogy. 2024. Vol.4. No. 3. P. 50–58.

Актуальность. Проблема травматизма студентов в процессе занятий физической культурой и спортом становится все более актуальной, в силу того что количество спортивных травм увеличивается с каждым годом, особенно среди молодежи [1]. Причины и этиология травматизма студентов, занимающихся физической культурой и спортом, связаны с недочетами в методике работы и организации проведения занятий; нарушение техники безопасности и недостаточная материально-техническая база; погодные условия; личностные характеристики занимающихся; уровень здоровья и недостаточная физическая подготовленность; стрессовые ситуации соревновательной деятельности и другие [4]. Негативные посттравматические психологические состояния оказывают сильное влияние на занимающихся, поэтому у людей переживших травму может меняться отношения к занятиям физической активностью и спортом [2,3].

Согласно ученым спортивные травмы относятся к личностным трудностям, так как получившие травму, переживают апатию, понижение самооценки, повышенную тревожность, страх повторной травмы [5,6]. Поэтому в современных исследованиях все больше делается акцент на том, что психологические факторы, такие как самоконтроль, жизнестойкость играют важную роль в профилактике травматизма [7, 8]. В то же время проблема влияния перенесенной травмы на отношение к занятиям физической культурой и спортом остается мало изученной.

Цель исследования заключалась в изучении влияния травм на отношение к занятиям физической активностью и спортом девушек-студенток.

В исследовании приняло участие 189 студенток в возрасте от 17-22 лет. Для проведения исследования нами была разработана анкета, которая включала вопросы по пяти аспектам: тяжесть перенесенной травмы, место и причина получения травмы, состояние во время травмы, последствие влияния травмы на изменение отношения к занятиям физической культурой и спортом, способы психологического восстановления после травмы.

Перед проведением исследования студенткам был задан вопрос, получали ли они травму в процессе занятий. Из них 148 (78,3 %) ответили утвердительно, оставшиеся 41 (21,7%) не имели травм, поэтому в дальнейшем студентки не имевшие ранее травм, участия в исследовании не принимали. Оставшиеся 148 человек были разделены на 2 группы. Первая группа включала 33 (22,3 %) студенток, имеющих спортивные разряды от I разряда до КМС, а вторая группа составила 115 человек 77,7 % студенток не имеющих спортивных разрядов.

Результаты и обсуждение. Прежде всего мы выявили степень тяжести травм, перенесенных девушками – студентками, данные отражены в таблице 1.

Таблица 1

Данные уровня травматизма девушек-студенток со спортивными разрядами и без спортивных разрядов

Степень тяжести травмы	1 группа Студентки со спортивными разрядами N=33	2 группа Студентки без спортивных разрядов N= 115
Легкая степень травмы	51,5 %	75,6 %
Средняя степень травмы	39,9 %	18,2 %
Тяжелая степень травмы	9,1 %	6,2 %

В ходе проведенного исследования выявлено, что лёгкие травмы преобладали у 75,6% в группе девушек –студенток без разрядов и 51,5% в группе девушек студенток со спортивными разрядами, травмы средней степени тяжести были в группе студенток с разрядами у 39,9% против 18,2% у студенток без разрядов, тяжелая степень травм выявлена у 6,2% студенток без разрядов и 9,1% у студенток с разрядами.

Полученные данные свидетельствуют об высоком проценте студенток, переживших травмы, причем следует отметить наличие тяжелых травм среди обеих групп, что указывает о важности проблемы травматизма среди студенток.

Данные относительно причин травм представлены в таблице 2.

Таблица 2

Данные по причинам травм среди девушек –студенток со спортивными разрядами и без спортивных разрядов

	1 группа Студентки со спортивными разрядами N=33	2 группа Студентки без спортивных разрядов N= 115
Физические нагрузки	54,5%	30,1%
Снижение самоконтроля	21,21%	35,2%
Эмоциональное истощение	9%	7,8%
Во время соревнований	15,29%	5,2%

Согласно данным таблицы 2, мы можем отметить, что в группе студенток с разрядами 54,7% приходится на высокие нагрузки, 30,21% на психологические факторы, 15,1% на соревновательные ситуации. В группе студенток без разрядов данные отличаются 43% относятся к психологическим факторам, 30,1% к физическим нагрузкам, 5,2% к соревновательным ситуациям.

Полученные данные свидетельствуют о том, что причинами травм в равной степени являются как физические нагрузки, так и психологические факторы.

Причинами травматизма при выполнении физических упражнений могут быть такие физические факторы как низкий уровень подготовки, отсутствие разминки, не спортивная одежда, не выспался, не соблюдал технику безопасности и т.д., а также психологические причины, такие как потеря самоконтроля (не внимателен, испугался, падение, рисковал, конфликты в команде и напряженные отношения с тренером).

Согласно нашей гипотезе наличие травматизма может оказывать влияние на отношение к занятиям физической культурой и спортом, данные полученные нами согласно нашей гипотезе представлены на рисунке 1.

