

Федеральное государственное образовательное бюджетное
учреждение высшего образования
ФИНАНСОВЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ПРИ ПРАВИТЕЛЬСТВЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ФИЛИАЛ

МЕСТО И РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

*Сборник статей и тезисов докладов
Всероссийской научно-практической конференции*

19–20 мая 2022 г.

Секция 2

**Физическая культура и спорт как часть жизни общества
(аспекты права, экономики, медицины и психологии)**



СКИФИЯ
принт

Санкт-Петербург
2022

УДК 796:34

ББК 75

М53

Рецензенты:

Ашкинази Сергей Максимович — доктор педагогических наук, профессор кафедры теории и методики неолимпийских видов спорта НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, академик Балтийской педагогической академии, вице-президент международной Федерации “Unifight”, мастер спорта СССР по гимнастике, мастер спорта СССР по офицерскому многоборью.

Нестеров Юрий Игоревич — заслуженный мастер спорта СССР, олимпийский чемпион по гандболу, президент РОО «Федерация Гандбола Санкт-Петербурга», директор СШОР Кировского района Санкт-Петербурга.

Редакционная коллегия:

Главный редактор — *Рагозина Наталья Александровна*, канд. юрид. наук, доцент кафедры «Межкультурные коммуникации и общегуманитарные науки» Санкт-Петербургского филиала Финансового университета при Правительстве Российской Федерации, доцент кафедры конституционного и административного права Санкт-Петербургского государственного экономического университета.

Научный редактор — *Островская Наталья Вячеславовна*, канд. полит. наук, доцент кафедры «Менеджмент» Санкт-Петербургского филиала Финансового университета при Правительстве Российской Федерации.

Ответственный редактор — *Сытник Галина Владимировна*, канд. психол. наук, заведующий сектором научно-технической информации научно-исследовательского отдела НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.

Ответственный редактор — *Новиков Андрей Борисович*, д-р юрид. наук, доцент, заведующий кафедрой конституционного и административного права Санкт-Петербургского государственного экономического университета.

М53 Место и роль физической культуры в современном мире: сборник статей и тезисов докладов всероссийской научно-практической конференции (19–20 мая 2022 г.). Секция 2. Физическая культура и спорт как часть жизни общества (аспекты права, экономики, медицины и психологии). Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета. — СПб.: Скифия-принт, 2022. — 360 с.

В сборнике представлены материалы секции: «Физическая культура и спорт как часть жизни общества (аспекты права, экономики, медицины и психологии)» по развитию массового спорта, корпоративному спортивному движению, развитию ФСК ГТО, инновационным образовательным технологиям в системе физической культуры и спорта (ФК и С), спортивному праву, здоровому образу жизни (ЗОЖ), психологическому сопровождению спортивного резерва.

ISBN 978-5-00197-050-7

© Финансовый университет

при Правительстве Российской Федерации —
Санкт-Петербургский филиал, 2022

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Е.Е. Алимова, В.С. Куликов, Г.В. Сытник</i> Занятия гандболом как современное средство формирования здорового образа жизни у подростков	8
<i>К.Ф. Ахмеева</i> Комплекс гто-путь к здоровой и спортивной нации	15
<i>А.Б. Багаури, А.Д. Колбая</i> Понятие, сущность и взаимосвязь конституционных прав с правами на жизнь и на охрану здоровья	21
<i>А.С. Банникова, В.С. Никитина</i> Ценовая политика как ключевой фактор стратегического менеджмента в физкультурно — спортивных организациях	26
<i>В.В. Березина</i> Методика физической реабилитации не оперированных гериатрических пациентов после перелома шейки бедренной кости .	34
<i>А.Р. Борисенко, Т.С. Максимец</i> Роль государства в формировании у молодёжи здорового образа жизни	41
<i>А.С. Брюханова</i> Семья — главный показатель здорового образа жизни	52
<i>В.Л. Буняк, Г.П. Голубничая</i> Динамика факторов, влияющих на формирование инструментов управления экономикой спорта	60
<i>Е. Ворникова, Н. Ворникова, С.А. Фирсова</i> Финансирование физической культуры и спорта в Оренбургской области	68
<i>М.Д. Дарижапов</i> Роль физической культуры и спорта в системе патриотического воспитания молодежи ГБПОУ «Байкальский колледж туризма и сервиса»	74
<i>Н.С. Денисова, Н.А. Рагозина, Г.В. Сытник</i> Спорт как инструмент содействия развитию и благополучию человека: философско-психологический аспект.	81

<i>Ю.О. Иванова</i>	
Киберспортивная индустрия в контексте цифрового взаимодействия с бизнесом и обществом	91
<i>Е.С. Ивкина</i>	
Роль физических упражнений и физической нагрузки для иммунной системы в условиях пандемии.	97
<i>А.А. Смирнов, Л.В. Казаринова</i>	
Противодействие злоупотреблению и обороту запрещенных веществ: формирование ценностных ориентаций антинаркотической политики в образовательных организациях высшего образования в области физической культуры и спорта . .	104
<i>С.М. Кирюхина</i>	
Некоторые правовые проблемы реализации права спортсмена на получение спортивных разрядов и званий	108
<i>О.А. Ключевская</i>	
Особенности реализации социальных проектов по профилактике деструктивного поведения (на примере муниципального проекта «Безопасность»)	115
<i>Л.А. Князева, А.Ю. Кобозева</i>	
Административные правонарушения, посягающие на здоровье населения: незаконное занятие народной медициной	123
<i>Д.Д. Кобзев</i>	
Образ жизни личности как фактор национальной безопасности . .	128
<i>Е.С. Колкова, Т.В. Старцева</i>	
Влияние и роль физических нагрузок на умственную активность и успеваемость студентов	136
<i>Е.А. Корякина, В.Л. Кочеткова, В.В.Березина</i>	
Фитотерапия в системе медицинских знаний	141
<i>С.В. Краузе, Т.Г. Сиурдаки</i>	
Значение физической культуры и спорта для профилактики эмоционального выгорания адвокатов	148
<i>Г.А. Локтионов</i>	
Развитие личности через призму физической культуры.	156
<i>К.В. Мартынова</i>	
Здоровое питание — здоровье нации	163