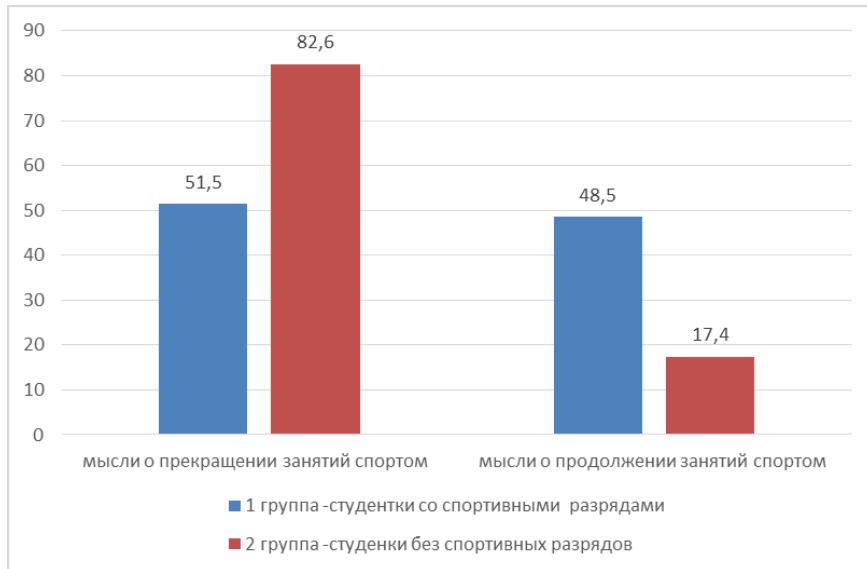


Рисунок 1. Отношение девушек-студенток к занятиям физической активностью и спортом, после перенесенной травмы

Как видно на рисунке 1 среди после травмы 51,5% студенток с разрядами думали о прекращении занятий спортом, а 48,5% хотели продолжать заниматься спортом.

В то время как в группе студенток без разрядов 82,6% думали о прекращении заниматься физической активностью и только 17,4% хотели продолжать заниматься физической активностью.

Данный факт указывает, что травма вызывает негативное отношение к занятиям спортом и физической активностью у тех, в большей степени при низкой спортивной мотивации, причем как мы отмечали студентки в большинстве случаев имели легкие травмы.

Что касается спортсменок с разрядами то мысли о прекращении занятий спортом в большей степени были у тех, кто получил средние и особенно тяжелые травмы.

В ходе исследования ставилась задача выявить какие конструктивные стратегии использовали девушки для того чтобы справиться с посттравматическим стрессом после получения травмы и во время реабилитации. Данные представлены в таблице 3.

Таблица 3

**Предпочтительные стратегии поведения по преодолению
посттравматического стресса среди девушек-студенток, перенесших
травмы**

Стратегии	Студентки N =148
Мыслили позитивно	73 %
Думали о лечении	6 %
Стремились к быстрому выздоровлению	4.2 %
Обращались к спортивному психологу	4.7 %
Преодолевали депрессии	5.4 %
Блокировали негативные мысли	6.7 %

Согласно результатам таблицы 3, мы видим, что доминирующая стратегия поведения, это позитивные мысли, далее идет контроль негативных мыслей, мысли о лечении, преодоление депрессии, помощь психолога, стремление к быстрому выздоровлению.

Следует отметить, что есть различия по степени тяжести травмы, и конечно борьба с депрессией характерна для тех, кто переживал тяжелую травму.

Кроме стратегий нам было важно узнать, какие методы профилактики травм, согласно девушкам –студенткам являются эффективными.

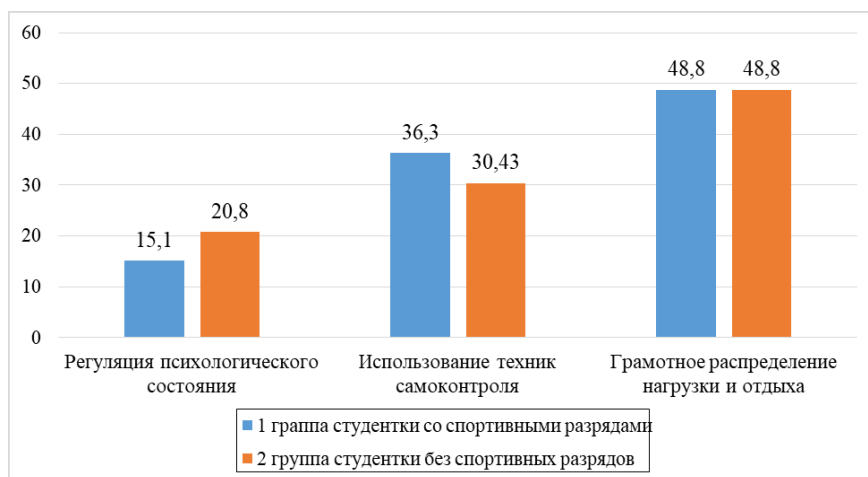


Рисунок 2. Результаты ответов девушек- студенток на выбор эффективных методов профилактики травм

Согласно нашим результатам на первое место студентки с разрядом и без разрядов поставили метод распределения нагрузки и отдыха, на второе место – методы техник самоконтроля, причем студентки с разрядами в большей степени оценили данный вид профилактики, на третье место вышли методы регуляции психологических состояний, причем среди студенток без разрядов больше человек отдают данному фактору предпочтение.

Эти данные свидетельствуют о равноценности правильной организации занятий по физической активности и спорту, которая будет способствовать снижению спортивного травматизма, а также необходимости психологической подготовке студентов, позволяющей им лучше контролировать различные ситуации взаимодействия во время выполнения физических упражнений и свое психологическое состояние.

Выводы. Проведенный опрос девушек-студенток о перенесенных травмах и их влияние на отношение к занятиям физической активностью и спортом позволяет заключить, что существуют различия в ответах, студенток с разрядами по сравнению со студентками без разрядов. Более высокая вовлеченность в занятия спортом способствует более высокой мотивации продолжения заниматься, даже после травм средней и высокой тяжести, в то же время более низкая вовлеченность в занятия физической активностью приводит к негативному отношению к занятиям даже в случаях легкой травмы. Полученные данные свидетельствуют о высокой значимости психологического фактора, приводящего к травмам среди студенток не имеющих спортивных разрядов, следовательно важны дальнейшие исследования травматизма и методов его профилактики среди студентов не спортсменов.

Список литературы

1. Агранович В.О., Агранович Н.В. Анализ спортивного травматизма при занятиях физической культурой и спортом и создание условий по его снижению // Здоровье и образование в XXI веке. 2017. Том. 19. № 2. С. 77-81
2. Влияние перенесенной травмы на отношение студенток к дальнейшим занятиям по физической культуре / Семёнова Г.И., Шихов А.В., Соломянный А.В., Старикова К.Е. // Теория и практика физической культуры. 2024. № 3. С. 108-110.
3. Лубышева Л.И. Физическая активность студентов после перенесенной травмы с использованием ассистивных технологий // Теория и практика физической культуры. 2024. № 3. С. 107.
4. Причины и профилактика травматизма у студентов при занятиях физкультурой и спортом / В.Ю. Асанин, А.Т. Деверинская, Е.В. Бондарева, А.Н. Григорьев // Вестник Российского университета кооперации. 2012. № 3(9). Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-i-profilaktika-travmatizma-u-studentov-pri-zanятиyahfizkulturoy-i-sportom> (дата обращения: 12.09.2024).
5. Старикова К. Е. Спортивный травматизм и психологические состояния спортсменов // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2022. Т. 2, № 4. С. 50-53. DOI 10.15826/spp.2022.4.56. URL: <http://elar.urfu.ru/handle/10995/120272>. (дата обращения 10.08.2024).
6. Exploring attributional and coping strategies in competitive injured athletes: a qualitative approach / F. Leguizamo, A. Núñez, E. Gervilla, A. Olmedilla, A. Garcia-Mas // Frontiers

in Psychology. 2023. Vol. 14., 13 p. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37965668/> (дата обращения: 15.09.2024).

7. Salim J., Wade R., Diss C. Examining the relationship between hardiness and perceived stress-related growth in a sport injury context // *Psychology of Sport and Exercise*. 2015. № 19. P. 10-17. (дата обращения 11.07.2024).

8. Self-control and injury prevention in students in physical culture and sports / A. K. Namazov, N. B. Majidov, I.V. Kivihariu, K.A. Namazov // *Sport Science Journal*. Vol. 4, № 4, 2022, pp. 79-84. URL: https://www.researchgate.net/publication/369644899_self-control_and_injury_prevention_in_students_in_physical_culture_and_sports#fullTextFileContent (дата обращения 12.05.2024).

References

1. Agranovich V.O., Agranovich N.V. (2017). Analiz sportivnogo travmatizma pri zanyatiyah fiziche-skoj kul'turoj i sportom i sozdanie uslovij po ego snizheniyu [Analysis of sports injury in sport and the creation of conditions for its reduction]. *Zdorov'e i obrazovanie v XXI veke* [Health and Education Millennium], 19, 2, 77-81. (In Russian).

2. Semenova, G. I., Shikhov, A. V., Solomyanny, A. V., Starikova, K. E. (2024). Vliyanie perenesennoj travmy na otnoshenie studentok k dal'nejshim zanyatiyam po fizicheskoj kul'ture [Influence of injury on the attitude of female students to further physical cultural classes]. *Teoriya i praktika fizicheskoj kul'tury* [Theory and Practice of Physical Culture], 3, 108-110. (In Russian).

3. Lubyshva L.I. (2024). Fizicheskaya aktivnost' studentov posle perenesennoj travmy s is-pol'zovaniem assistivny'x tehnologij [Physical activity of students after trauma using assistive technologies]. *Teoriya i praktika fizicheskoj kul'tury* [Theory and Practice of Physical Culture], 3, 107. (In Russian).

4. Asanin V.Yu., Deverinskaya A.T., Bondareva E.V., Grigoriev A.N. (2012). Prichiny i profilaktika travmatizma u studentov pri zanyatiyakh fizkulturoy i sportom [Causes and injury prevention of students when en-gaging in exercise and sport]. *Vestnik RUK*. No. 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-i-profilaktika-travmatizma-u-studentov-pri-zanyatiyahfizkulturoy-i-sportom> (accessed: 04.03.2024) (In Russian).

5. Starikova Hk. E. (2022). Sportivny'j travmatizm i psixologicheskie sostoyaniya sportsmenov [Sports injuries and psychological conditions of athletes]. *Aktual'ny'e voprosy sportivnoj psixologii i pedagogiki* [Current issues of sports psychology and pedagogy]. 2, 4, 50–53. DOI 10.15826/spp.2022.4.56. URL: <http://elar.urfu.ru/handle/10995/120272>. (accessed: 10.08.2024). (In Russian).

6. Leguizamo F., Núñez A., Gervilla E., Olmedilla A., Garcia-Mas A. (2023). Exploring attributional and coping strategies in competitive injured athletes: a qualitative approach. *Frontiers in Psychology*, 14, 13 p. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37965668/> (accessed: 15.09.2024).

7. Salim J., Wade R., Diss C. (2015). Examining the relationship between hardiness and perceived stress-related growth in a sport injury context. *Psychology of Sport and Exercise*, 19, 10-17. URL: <https://pure.roehampton.ac.uk/portal/en/publications/examining-the-relationship-between-hardiness-and-perceived-stress> (accessed: 11.07.2024).

8. Namazov A.K. Majidov N.B., Kivihariu I.V., Namazov K.A. (2022). Self-control and injury prevention in students in physical culture and sports. *Sport Science Journal*, 4, 4, 79-84. URL: https://www.researchgate.net/publication/369644899_self-control_and_injuryprevention_in_students_in_physical_culture_and_sports#fullTextFileContent (accessed: 12.05.2024).