<i>П.С. Мошарова</i>	
Терапевтическое влияние физической культуры и спорта на депрессивные состояния.	171
<i>А. Р. Муталаяпов</i>	
Безопасность и эффективность приёма спортивных добавок	178
<i>К.А. Намазов</i>	
Самоконтроль у студентов в занятиях физической культурой и спортом	184
<i>А.Д. Новосёлова, Н.А. Рагозина</i>	
Влияние современного олимпийского и физкультурно-массового движения на развитие культуры общества и человека.	193
<i>Б.К. Нуралиев, Г.В. Сытник</i>	
Инновационные подходы проведения онлайн-соревнований по общей физической подготовке у единоборцев.	201
<i>Н.А. Рагозина, Н.И. Орлов</i>	
Анализ стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года	209
<i>Д.М. Патиева, Н.А. Рагозина</i>	
Развитие спорта в Северо-Кавказском федеральном округе с учетом национальных особенностей	216
<i>И.В. Петрика, Н.А. Рагозина, Г.В. Сытник</i>	
Физическая культура и спорт как социальные явления общества.	222
<i>Е.И. Прилепская, Д.Х. Тешаева</i>	
Концепция здоровья в Китае: философский и правовой аспекты	228
<i>В.В. Протасова</i>	
Роль физической нагрузки в период пандемии при гиподинамии (восстановление дыхательной системы)	234
<i>Н.А. Рагозина</i>	
Правовые аспекты олимпийского движения, развития физической культуры и спорта в условиях санкционного противостояния.	240
<i>А.Е. Родина, Е.Р. Санникова</i>	
ЗОЖ в эпоху цифровых технологий	246
<i>А.Б. Новиков, Н.Ц. Самбуев</i>	
Административно-правовое регулирование спортивных федераций	254

<i>Н.А. Рагозина, Е.Д. Сагитова, А.Б. Солоненко</i> Программа развития физической культуры и спорта в Санкт-Петербурге	260
<i>М.Р. Саибова, А.Д. Чижова</i> Российское кино как фактор, формирующий у молодёжи потребность к занятиям физической культурой и спортом.	267
<i>Е.Е. Саламин</i> Формирование целей, задач, сроков и показателей социально-экономической эффективности программ физической культуры и спорта	276
<i>Е.Е. Саламин</i> Аспект экономической эффективности физкультуры и спорта в высшем учебном заведении	281
<i>Е.В. Севостьянова</i> Идея подвижных игр в системе физического воспитания в имперской России и ее реализация в Восточной Сибири во второй половине XIX — начале XX вв.	288
<i>П.В. Сосновская</i> Психологические аспекты в работе со спортсменами в сфере пауэрлифтинга в России и за рубежом	298
<i>Н.А. Рагозина, А.Е. Старшинова, Д.А. Закарьян</i> К вопросу права на охрану здоровья и медицинскую помощь в Российской Федерации.	305
<i>Г.В. Сытник, А.А. Сытник, К.А. Мануйло</i> Коррекция девиантного поведения в команде с помощью социально-психологического тренинга.	311
<i>Н.С. Татаурова, Е.А. Швец, Н.А. Рагозина</i> Организация корпоративного спорта на российских предприятиях как задача государственного назначения.	316
<i>М.О. Франденгайм, А.И. Брушко</i> Международно-правовое регулирование олимпийского движения (на примере Олимпийских игр в Пекине в 2022 году)	324
<i>В.Ю. Цветков</i> Занятия спортом на подводном флоте России.	330
<i>С.А. Фирсова, Н.А. Первухина</i> Профилактическое здравоохранение как драйвер развития экономики	337

Е.К. Шагин

Формирование навыков и компетенций здорового образа жизни у
молодого поколения 342

Е.В. Шарпов, Э.М. Габдрахманова

Влияние физической физкультуры на духовное развитие человека . 349

Т.М. Шарко

Организация работы со спортивно-одаренными учащимися в
колледже 355

УДК 796.8

*Екатерина Егоровна Алимова, Владимир Семенович Куликов, Галина
Владимировна Сытник*

Национальный государственный Университет физической культуры, спорта
и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

ЗАНЯТИЯ ГАНДБОЛОМ КАК СОВРЕМЕННОЕ СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В настоящее время остро встает вопрос формирования здорового образа жизни у подростков. Растущая быстрыми темпами гиподинамия у современных подростков вследствие малоподвижного образа жизни наряду с дистанционным обучением за последние 2 года существенно отразилась как на умственной, так на физической деятельности молодых людей. В качестве инновационного средства формирования здорового образа жизни и повышения общей работоспособности подростков авторами статьи предложены занятия гандболом.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, физическая культура, спорт, конституционно-правовые аспекты оздоровления нации, гандбол, физическая работоспособность, подростки, формирование личности

Ekaterina Alimova, Vladimir Kulikov, Galina Sytnik

Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg,
St. Petersburg, Russia

HANDBALL CLASSES AS A MODERN MEANS OF FORMING A HEALTHY LIFESTYLE AMONG TEENAGERS

Annotation. Currently, the issue of forming a healthy lifestyle among adolescents is acute. The rapidly growing physical inactivity in modern adolescents due to a sedentary lifestyle, along with distance learning, has significantly affected both the mental and physical activities of young people over the past 2 years. As an innovative means of forming a healthy lifestyle and improving the overall performance of adolescents, the authors of the article proposed handball classes.

Keywords: healthy lifestyle, physical culture, sports, constitutional and legal aspects of the nation's health improvement, handball, physical performance, adolescents, personality formation

По определению экспертов ВОЗ «...здоровье — это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только лишь отсутствие болезней и физических дефектов» [3].

Здоровье — это психофизическое состояние человека, характеризующееся отсутствием патологических изменений и функциональным резервом, достаточным для полноценной биосоциальной адаптации и психической работоспособности в условиях естественной среды обитания [7].

Существуют следующие критерии оценки здоровья:

1. Уровень физической работоспособности и морфологического развития на данном этапе;
2. Наличие хронических заболеваний, физических дефектов, ограничивающих социальную дееспособность;
3. Психическое и социальное благополучие, возможность приспосабливаться к меняющимся условиям жизни и устойчивость к воздействиям неблагоприятных факторов внешней среды [15].

Одной из приоритетных задач современного общества является воспитание здорового, духовно-нравственного человека, как носителя суверенитета, базового трудового ресурса экономического развития Российского государства [4,5,9,10], о чём напрямую указывается в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ [1].

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) как специфический вид деятельности человека направлен на предупреждение возникновения или развития неинфекционных заболеваний и характеризуется исключением или сокращением действия поведенческих факторов риска [2].

Также стоит отметить, что в государственной стратегии формирования здорового образа жизни населения [2,11] в качестве приоритетных указываются задачи: разработка и реализация кампаний, направленных на формирование здорового образа жизни у детей и молодежи; повышение сознательности граждан в отношении своего здоровья [8,9,12,13].

Основными компонентами здорового образа жизни являются:

- рациональный режим труда и отдыха;

- двигательная активность;
- полноценное питание;
- соблюдение правил личной гигиены;
- культура межличностного общения и психофизическая регуляция;
- отсутствие вредных привычек [7].

Одним из главных компонентов здорового образа жизни подростка является двигательная активность, которая достигается физической подготовкой [12].

Физическая подготовка — это педагогический процесс воспитания физических способностей, укрепления опорно-двигательного аппарата, систем организма человека.