Информация об авторах / Information about the authors

Людмила Николаевна Рогалева – кандидат педагогических наук, доцент, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; l.n.rogaleva@urfu.ru

Кристина Евгеньевна Старикова – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; starikova2001k@gmail.com

Мохаммад Мамун Ахмад Абу Хаммад (Иордания) – магистр, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; mohammadabu.hammad@yahoo.com

Liudmila Nikolaevna Rogaleva – PhD (Psychology), Associate Professor, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; l.n.rogaleva@urfu.ru

Нкристина Yevgenievna Starikova – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; starikova2001k@gmail.com.

Muhammad Mamun Ahmed Abu Hamid (Jordan)– master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; mohammadabu.hammad@yahoo.com

Рукопись поступила в редакцию / Received: 10.07.2024

Принята к публикации / Accepted: 20.08.2024

МЯГКИЙ ФИТНЕС КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Е. А. Широкова, М. А. Щеголева

Калужский государственный университет им. К. Э. Циолковского, Калуга,
Россия

Аннотация. Современные тенденции, заключающиеся в цифровизации всех сфер жизни, оптимизации часов по физической культуре в высших учебных заведениях приводят к снижению двигательной активности учащейся молодёжи, в результате чего возникает необходимость подбора таких программ двигательной активности, которые соответствовали бы возможностям студентов. Цель исследования: обосновать целесообразность применения средств мягкого фитнеса на занятиях со студентами высших учебных заведений. Материалы и методы. В исследовании приняли участие студенты Калужского государственного университета им. К. Э. Циолковского, занимающиеся на отделении «мягкий фитнес» и «аэробика» в 2020/2021 учебном году. Численность каждой группы составила 30 человек. В начале и в конце учебного года студенты сдавали контрольные нормативы, а также им было предложено заполнить опросник «Адаптивность» (МЛО-АМ). Основные результаты. Внедрение средств мягкого фитнеса в занятия позволяют увеличить показатели адаптационного потенциала (13,84 %, $p < 0,05$) и нервно-психической устойчивости (18,24 %, $p < 0,05$), улучшить коммуникативные способности, физическую и функциональную подготовленность, о чём свидетельствуют показатели контрольных нормативов и проведённые функциональные пробы. Выводы. Проведённый обзор литературных источников, а также собственные исследования позволяют нам сделать вывод о том, что упражнения мягкого фитнеса достаточно эффективны и позволяют улучшить как физические кондиции, так и функциональную подготовленность, кроме того, они оказывают значительный психорегулирующий эффект, что позволяет нормализовать эмоциональный фон и снизить уровень стресса. Полученная информация делает мягкий фитнес перспективным полем для исследования не только в высшем образовании, но и в других сферах деятельности.

Ключевые слова: двигательная активность, мягкий фитнес, оздоровление, уровень подготовленности, студенты.

Для цитирования: Широкова Е. А., Щеголева М. А. Мягкий фитнес как перспективное направление оздоровительных занятий со студентами высших учебных заведений // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2024. Т. 4. № 3. С. 59–68.

SOFT FITNESS AS A PROMISING DIRECTION OF HEALTH-IMPROVING CLASSES WITH STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL UNIVERSITIES

E. A. Shirokova, M. A. Shchegoleva

Kaluga State University named after K. E. Tsiolkovsky, Kaluga, Russia

Abstract. Modern trends, consisting in the digitalization of all spheres of life, optimization of hours for physical education in higher educational institutions lead to a decrease in the motor activity of students, as a result there is a need to select such motor activity programs that would correspond to the capabilities of students. The purpose of the study: to substantiate the feasibility of using soft fitness tools in classes with students of higher educational universities. Materials and methods. The study involved students of Kaluga State University named after K. E. Tsiolkovsky, which study take course of “soft fitness” and “aerobics” in the 2020/2021 academic year. Each group consisted of 30 people. At the beginning and at the end of the academic year, students passed control standards, and they were also asked to fill out the Adaptability questionnaire (MLO-AM). *Key results.* The introduction of soft fitness tools into classes allows to increase the indicators of adaptive potential (13,84%, $p < 0.05$), neuropsychic stability (18,24%, $p < 0.05$), improve communication skills, physical and functional preparedness, as evidenced by the indicators of control standards and the functional tests conducted. Conclusions. The conducted review of literary sources, as well as our own research, allows to conclude that soft fitness exercises are quite effective and allow us to improve both physical fitness and functional preparedness, in addition, they have a significant psychoregulatory effect, which allows to normalize the emotional background and reduce stress level. The information obtained makes soft fitness a promising field for research not only in higher education, but also in other areas of activity.

Key words: motor activity, soft fitness, health improvement, level of preparedness, students.

For citation: Shirokova E. A., Shchegoleva M. A. Soft fitness as a promising direction of health-improving classes with students of higher educational universities// Current issues of sports psychology and pedagogy. 2024. Vol.4. No. 3. P. 59–68.

Введение. Технологические достижения общества (компьютеры, планшеты, телефоны) отнимают у современного человека много времени и отвлекают его от физической активности. Так, опрос, проводимый среди студентов очного отделения Калужского государственного университета им. К. Э. Циолковского в 2022/2023 учебном году выявил, что обучающиеся предпочитают проводить свободное время в социальных сетях и в мессенджерах 68%, (204 респондента) вместо прогулок и занятий физической активностью на свежем воздухе 32%, (96 респондентов). Кроме того, среди 300 опрошенных только 8% (24 студента) регулярно занимаются спортом, 14% (42 студента) занимаются физической активностью время от времени, остальные имели

только опыт занятий физической культурой в школе, а дополнительные секции посещают крайне редко, либо не посещают совсем.

Преимущественно сидячий образ жизни учащейся молодёжи, сокращение количества практических занятий физической культурой и вынесение их на самостоятельное изучение может спровоцировать значительное ухудшение состояния здоровья, снижение физических и функциональных кондиций, о чём уже есть упоминания в научной литературе [10].

Складывающиеся условия делают программы мягкого фитнеса актуальным полем для исследований, поскольку они могут применяться как среди студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, так и среди студентов, имеющих низкий уровень физической подготовленности.

Цель: обосновать целесообразность применения средств мягкого фитнеса на занятиях со студентами высших учебных заведений.

Задачи:

1. Охарактеризовать состояние здоровья учащейся молодёжи;
2. Описать особенности программ мягкого фитнеса и выявить их отличия от других популярных фитнес-направлений.
3. Проанализировать современные исследования, посвященные воздействию мягкого фитнеса на физическое и психологическое состояние занимающихся, сделать выводы о его эффективности.

Методы и организация исследования. В исследовании приняли участие студенты Калужского государственного университета им. К.Э. Циолковского, занимающиеся на отделении «мягкий фитнес» и «аэробика» в 2020/2021 учебном году. Численность каждой группы составила 30 человек. В начале и в конце учебного года студенты сдавали контрольные нормативы («наклон из положения стоя со скамейки», «подъём туловища из положения лёжа», «подъём прямых ног в висе на шведской стенке», «планка с опорой на предплечья», проба Штанге, проба Генчи, частота сердечных сокращений в состоянии покоя), а также им было предложено заполнить многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО-АМ).

В работе применялись следующие **методы**: анализ научно-методической литературы, контент-анализ, педагогические эксперимент, педагогическое тестирование, психологическое тестирование.

Результаты и их обсуждение. Известно, что для занятий физической активностью необходима, прежде всего, мотивация. А она возникает в том случае, если предлагаемая физическая нагрузка соответствует индивидуальным физическим и психологическим возможностям занимающихся, а также вызывает интерес.

Интерес может возникать по разным причинам, например – желание улучшить свое физическое состояние, снять стресс или оказать положительное влияние на эмоциональное состояние, повысить уверенность в себе, научиться командному взаимодействию (если речь идёт о командных видах спорта). Вместе с тем, только мотивации не-

достаточно для занятий физической активностью, необходима дисциплина, поскольку она обеспечивает регулярность занятий и при снижении мотивационного компонента позволяет поддерживать необходимый уровень двигательной активности. Именно по этой причине в дошкольных, школьных, средне-специальных и высших учебных заведениях занятия физической культурой являются регулярными и обязательными для всех.

Регулярность занятий необходима для возникновения третьего компонента – результата. Даже если у занимающихся на первых этапах занятий мотивация выражена слабо, но они занимаются регулярно и видят полученный результат – мотивационный компонент снова начинает играть более значимую роль. При этом полученный результат может проявляться не только в улучшении физического состояния, уровня подготовленности, в нормализации веса, но и в оптимизации психологического состояния, снижении уровня стресса и пр.

К сожалению, современные тенденции, преобладающие в обществе, провоцируют ухудшение общего состояния здоровья учащейся молодёжи. Проведённый нами контент-анализ документации показал, что в период с 2013 по 2020 учебный год постепенно снижалось количество студентов, отнесённых по состоянию здоровья к основной медицинской группе, и увеличивалось количество студентов подготовительной и специальной медицинских групп (рисунок 1).

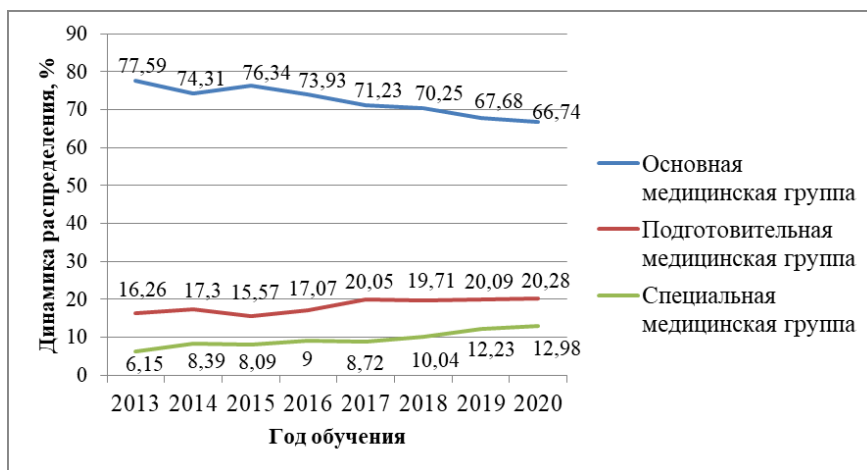


Рисунок 1. Распределение студентов КГУ им. К. Э. Циолковского по медицинским группам в период с 2013 по 2020 учебный год (в %)

С учётом складывающейся ситуации многие авторы рекомендуют смещать нагрузку на практических занятиях физической культурой с учащейся молодёжью в зону средней и низкой интенсивности [1, 10, 11], вследствие чего перспективным направлением оздоровительной физической активности для студентов ВУЗов может стать мягкий фитнес.

Мягкий (ментальный) фитнес представляет собой систему упражнений, первоначально разработанную для тех, кто имеет определенные отклонения в состоянии здоровья и кому противопоказаны интенсивные тренировки. В качестве примеров программ мягкого фитнеса можно назвать следующие: пилатес, миофасциальный релиз, стретчинг, Antigravity, PortDeBras и др.