Физическая подготовка гандболиста должна решать две главные задачи: всесторонне развивать всю двигательную систему игрока и совершенствовать специфические двигательные способности [14,15].

Развивая принципы здорового образа жизни тренеру необходимо анализировать динамику развития физических качеств занимающихся, учитывая естественное скачкообразное развитие физических качеств молодого организма [6].

Занятия гандболом способствуют не только двигательной активности подростков, но и способствует социализации подростков, а также формированию личности.

Гандбол — командная игра, в которой успешного выполнения индивидуальных действий на площадке недостаточно для достижения положительного результата, этот факт, а также нахождение подростка в команде ставит перед ним необходимость взаимодействия со сверстниками, воспитывает ответственность, побуждает подростков к самовоспитанию.

Тактический аспект гандбола развивает интеллектуальные качества подростков. Анализ действий соперников для успешного завершения атакующих или защитных действий дают толчок к развитию тактического мышления.

Гандбол — специфическая двигательная активность, определяемая особой рефлексивной направленностью деятельности спортсменов. Каждый занимающийся должен думать не только о собственных действиях, но и действиях партнеров и соперников. При этом рефлексия должна осуществляться с молниеносной быстротой [8].

Повышенный эмоциональный фон занятий гандболом стимулирует психофизическую регуляцию подростков.

В течении тренировки, длительностью 90-120 минут, занимающиеся выполняют двигательные действия с нагрузкой переменной мощности. При регулярных занятиях гандболом происходит адаптация организма спортсмена к нагрузкам, а кратковременная и долговременная адаптации кардио-респираторной системы организма подростков, в свою очередь способствуют повышению работоспособности организма в целом.

Работоспособность — способность человека выполнять в заданных параметрах и определенных условиях профессиональную деятельность.

Для определения уровня работоспособности организма были определены показатели частоты сердечных сокращений и артериального давления в покое, во время работы и в период восстановления в группе гандболистов (14 девушек) и группе девушек (14 человек), не занимающихся спортом. Результаты представлены в таблицах 1 и 2.

Таблица 1.

Средние показатели АД и ЧСС в группе гандболистов девушек, n=14

Средние показатели	Покой	После нагрузки	Восстановление				
			1 мин	2 мин	3 мин	4 мин	5 мин
АД	116/74	150/79	150/80	127/79	119/78	126/75	118/74
ЧСС	65,3	164	127	113	101	86	81

Отмечено, что в состоянии покоя частота сердечных сокращений составляет в среднем 65,3 удара в минуту, что соответствует норме.

У каждого испытуемого после физической нагрузки частота сердечных сокращений значительно выросла, а после 1 минуты восстановления ни у одного из испытуемых ЧСС не достигла исходного показателя, что объясняется преобладанием процесса возбуждения;

Практически у всех в группе наблюдался нейротонический тип реакции на данную физическую нагрузку, из чего следует, что все

испытываемые прекрасно адаптируются к такому виду физической нагрузки.

Для всей выборки испытуемых характерен физиологический тип реакции АД на нагрузку, адекватное увеличение ЧЧС и САД во время нагрузки и восстановление данных параметров после прекращения нагрузки.

Таблица 2.

**Средние показатели АД и ЧСС в группе девушек,
не занимающихся спортом, n=14**

Средние показатели	Покой	После нагрузки	Восстановление				
			1 мин	2 мин	3 мин	4 мин	5 мин
АД	117/75	164/80	151/82	140/80	138/78	133/76	125/76
ЧСС	73	173	164	145	129	110	93

Отмечено, что в состоянии покоя частота сердечных сокращений у девушек, не занимающихся спортом составляет в среднем 73 удара в минуту, что соответствует норме для подросткового возраста, но выше чем у девушек, занимающихся гандболом в среднем на 8 ударов в минуту, что является значительным различием в адаптации сердечно-сосудистой системы к физической нагрузке.

У каждого испытуемого во время работы частота сердечных сокращений значительно возрасла, а после восстановления ни у одного из испытуемых ЧСС не достигла исходного показателя, что объясняется преобладанием процесса возбуждения.

Значительный подъем систолического артериального давления во время нагрузки свидетельствует о плохой подготовленности сердечно-сосудистой системы к нагрузке, соответственно низком уровне общей работоспособности.

Выводы. Таким образом, систематические занятия гандболом повышают общий уровень работоспособности подростков, а также способствуют хорошей физической активности, что особенно важно для формирующегося организма подростков.

Занятия гандболом в подростковом возрасте способствуют формированию здоровой личности и приучению к здоровому образу жизни в будущем.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Об образовании в Российской Федерации : федер. закон от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ. — Ст.2. (ред. от 02.07.2021) (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2021) // http://www.consultant.ru/document/cons_doc_AW_140174/48b9101fff215f3aeb122d86593a129a34d96d3c/ (дата обращения 05.05.2022).
2. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 15 января 2020 г. № 8 «Об утверждении Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года» [Электронный ресурс]. — URL <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/73421912/> (дата обращения 05.05.2022).
3. Устав Всемирной организации здравоохранения, принятый Международной конференцией здравоохранения, Нью-Йорк, 19-22 июня 1946 г.; подписанный 22 июля 1946 г. представителями 61 страны (Официальные документы Всемирной организации здравоохранения, № 2, стр. 100) и вступивший в силу 7 апреля 1948 г. // <https://www.who.int/ru/about/governance/constitution> (дата обращения 05.05.2022).
4. Здоровая нация — здоровая Россия: государственная программа // <https://mirkultura.ru/gosudarstvennaya-programma-zdorovaya-natsiya-zdorovaya-rossiya-opisanie-i-osobennosti/> (дата обращения 06.11.2021).
5. Здоровье нации : Президентская программа // <http://nasheprawo.ru/prezidentskaya-programma-zdorove-natsii/> (дата обращения 05.05.2022).
6. Сытник, Г.В. Комплекс ГТО в формировании мотивации к занятиям физической культурой и здорового образа жизни у студентов вузов (к 90-летию комплекса ГТО) / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, Н. А. Рагозина, А. Б. Новиков // Спортивный психолог. — 2021. — № 3(60). — С. 4-8.
7. Игнатьева, В.Я. Теория и методика гандбола: учебник для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура», профиль подготовки — «Спортивная тренировка в избранном виде спорта», квалификация — «Бакалавр» / В.Я. Игнатьева. — Москва : Спорт, 2016. — 327 с.
8. Миллер Л. Л. Спортивная медицина: учебное пособие для образовательной программы по направлению 49.03.01. — «Физическая культура», для образовательной программы 49.03.02. — «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», для образовательной программы 34.03.01. «Сестринское дело» / Миллер Л. Л. Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург, 2015 г. — 7-8 с.
9. Новиков, А. Б. Конституционно-правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н.