Об эффективности данных направлений при работе со студентами специальной медицинской группы писали современные авторы [3, 7, 9]. Однако фитнес-технологии постепенно набирают всё большую популярность [6] и те тренировки, которые первоначально разрабатывались для людей с отклонениями в состоянии здоровья, постепенно модифицируются и предлагаются здоровым занимающимся. В частности, мягкий фитнес может подойти для студентов, обладающих невысоким уровнем физической подготовленности в качестве «переходного» этапа к более интенсивным видам физической активности. Кроме того, занятия могут быть полезны и физически подготовленным студентам с целью восстановления физического и психологического состояния, а также в плане изучения особенностей и специфики упражнений.

Особенности мягкого фитнеса заключаются в правильном и равномерном распределении нагрузки, при котором исключаются упражнения высокой ударности и высокой интенсивности. В процессе занятий важным является «ментальный» компонент, т. е. занимающиеся учатся концентрироваться на возникающих телесных ощущениях, отслеживать их, а также распределять внимание по телу и направлять его на работающие группы мышц [12]. Современные авторы внедряют в занятия со студентами как средства отдельных программ, так и их комплексы, что позволяет разнонаправленно воздействовать на организм занимающихся.

Исследования Т. Ю. Маскаевой подтвердили, что комплексное использование средств йоги, пилатеса и аутогенной тренировки на занятиях физической культурой со студентами ВУЗов способствовали увеличению показателей психической активации, интереса, эмоционального тонуса и комфортности, а также снижению показателей напряжения. Также было отмечено увеличение результативности в следующих тестах: «проба Ромберга», «поднимание туловища за 1 минуту», «сгибание / разгибание рук в упоре лёжа», «проба Штанге» и «проба Генчи» [8].

Г. В. Боброва и Т. А. Глазина отмечают, что применение средств мягкого фитнеса на занятиях физической культурой со студентами позволяет значительно снизить проявление стресса (поведенческого, эмоционального, физиологического), а также увеличивают уровень физической подготовленности (о чём свидетельствуют результаты гарвардского степ-теста) [2].

Н. Г. Кузнецова, И. Е. Камышкайло и А. Ю. Дубовик в своём исследовании отмечали, что внедрение мягкого фитнеса в занятия со сту-

дентами способствовало не только улучшению самочувствия и физической подготовленности, но также и увеличению общего уровня двигательной активности, что отражалось на среднем количестве шагов, пройденных студентами за день [4].

Наши исследования также подтверждают позитивные воздействия мягкого фитнеса на физическое и психологическое благополучие занимающихся.

На рисунке 2 представлена динамика показателей по опроснику «Адаптивность» (МЛЮ-АМ).

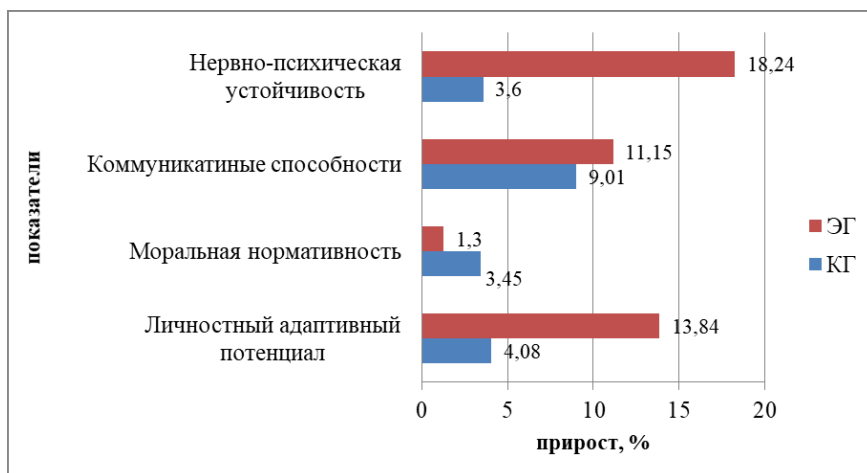


Рисунок 2. Динамика показателей личностного адаптационного потенциала и его составляющих в группах на завершающем этапе исследования (в %)

Так, внедрение экспериментальной комплексной программы на основе средств «мягкого» фитнеса способствовало улучшению показателей адаптационного потенциала (13,84%, $p < 0,05$), что отражалось в позитивной динамике нервно-психической устойчивости (18,24%, $p < 0,05$) и коммуникативных способностей (11,15% $p < 0,05$) в экспериментальной группе. В контрольной группе изменения в процентном отношении оказались несколько ниже и составили от 3,6% до 9,01%. При этом нервно-психическая устойчивость респондентов экспериментальной группы оказалась статистически значимо выше по сравнению с контрольной группой.

Позитивная динамика физического благополучия отражалась в увеличении результативности контрольных нормативов («наклон из положения стоя со скамейки», «подъём туловища из положения лёжа», «подъём прямых ног в висе на шведской стенке», «планка с опорой на предплечья»), а также в улучшении функционального состояния кардиореспираторной системы («проба Штанге», проба Генчи, частота сердечных сокращений в состоянии покоя) (рисунок 3).



Рисунок 3. Динамика показателей физического благополучия в группах на завершающем этапе эксперимента

Прирост среди респондентов экспериментальной группы по данным показателям составил 5,05% до 28,02%, в то время как в контрольной группе прирост показателей оказался несколько ниже (в среднем от 5,85% до 13,18%).

Также необходимо отметить, что опрос студентов, занимающихся в группе мягкого фитнеса, свидетельствовал о том, что занятия «мягким» фитнесом субъективно воспринимались как более доступные по сравнению с занятиями в группе аэробики [13].

Вместе с тем, современные авторы отмечают, что в любом случае необходимо учитывать индивидуальные особенности студентов для того, чтобы сделать практику оптимальной и добиться улучшения здоровья, внешности и гармоничного развития личности в целом [5]. Учитывая очень разный уровень подготовленности среди студентов нефизкультурного профиля, для кого-то предлагаемая нагрузка может быть очень лёгкой, а у кого-то может вызвать серьёзные сложности, вследствие чего необходимо адаптировать упражнения соответствующим образом.

Заключение.

Таким образом, проведённое нами исследование позволяет сделать следующие выводы:

1. Постепенно ухудшающееся состояние здоровья учащейся молодёжи, снижение её физических и функциональных кондиций, а также сокращение практических часов по физической культуре требует поиска новых, более доступных программ физической активности для студентов высших учебных заведений.

2. Программы мягкого фитнеса отличаются невысокой ударностью и низкой интенсивностью, содержат психорегулирующий компонент,

что позволяет их адаптировать в соответствии с возможностями и потребностями учащейся молодёжи.

3. Программы мягкого фитнеса, не смотря на кажущуюся простоту и доступность, способствуют улучшению как физического, так и функционального состояния, а также оказывают значительное влияние на уровень стресса и эмоциональное состояние занимающихся, что делает программы мягкого фитнеса актуальным полем для исследований не только в области образования, но и в других сферах жизни.

Список литературы

1. Антонова И. Н., Шутова Т. Н., Носова А. В., Ефремова Н. Г. Уровень работы сердечной мышцы студентов-экономистов при физической нагрузке // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2017. №10 (152). С. 12–16.

2. Боброва Г. В., Глазина Т. А. Повышение стрессоустойчивости обучающихся в результате использования комплекса упражнений «мягкий фитнес» в процессе физического воспитания в ВУЗе // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2024. №2(48). С. 152–157.

3. Бутакова, Е. Д. Особенности занятий мягким фитнесом в физическом воспитании студентов специальной медицинской группы // Актуальные тенденции и инновации в развитии физической культуры и спорта в системе образования России и за рубежом: материалы научно-практической конференции с международным участием. Санкт-Петербург, 2023. С. 35–45.

4. Кузнецова Н. Г. Камышкайло И. Е., Дубровик А. Ю. Занятия «ментальным» фитнесом как способ коррекции качества жизни студентов // Состояние и перспективы технического обеспечения спортивной деятельности: материалы VII Международной научно-технической конференции. Минск, 2021. С. 150–153.

5. Кулик Е. В. Использование мягкого фитнеса в занятиях со студентами // Проблемы совершенствования физического воспитания студентов: материалы всероссийской научно-методической конференции, посвященной 85-летию РГУ нефти и газа имени И.М. Губкина. Москва, 2015. С. 78–79.

6. Лахина Е. А., Козлова А. В., Молорошвилло М. Н. Фитнес-технологии как компонент физкультурного образования студентов вуза // Теория и практика физической культуры. 2012. № 2. С. 36–39.

7. Мамонова, О. В. Методика занятий мягким фитнесом в физическом воспитании студентов с особыми образовательными потребностями // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2023. № 2 (216). С. 289–291.

8. Маскаева, Т. Ю. Влияние занятий мягким фитнесом на психофизическое состояние студентов 1 курса // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2023. Т. 2, № 4. С. 403–408.

9. Морозова Л. В., Кирьянова Л. А., Бутакова Е. Д. Мягкий фитнес как направление в физическом воспитании студентов специальной медицинской группы // Теория и практика физической культуры. 2023. №8. С. 27.

10. Салеев Э. Р. Лонгитюдное сравнительное исследование физического развития и физической подготовленности у студентов первокурсников // Фундаментальные исследования. 2014. № 12 (3). С. 529–533.

11. Хвалебо Г. В. Физическая культура как фактор укрепления здоровья студентов // Вестник Таганрогского института имени А.П. Чехова. 2012. № 1. С. 104–105.

12. Широкова Е. А., Макеева В. С. Ментальный фитнес в регулировании психологического благополучия студентов ВУЗА // Спортивный психолог. 2020. № 1 (56). С. 63–66.12.

13. Широкова Е. А., Макеева В. С. Комплексное использование средств ментального фитнеса в регулировании физического благополучия студентов ВУЗа // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2020. № 7. С. 77–82.