- А. Рагозина, Г. В. Сытник // Спорт, человек, здоровье : Материалы X Международного Конгресса, посвященного 125-летию со дня создания НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 08–10 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2021. — С. 351-354. — DOI 10.18720/SPBPU/2/id21-298.
10. Новиков, А. Б. О правовой концепции развития физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 год
 11. Новиков, А. Б. Здоровый образ жизни личности: правовое понимание, регулирование, реализация / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Ученые записки юридического факультета. — 2021. — № 3. — С. 36-38
 12. Сытник Г. В. Внедрение и реализация комплекса ГТО в образовательных учреждениях / Сытник Г. В. // Научно-практический медицинский журнал. Том 9 № 3. 2021 г. — 104 — 105 с.
 13. Сытник, Г. В. Практико-ориентированный подход в привлечении студентов и сотрудников вузов в реализации комплекса ГТО / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание. — 2021. — № S3. — С. 116-121.
 14. Ципин Л.Л. Физическая культура с основами биомеханики оздоровительных упражнений: учебное пособие студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности 03.21.01 «Физическая культура и спорт» / Ципин Л. Л. Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург, 2011 г. 48 — 50 с.

УДК:796.065, 342

Карина Фоатовна Ахмеева

Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия
karinafoatovna@gmail.com

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина
Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия.
ragozina777@bk.ru

КОМПЛЕКС ГТО-ПУТЬ К ЗДОРОВОЙ И СПОРТИВНОЙ НАЦИИ

Аннотация. В данной статье были рассмотрены нормы комплекса готов к труду и обороне, которые реализуются на территории Российской Федерации в рамках поддержания физического здоровья граждан страны. Так же был приведен ряд доводов почему спорт положительно влияет на жизнь и здоровье человека. Были рассмотрены возможные пути решения проблемы по увеличению числа людей, которые ведут здоровый образ жизни.

Ключевые слова: ГТО, спорт, мотивация, физическая подготовка, здоровая нация

Karina Foatovna Akhmeeva

St. Petersburg Branch of the University of Finance, St. Petersburg, Russia
karinafoatovna@gmail.com

Scientific supervisor: Natalia Alexandrovna Ragozina
St. Petersburg Branch of the University of Finance, St. Petersburg, Russia.
ragozina777@bk.ru

THE GTO COMPLEX IS THE WAY TO A HEALTHY AND ATHLETIC NATION

Abstract: In this article, the norms of the ready for work and defense complex, which are implemented on the territory of the Russian Federation, within the framework of maintaining the physical health of citizens of the country, were considered. A number of arguments were also given why sport has a positive effect on

human life and health. Possible ways to solve the problem of increasing the number of people who lead a healthy lifestyle were considered.

Keywords: GTO, sport, motivation, physical training, healthy nation

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — это нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта. Предложение ввести всесоюзные испытания «Готов к труду и обороне» поступило в 1930 году, а ещё через год был сформирован первый комплекс ГТО, включавший 21 норматив. Возродили комплекс «Готов к труду и обороне» в 2014 году [8].

Как никогда в современном мире важно, чтобы люди занимались спортом, что приведет к становлению здоровой и спортивной нации. В этом может помочь комплекс ГТО. Систематическое занятие спортом может привести в норму не только физическое здоровье, но и психическое, также спорт укрепляет здоровье и усиливает профилактику нежелательных возрастных изменений. С помощью спорта можно развить силу духа, закалить организм и стать более устойчивым к стрессу, что в нынешнее время очень важно [2].

Не все люди сейчас знают про возможности участия в ГТО, сдачи нормативов, именно поэтому участвуют не все граждане, а лишь их малая часть. Но многие люди, которые один раз сдали ГТО, усовершенствуют свои навыки и улучшают свой результат [3,4].

Таким образом, можно сделать вывод, что если рассказывать людям про ГТО и его положительном влиянии на организм и здоровье человека, то можно увеличить количество тех, кто будет сдавать нормативы и заниматься спортом регулярно.

Что бы увеличить число людей, занимающихся спортом и сдающих ГТО, необходимо:

1. Развивать мотивацию людей к занятию спортом;
2. Информировать учащихся, учителей и родителей, о пользе занятия физической культурой и спортом;
3. Познакомить людей с нормами «ГТО»;
4. Разработать план мероприятий по внедрению комплекса «ГТО».

Есть множество способов, чтобы рассказать людям, что такое комплекс ГТО.

Начать можно со школ и университетов, провести конкурс на лучший плакат по теме ГТО, а после этого разместить плакат победителя в каком-нибудь людном месте, чтобы и другие узнавали про ГТО.

Дальше можно устроить тесты на физические навыки, двигательные навыки и умения. Это покажет необходимость людей к регулярным занятиям спортом.

Потом заинтересовать участвовать детей в мероприятиях совместно с родителями, это приведет к положительным мотивам для занятий физическими упражнениями.

Для информирования граждан о мероприятиях комплекса ГТО был составлен небольшой план мероприятий, на основании проекта «комплекс ГТО — путь к здоровому образу жизни» [1]:

1. Для начала можно провести анкетирования в школах и университетах, а именно у учащихся, преподавателей и родителей;
2. Провести беседы во всех классах и группах об ГТО, рассказать, что это и насколько важно;
3. Познакомить с нормами ГТО, провести тесты на физическую подготовку;
4. Провести конкурс рисунков на тему ГТО;
5. Провести соревнования между всеми и установить рекорд школы\университета\бизнес-компания;
6. Информировать всех о дате и времени проведения ГТО, можно разместить информацию в газетах, новостных группах города, чтобы все желающие смогли зарегистрироваться и участвовать.

Из этого всего можно сделать вывод, что на самом деле уведомить граждан о мероприятиях, связанных с проведением ГТО, не составляет особой сложности, нужно только замотивировать людей на участие. Так получится увеличить число людей, занимающихся спортом.

Информационное сопровождение мероприятий об учащих, сдавших нормативы ГТО, а также личный пример способствует возрастанию интереса учащихся к нормам ГТО, возникнет потребность к их сдаче с целью укрепления здоровья.

Помимо этого, в настоящее время увеличилось количество людей, у которых развивается депрессия. Спорт имеет положительное влияние, не только на физическое здоровье, но и на психическое и эмоциональное. Не однократно источники сообщают, что после занятия спортом у людей поднимается настроение.

Так, в своей статье авторы Сытник Г.В., Рагозина Н. А., Ашкинази С. М., Новиков А.Б., после проведения исследования, пришли к выводу, что все показатели психофункционального состояния находятся ниже нормы, что свидетельствует о незначительном утомлении, усталости, апатии, рассеянного внимания, отсутствия сильной увлечённости и наличие настроения без особого подъёма. Их исследование так же привело к выводу, что уровень физического и эмоционального самочувствия студентов после сдачи ГТО улучшился, это свидетельствует о благоприятном воздействии ГТО на общее состояние человека [5,6,7].

Однако депрессией, упадком сил и плохим физическим здоровьем страдает не только молодежь, но и взрослые люди, а также и дети [9, 10]. ГТО можно сдавать всем гражданам, так как существуют возрастные ступени, поэтому ГТО можно сдавать на протяжении всей жизни. На рисунке 1 можно увидеть, какие ступени ГТО существуют.

Нормы ГТО для школьников	Нормы ГТО для мужчин	Нормы ГТО для женщин
1 ступень — для школьников 6-8 лет	6 ступень — для мужчин 18-29 лет	6 ступень — для женщин 18-29 лет
2 ступень — для школьников 9-10 лет	7 ступень — для мужчин 30-39 лет	7 ступень — для женщин 30-39 лет
3 ступень — для школьников 11-12 лет	8 ступень — для мужчин 40-49 лет	8 ступень — для женщин 40-49 лет
4 ступень — для школьников 13-15 лет	9 ступень — для мужчин 50-59 лет	9 ступень — для женщин 50-59 лет
5 ступень — для школьников 16-17 лет	10 ступень — для мужчин 60-69 лет	10 ступень — для женщин 60-69 лет
	11 ступень — для мужчин 70 лет и старше	11 ступень — для женщин 70 лет и старше

Рисунок 1. СТУПЕНИ ГТО

Исходя из рисунка 1 видно, что ступени ГТО позволяют сдавать нормативы на протяжении всей жизни, и любой человек, который не имеет серьезных проблем со здоровьем, может попробовать сдать ГТО.

Сдача ГТО всем населением страны — это важный аспект для развития и поддержания здоровья нации, благодаря чему люди перестанут мучиться со множеством болезней. Понизится уровень заболеваемости людей и населения. Исходя из данных, приведенных выше, можно сделать вывод, что, если информировать людей о ГТО и его положительном влиянии, можно увеличить количество тех, кто будет сдавать нормативы и заниматься спортом регулярно. Замотивировать людей на участие, не составляет особого труда. ГТО предназначено для людей любого возраста, и каждый желающий может попробовать и испытать свои способности, после чего узнает о своей физической подготовке. Так же комплекс «Готов к труду и обороне» способствует поднятию настроения и улучшению психического и эмоционального здоровья.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Проект «комплекс ГТО — путь к здоровому образу жизни» [электронный источник] // УРОК.РФ URL: Проект «Комплекс ГТО — путь к здоровому образу жизни» (xn--j1ahfl.xn--p1ai) (дата обращения 3.05.2022г.)
2. Комплекс ГТО — путь к здоровой и спортивной нации [электронный источник] // ГТО URL: Комплекс ГТО — путь к здоровой и спортивной нации. — МБУ «Центр тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» г.Барнаула (gto22.ru) (дата обращения 3.05.2022г.)
3. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // Экономика. Налоги. Право. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103.
4. Рагозина, Н. А. Об оздоровлении нации и сбережении народа / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2022. — № 1. — С. 31-33. — DOI 10.18572/2070-2175-2022-1-31-33.
5. Сытник, Г.В. Комплекс ГТО в формировании мотивации к занятиям физической культурой и здорового образа жизни у студентов вузов (к 90-летию комплекса ГТО) / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, Н. А. Рагозина, А. Б. Новиков // Спортивный психолог. — 2021. — № 3(60). — С. 4-8.
6. Сытник, Г. В. Практико-ориентированный подход в привлечении студентов и сотрудников вузов в реализации комплекса ГТО / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание. — 2021. — № S3. — С. 116-121.

7. Сытник, Г. В. Спортивно-массовые мероприятия как фактор оздоровления населения / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Ломоносовские чтения в Санкт-Петербурге. 310 лет М.В. Ломоносову: Тезисы Пятой научно-практической конференции, Санкт -Петербург, 24–26 ноября 2021 года / Санкт-Петербургский институт природопользования, промышленной безопасности и охраны окружающей среды. — Санкт -Петербург: Информационный издательский учебно-научный центр «Стратегия будущего», 2021. — С. 165-166.
8. Что такое ГТО и зачем это нужно [электронный источник] // mos.ru URL: Что такое ГТО и зачем это нужно? (mos.ru) (дата обращения 10.05.2022г.)
9. СТАТИСТИКА ДЕПРЕССИИ В МИРЕ [электронный источник] // MasterKit URL: Статистика депрессии в мире (risr.institute) (дата обращения 10.05.2022г.)
10. Comparative legal analysis of health systems in the Russian Federation and Switzerland / Yu. S. Guskova, A. V. Krotov, A. V. Kuzmina [et al.] // Revista Gênero e Direito. — 2020. — Vol. 9. — No 4. — P. 947-954

УДК 342

Алана Бакуриева Багаури, Ариана Демуровна Колбая
Санкт-Петербургский государственный экономический университет,
Санкт-Петербург, Россия

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина
Санкт-Петербургский государственный экономический университет,
Санкт-Петербург, Россия, ragoza777@bk.ru

ПОНЯТИЕ, СУЩНОСТЬ И ВЗАИМОСВЯЗЬ КОНСТИТУЦИОННЫХ ПРАВ С ПРАВАМИ НА ЖИЗНЬ И НА ОХРАНУ ЗДОРОВЬЯ

Аннотация. В статье рассматриваются общественные отношения, касающиеся сферы обеспечения охраны здоровья путем законодательного закрепления способов и методов, возникающих путем реализации защиты данных прав. В процессе написания статьи мы обращались к нормам конституционного и других отраслей российского права. По результатам исследования были сделаны выводы о роли здоровья в призме законодательных норм.

Ключевые слова: здоровье, государство, закон, конституция, право, медицина, охрана

A.B. Bagauri, A.D. Kolbaya
Saint-Petersburg State University of Economics

Scientific director: N.A. Ragoza
Saint-Petersburg State Economic University, ragoza777@bk.ru

THE CONCEPT, ESSENCE, AND INTERRELATION OF CONSTITUTIONAL RIGHTS WITH THE RIGHTS TO LIFE AND HEALTH PROTECTION

Abstract. The article deals with public relations concerning the sphere of ensuring health protection through the legislative consolidation of methods and methods arising from the implementation of the protection of these rights. In the process of writing the article, we turned to the norms of constitutional and other branches of

Russian law. According to the results of the study, conclusions were drawn about the role of health in the prism of legislative norms.

Keywords: health, state, law, constitution, law, medicine, security.

Такое явление как здоровье играет необычайно важную роль в жизни каждого человека и для современного общества является ограниченным ресурсом. Можно рассматривать уровень здоровья людей как некую социальную ценность, являющуюся показателем благосостояния всей страны [6]. Это объясняется тем, что от здоровья граждан напрямую зависит их активность в обществе, то, какое количество благ они будут в него привносить с помощью своей деятельности, совершенствуя и внося вклад тем самым в развитие всего государства [5].