References

1. Antonova I. N., SHutova T. N., Nosova A. V., Efremova N. G. (2017). Uroven' raboty serdechnoj myshcy studentov-ekonomistov pri fizicheskoj nagruzke [The level of work of the heart muscle of students-economists in physical loading]. *Uchenye zapiski universiteta im P. F. Lesgafta* [Scientific Notes of the University named after P.F. Lesgaft], 10 (152), 12–16. (In Russian).
2. Bobrova G. V., Glazina T. A. (2024). Povyshenie stressoustojchivosti obuchayushchihhsya v rezul'tate ispol'zovaniya kompleksa uprazhnenij «myagkij fitness» v processe fizicheskogo vospitaniya v VUZE [Improving the stress resistance of students as a result of using the complex of exercises “soft fitness” in the process of physical education in the university]. *Fizicheskoe vospitanie i sportivnaya trenirovka* [Physical education and sports training], 2(48), 152–157. (In Russian).
3. Butakova E. D. (2023). Osobennosti zanyatij myagkim fitnessom v fizicheskom vospitanii studentov special'noj medicinskoj gruppy [Features of soft fitness classes in the physical education of students of a special medical group]. *Aktual'nye tendencii i innovacii v razvitii fizicheskoy kul'tury i sporta v sisteme obrazovaniya Rossii i za rubezhom: materialy nauchno-prakticheskoy konferencii s mezhdunarodnym uchastiem* [Current trends and innovations in the development of physical culture and sports in the education system of Russia and abroad: materials of the scientific and practical conference with international participation]. Sankt-Peterburg, 35–45. (In Russian)
4. Kuznecova N. G. Kamyshkajlo I. E., Dubrovik A. YU. (2023). Zanyatiya «mental'nym» fitnessom kak sposob korrekcii kachestva zhizni studentov [Mental fitness classes as a way to correct the quality of life of students]. *Sostoyanie i perspektivy tekhnicheskogo obespecheniya sportivnoj deyatel'nosti: materialy VII Mezhdunarodnoj nauchno-tekhnicheskoy konferencii* [State and Prospects of Technical Support of Sports Activities: Materials of the VII International Scientific and Technical Conference]. Minsk, 150–153. (In Russian).
5. Kulik E. V. (2015) Ispol'zovanie myagkogo fitnesa v zanyatiyah so studentami [The use of soft fitness in classes with students] *Problemy sovershenstvovaniya fizicheskogo vospitaniya studentov: materialy vserossijskoj nauchno-metodicheskoy konferencii, posvyashchennoj 85-letiyu RGU nefti i gaza imeni I.M. Gubkina* [Problems of Improving Physical Education of Students: Materials of the All-Russian Scientific and Methodological Conference Dedicated to the 85th Anniversary of Gubkin Russian State University of Oil and Gas]. Moskva, 78–79. [In Russian].
6. Lahina E. A., Kozlova A. V., Moloroshvilo M. N. (2012). Fitnes-tehnologii kak komponent fizkul'turnogo obrazovaniya studentov vuza [Fitness-technologies as a component of physical education of university students]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and practice of physical culture.], 2, 36–39. (In Russian).
7. Mamonova O. V. (2023) Metodika zanyatij myagkim fitnessom v fizicheskom vospitanii studentov s osobymi obrazovatel'nymi potrebnostyami [Methods of classes in soft fitness in physical education of students with special educational needs]. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta* [Scientific Notes of the University named after P.F. Lesgaft], № 2 (216), 289–291. (In Russian).
8. Maskaeva, T. YU. (2023). Vliyanie zanyatij myagkim fitnessom na psihofizicheskoe sostoyanie studentok 1 kursa [The influence of soft fitness classes on the psychophysical state of 1st year students]. *Fizicheskoe vospitanie i studencheskij sport* [Physical education and student sports], Vol 2, 4, 403–408. (In Russian).
9. Morozova L. V., Kir'yanova L. A., Butakova E. D. (2023). Myagkij fitness kak napravlenie v fizicheskom vospitanii studentov special'noj medicinskoj gruppy [Soft fitness as a direction in physical education of students of a special medical group]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 8, 27 (In Russian).
10. Saleev E. R. (2014). Longityudnoe sravnitel'noe issledovanie fizicheskogo razvitiya i fizicheskoy podgotovlennosti u studentov pervokursnikov [Longitudinal comparative study of physical development and physical training of first-year students]. *Fundamental'nye issledovaniya* [Basic research], 12 (3), 529–533. (In Russian).

11. Hvalebo G. V. (2012). Fizicheskaya kul'tura kak faktor ukrepleniya zdorov'ya studentov [Physical culture as a factor in strengthening the health of students]. *Vestnik Taganrogskego instituta imeni A.P. Chekhova* [Bulletin of Taganrog University named after A.P. Chekhov], 1, 104–105. (In Russian).

12. SHirokova E. A., Makeeva V. S. (2020). Mental'nyj fitnes v regulirovanii psichologicheskogo blagopoluchiya studentov VUZA [Mental fitness in the regulation of psychological well-being of university students]. *Sportivnyj psiholog* [Sports psychologist], 1 (56), 63–66. (In Russian).

13. SHirokova E. A., Makeeva V. S. (2020). Kompleksnoe ispol'zovanie sredstv mental'nogo fitnesa v regulirovanii fizicheskogo blagopoluchiya studentov VUZA [The Complex Use of Mental Fitness Tools in the Regulation of the Physical Well-Being of University Students]. *Izvestiya Tul'skogo gosudarstvennogo universiteta. Fizicheskaya kul'tura. Sport*. [Proceedings of the Tula State University. Physical Education. Sport], 7, 77–82. (In Russian).

Информация об авторах / Information about the authors

Евгения Александровна Широкова – кандидат педагогических наук, доцент, Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского; kaktus86@mail.ru

Марина Анатольевна Щеголева – мастер спорта СССР по художественной гимнастике, доцент, Калужский государственный университет им. К. Э. Циолковского; aerolama@yandex.ru

Evgenia Aleksandrovna Shirokova – PhD (Pedagogy), Kaluga State University named after K. E. Tsiolkovsky; kaktus86@mail.ru

Marina Anatolyevna Shchegoleva – Master of Sports of the USSR in rhythmic gymnastics, docent, Kaluga State University named after K.E. Tsiolkovsky; aerolama@yandex.ru

Рукопись поступила в редакцию / Received: 05.09.2024

Принята к публикации / Accepted: 21.09.2024

Научное издание

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СПОРТИВНОЙ
ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ

CURRENT ISSUES OF SPORTS PSYCHOLOGY
AND PEDAGOGY

Vol. 4, 2024, № 3

Редактор *Л. Н. Рогалева*

Верстка *А. Ю. Матвеев*

Editor *Liudmila Rogaleva*

Imposition *Alexey Matveev*

*Электронное сетевое издание
размещено в архиве УрФУ
<http://elar.urfu.ru>*

Дата выхода в свет 14.11.2024. Формат 70x100/16.
Уч.-изд. л. 4,1. Объем данных 1.42 Мб. Гарнитура Times.

Издательство Уральского университета
620000, Екатеринбург-83, ул. Тургенева, 4
Тел.: +7 (343) 358-93-06, 350-90-13, 358-93-22, 350-58-20
Факс: +7 (343) 358-93-06
E-mail: press-urfu@mail.ru