Конституция Российской Федерации провозгласила широкий перечень основных прав, свобод и обязанностей человека и гражданина, нуждающихся в полноценном обеспечении и защите. И именно право на охрану здоровья занимает одну из основополагающих позиций и рассматривается в качестве базового права, которым наделяется каждый человек с момента своего рождения до самой смерти, так как является неотъемлемым, несмотря ни на что. (ст. 41 Конституции РФ).

Устав (Конституция) Всемирной организации здравоохранения определяет здоровье человека как состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. Такое видение сущности здоровья можно назвать наиболее распространенным и, в какой-то степени, эталонным [3].

Актуальность данной статьи выражается в прогрессирующем ухудшении здоровья граждан России. Важно понимание того, что здоровье каждого человека нуждается в полной защите со стороны государства. И эта защита должна осуществляться всеми законными методами и средствами [7,10].

Статья 41 Конституции РФ гласит, что каждый имеет право на охрану здоровья и медицинскую помощь. Это право включает в себя право на охрану здоровья и право на медицинскую помощь.

Следовательно, право на здоровье и медицинскую помощь является одной из форм основных (конституционных) социальных прав человека. Его содержание — юридически гарантированная возмож-

ность получить бесплатную медицинскую помощь в государственных и муниципальных учреждениях здравоохранения. В современное время любой человек может быть уверен в своевременном оказании медицинской помощи, ведь он может обратиться в государственные больницы, поликлиники на безвозмездной основе.

В государственных и муниципальных учреждениях здравоохранения медицинская помощь оказывается гражданам России бесплатно за счет соответствующего бюджета, страховых взносов и иных поступлений. Ведь именно за счет таких поступлений больницы и поликлиники закупают новейшие оборудования и лекарства [2].

Каждый человек имеет право на здоровье и медицинскую помощь. Данное право является общепризнанной нормой международного права, которая закреплена во Всеобщей декларации прав человека (ст. 25) и Международном пакте об экономических, социальных и культурных правах (ст. 12) [1].

Право человека на охрану здоровья гарантируется такими факторами, как создание безопасных и благоприятных условий для работы, отдыха, условий жизни (быта), производство и продажа продуктов питания надлежащего качества, образование и подготовка граждан; обеспечение безопасными и доступными лекарствами, а также быстрое и качественное медицинское обслуживание.

Из вышесказанного можно сделать вывод, что в РФ гарантируется право человека на охрану своего здоровья [11, 12]. Данное право защищается действующим законодательством Российской Федерации. Более того, законодательством РФ предусмотрен большой спектр способов защиты данного конституционного права. Важно поддерживать и развивать эту сферу права, учиться пользоваться своими правами на здоровье и также защищать их в случае нарушения другими лицами [9,8]. Внимательное отношение к собственным правам может обеспечить их достойную реализацию со стороны государства.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Конституция Российской Федерации от 12.12.1993 (с изменениями 2020 года). — М: Юридическое издательство, 2020.— Ст. 126.
2. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 05.04.2021) / КонсультантПлюс [Электронный ресурс]. — URL: <http://www.consultant.ru>.

3. Устав (Конституция) Всемирной организации здравоохранения (г. Нью-Йорк, 22 июля 1946 г.)
4. Банникова И. Г. Право на охрану здоровья и медицинскую помощь: содержание и историческая ретроспектива // Вестник Пензенского государственного университета. 2014. № 2 (6). С. 51 — 55.
5. Данильченко А. В., Шумов П.В. Связь между правом на охрану здоровья и другими правами человека // Современные научные исследования и инновации. 2017. № 6 [Электронный ресурс]. URL: <http://web.snauka.ru/issues/2017/06/83453> (дата обращения: 14.05.2018).
6. Логачева, Д. А. Сбережение нации: концепция Солженицына и её современное понимание / Д. А. Логачева, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 151-154.
7. Новиков, А. Б. О правовой концепции развития физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 176-180.
8. Новиков, А. Б. Право и экономика в сфере спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Право и современная экономика: новые вызовы и перспективы : Сборник материалов II научно-практической конференции с международным участием юридического факультета СПбГЭУ, Санкт-Петербург, 09 апреля 2019 года / Под научной редакцией Н.А. Крайновой. — Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный экономический университет, 2019. — С. 87-88.
9. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
10. Рагозина, Н. А. Об оздоровлении нации и сбережении народа / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2022. — № 1. — С. 31-33.
11. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // Социальная справедливость: к устойчивой экономике

- и обществу для всех : Материалы Международной научно-практической конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года. — Москва: Московский гуман, 2022. — С. 172-176.
12. Comparative legal analysis of health systems in the Russian Federation and Switzerland / Yu. S. Gusakova, A. V. Krotov, A. V. Kuzmina [et al.] // Revista Gênero e Direito. — 2020. — Vol. 9. — No 4. — P. 947-954

УДК 796, 338.51

Анастасия Сергеевна Банникова¹, Валерия Сергеевна Никитина²

^{1,2} Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета,
Санкт-Петербург, Россия

¹100dot35sl200170@edu.fa.ru, ²100dot35sl200169@edu.fa.ru

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина
Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия,
ragozina777@bk.ru

ЦЕНОВАЯ ПОЛИТИКА КАК КЛЮЧЕВОЙ ФАКТОР СТРАТЕГИЧЕСКОГО МЕНЕДЖМЕНТА В ФИЗКУЛЬТУРНО — СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Аннотация. В статье рассматривается ценовая политика спортивной организации на примере футбольного клуба “Зенит” как основной фактор стратегического менеджмента. В ходе написании статьи был проанализирован ряд внутренних документаций футбольного клуба, отчетов, направленных на формирование ценовой политики.

Ключевые слова: ценовая политика, ценовые факторы, ценообразование.

Anastasia S. Bannikova¹, Valeria S. Nikitina²

^{1,2} St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

¹100dot35sl200170@edu.fa.ru, ²100dot35sl200169@edu.fa.ru

Scientific director: Natalya A. Ragozina
St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia, ragozina777@
bk.ru

PRICING POLICY AS A KEY FACTOR IN STRATEGIC MANAGEMENT IN SPORTS ORGANIZATIONS

Abstract. The article deals with the pricing policy of a sports organisation, using Zenit Football Club as an example, as a major factor of strategic management. In the

course of writing the article a number of internal documents of the football club, reports aimed at the formation of pricing policy were analysed.

Keywords: pricing policy, pricing factors, pricing.

Менеджмент является важной составляющей физической культуры и спорта [3]. Как и любая другая отрасль в условиях рыночной экономики, спортивные организации прибегнули к стратегическому менеджменту для выживания в конкурентной ситуации. Для корректного представления необходимо грамотно выделить определение стратегического менеджмента. Стратегический менеджмент — представляет собой долгосрочное планирование, главная цель которого заключается в стремлении привести компанию в более гибкое состояние, предвидеть рыночные изменения для конкурентного преимущества в рыночной борьбе.

Основой стратегического менеджмента является стратегия, которая предусматривает план и ряд целей для развития организации на будущие периоды. Целеполагание — первичный аспект в эффективном менеджменте [4]. Целевая функция спортивной организации определяется общую цель этой организации, выражающейся через причину ее существования. Вследствие этого на одну из главных проблем менеджмента приходится установление целей, ради достижения которых функционирует и развивается организация как целостная социальная система.

Цели спортивной организации зафиксированы в трех документах — уставе организации, концепции и целевой программе развития физической культуры и спорта на территории, входящей в сферу обслуживания этой организации. Наряду с общей целью в спортивной организации формулируются частные цели, которые в учредительных документах чаще называют задачами организации.

После разработки целей, предполагается второй подход (А. Томпсон, А. Дж. Стрикленд, 2012 и др.), который позволяет сформулировать задачи (далее возможно упоминание миссии) спортивной организации [2]. Обычно миссии характеризуются следующими основными элементами: описание продукта/услуг, характеристика рынка потребителей, четко выстроенные цели организации, философия организации и внутренняя концепция.

В свою же очередь, выбор задач связан с потенциалом физкультурно-спортивной организации. На формирование потенциала влияют следующие факторы: технические сооружения (оборудование), технологии производства, финансовые, организационные и квалификация персонала (должное образование). Названные ресурсы составляют внутреннюю среду спортивной организации.

Большинство спортивных компаний получают финансовые ресурсы из различных источников — это могут быть, реклама, продажа билетов, спонсорство или финансирование из бюджетов любого уровня [5,6]. При этом данные предприятия осуществляют расходы — зарплаты сотрудникам, кредиты, отчисления. То есть финансы спортивных организаций не бывают статическими. Следовательно, все эти задачи должен выполнять специалист такого профиля, который разбирается и в области финансов, и в области спорта. Отсюда и вытекает мера формирования финансово-экономического фундамента, который является одним из важных условий реализации стратегического развития в области спорта.

Данная тематика не позволяет обойти книгу Гая Мастермана «Стратегический менеджмент спортивных мероприятий» — основной проблемой исследования которого служит сам процесс организации спортивных мероприятий [7,8]. При этом Мастерман считает, что большая часть теоретических разработок нацелена на получение краткосрочных выгод и в них не выделяется стратегии для обеспечения долгосрочного эффекта. Автор подчеркивает, что первостепенной задачей стоит трансформация механизмов полученного опыта и результатов в регулярную спортивную деятельность, а не зрелищности мероприятий.

Гай Мастерман подчеркивает и значимость стратегического подхода на протяжении всего планирования и реализации спортивного мероприятия, обеспечивая вклад в долгосрочные улучшения — на уровне как отдельного вида спорта, так и спортивной организации. Условные этапы процесса делятся на три фазы, о которых говорилось ранее — создание идеи, непосредственная организация мероприятия и итоги.

Из ранее сказанного, нужно рассмотреть инструменты ценовой конкурентной стратегии, поскольку цена является одним из наиболее важных средств формирования преимуществ спортивной организации. Ценовая политика имеет ряд особенностей, которые определя-

ются несколькими факторами — специфика спортивных продуктов и клиентской мотивации, а также высокая и политическая значимость спорта. В зависимости от типа организации (спортивная федерация, клуб, агентство, ДЮСШ) объектами маркетинга могут быть события, услуги, информация и товары.

Все ценовые решения менеджмент спортивных организаций принимает согласованно в целях формирования, создания конкурентности и стимулирования продаж, где цена выполняет следующие маркетинговые функции:

- формирование конкурентных преимуществ;
- стимулирование спроса;
- создание условий для получения доходов спортивных организаций [1].

Многие спортивные организации имеют дело с несколькими рыночными продуктами, требующих своей определенной ценовой политики (Рис. 1). Такое разнообразие объектов ценообразования значительно усложняет управление маркетинговой деятельности, но необходимо для эффективной конкурентности.

Объекты ценообразования	Ассортимент	Клиенты	Формы отражения цены
Домашние матчи клуба	Чемпионат; Лиги; Еврокубки; Кубок страны; Товарищеские матчи	Зрители; VIP; Фанаты; Семьи; Туристы	Билеты; Абонементы; Партнерские; программы;
Аренда спортивных объектов клуба	Спортивные объекты; Коммерческие помещения	Арендаторы	Деловые предложения по аренде помещений
Товары клубного магазина	Экипировка; Атрибутика; Сувениры	Болельщики; Туристы	Прейскурант
Маркетинговые услуги клуба	Спонсорство; Размещение рекламы; Лицензии	Спонсоры; Рекламодатели; Лицензиаты	Спонсорские пакеты; Рекламные предложения

Рис. 1. Разнообразие объектов ценообразования в футбольном клубе РПЛ [4]

Ценовая политика выстраивается в соответствии с общими принципами, с учетом затрат и спроса на спортивные продукты и цен конкурентов, при этом учитывая факторы, влияющие на процесс ценообразования:

- статус спортивной организации;
- характер и природа продукта;
- набор предоставленных услуг;
- внешний климат ценообразования.

Спортивные услуги имеют свою цену, и установление данной цены — один из основных компонентов стратегического менеджмента физкультурно-спортивных организаций. Изначально, спортивные клубы устанавливали фиксированную стоимость на продажу билетов в начале сезона. Позже, в связи с возникшим спросом, в продажу стали выпускать абонементы, вследствие чего ценовая политика билетов разделилась на две категории: сумма отдельных билетов на половину сезона превышает сумму абонемента той же стоимостной категории.

Проанализируем один из объектов ценообразования в футбольном клубе, а именно на примере домашних матчей клуба ФК «Зенит» (далее — Зенит). В качестве формы отражения рассмотрим стоимость билетов и абонементов (рис. 2) на выборочные категории мест/секторов [11].

Категория места Сектор (ряд)		Цена, руб., по категории матча		
		ЧР I	ЛЧ I	Абонемент
I	8B, 9, 10A (1-3)	1.600	5.400	25.900
	8B, 9, 10A (4-23)	1.900	5.400	37.300
II	8A, 10B (1-3)	1.400	4.200	24.300
	1, 17 (1-3)	1.400	4.200	24.300
	8A, 10B (4-23)	1.900	5.300	29.900
	1, 17 (4-23)	1.900	5.300	29.900
Семейный сектор	2 (10-17)	750	2.450	18.600

Рис. 2. Стоимость билетов и абонементов ФК «Зенит» на сезон 2016/2017 гг. [10]

После выдвигания футбольным клубом цен на билеты, необходимо предоставить факторы, повлиявшие на повышение/понижение цен:

- день матча. Для расчета стоимости билета на матч, входящий исключительно в Чемпионат/Кубок России по футболу, учитывается коэффициент посещаемости, в связи с тем, что в буд-

ние дни потенциальная категория посетителей несет трудовые обязательства;

- время проведения матча. Данный фактор используется при расчете стоимости билетов на матч исключительно в будние дни, понижая цену;
- наличие знаменитостей в составе команды. Несмотря на субъективность данного фактора, в современных условиях, наличие “звездных игроков” повлияет на применения коэффициента, направленного на рост стоимости цены;
- количество проданных билетов. После продажи половины выпущенных билетов или ближе к дате проведения матча, цена билета пересчитывается с учетом повышенного коэффициента рентабельности.

Таким образом, система динамического ценообразования может стать стимулом к росту общего интереса среди населения к различным видам спорта и пропаганде здорового образа жизни (далее — ЗОЖ) [1].

Подводя итог из всего выше перечисленного, можно сделать предположение о том, что динамическое ценообразование на прямую влияет на общий рост интереса к различным видам спорта, и соответственно на пропаганду ЗОЖ. Представленные ранее факторы повышения или снижения цены позволяют модернизировать отечественные процессы ценообразования, что позволяет повысить эффект роста совокупной выручки, что является одной из целей стратегического менеджмента.

Учитывая условия развивающихся российских рынков, поддержание относительного роста прибыльности и эффективности становится сложной задачей. Отсюда перемены и изменения в отношении стратегического менеджмента среди управленцев физкультурно-спортивных организаций обретают первостепенную направленность.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андрей Воронов. Ценовая политика в индустрии спорта // СБК Спорт — бизнес — консалтинг. — Дата обновления статьи: 25.08.2014. — URL: Ценовая политика в индустрии спорта — Спорт Бизнес Консалтинг (s-bc.ru) (дата обращения 10.04.2022).

2. Малыгин А.В. Ценовые конкурентные стратегии спортивных организаций / А.В. Малыгин // *Journal of Modern Competition*, 2019. — №3 (75). — С. 104 — 112.
3. Мануйло, К. А. Логистика в сфере физической культуры и спорта / К. А. Мануйло, Г. В. Сытник // *Физическая культура студентов : сборник материалов 70-й Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 09 июня 2021 года.* — Санкт-Петербург: Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 2021. — С. 114-117.
4. Менеджмент физической культуры и спорта: учебник для академического бакалавриата / С. С. Филиппов. — 3-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 212 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс).
5. Новиков, А. Б. Право и экономика в сфере спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // *Право и современная экономика: новые вызовы и перспективы: Сборник материалов II научно-практической конференции с международным участием юридического факультета СПбГЭУ, Санкт-Петербург, 09 апреля 2019 года / Под научной редакцией Н.А. Крайновой.* — Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный экономический университет, 2019. — С. 87-88.
6. Новиков, А. Б. Публичный и коммерческий менеджмент: современное интегральное понимание / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // *Вопросы российского и международного права.* — 2020. — Т. 10. — № 8-1. — С. 108-112.
7. Рагозина, Н. А. Инвестиционная политика России и внешнеэкономические связи Санкт-Петербурга / Н. А. Рагозина // *Внешнеторговое право.* — 2007. — № 2. — С. 25-29.
8. Рагозина, Н. А. Инвестиционная политика России и внешнеэкономические связи Санкт-Петербурга как субъекта Российской Федерации / Н. А. Рагозина // *Международно-правовые механизмы защиты прав человека : посвящен 60-летию Всеобщей декларации прав человека / Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, Юридический факультет, кафедра международного права.* — Санкт-Петербург : Центр научно-информационных технологий «Астерион», 2008. — С. 429-447.
9. Стратегический менеджмент. Искусство разработки и реализации стратегии: Учебник для вузов / Перевод с англ. под ред. Л.Г. Зайцева, М.И. Соколовой. — М: Банки и биржи, ЮНИТИ, 1998.

10. Стратегический менеджмент спортивных мероприятий [Текст] / Гай Мастерман ; [пер. с англ. Н. И. Беловинцевой] ; Российский междунар. олимпийский ун-т. — Москва : Нац образование, 2015. — 509 с: ил.; 25 см. — (Библиотека Российского международного олимпийского университета).
11. П.В. Иванов, И.В. Солнцев. Динамическое ценообразование билетных программ спортивного мероприятия: пример ЗАО «ФК Зенит» // Российский журнал менеджмента. Том 12, №4, 2014. С. 79-98.

УДК 617

Виктория Викторовна Березина

НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Россия

Научный руководитель: Александр Иванович Лебедев

НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Россия

МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ НЕ ОПЕРИРОВАННЫХ ГЕРИАТРИЧЕСКИХ ПАЦИЕНТОВ ПОСЛЕ ПЕРЕЛОМА ШЕЙКИ БЕДРЕННОЙ КОСТИ

Аннотация. Разработанная комплексная ранняя программа физической реабилитации не оперированных гериатрических пациентов после перелома шейки бедренной кости. Основным аспектом которой является ранняя вертикализация больного, профилактика сердечно-сосудистых, гемодинамических и эмболических осложнений посредством восстановительных упражнений и лечением положением. Все это позволяет рекомендовать разработанную программу физической реабилитации для широкого использования в лечебно-практических учреждениях и на дому.

Ключевые слова: физическая реабилитация, гастростома, перелом шейки бедренной кости, тотальное эндопротезирование тазобедренного сустава, кинезиотерапия, контрактура, кифоз, лимфодренажный и вертикализация

Victoria Viktorovna Berezina

P.F. Lesgaft NSU,
Saint Petersburg, Russia

Scientific supervisor: Alexander Ivanovich
Lebedev P.F. Lesgaft NSU, Saint Petersburg, Russia

METHODS OF PHYSICAL REHABILITATION OF NON- OPERATED GERIATRIC PATIENTS AFTER FEMORAL NECK FRACTURE

Annotation. A comprehensive early program of physical rehabilitation of non-operated geriatric patients after femoral neck fracture has been developed. The main

aspect of which is early verticalization of the patient, prevention of cardiovascular, hemodynamic and embolic complications through restorative exercises and position treatment. All this makes it possible to recommend the developed program of physical rehabilitation for wide use in medical and practical institutions and at home.

Keywords: physical rehabilitation, gastrostomy, femoral neck fracture, total hip replacement, kinesiotherapy, contracture, kyphosis, lymphatic drainage and verticalization

Введение. Для возрастных особенностей человека на всех этапах его индивидуального развития характерно определенное состояние организма. Возрастные периоды отличаются особенностями роста и развития. Рост — это изменение размеров тела или его частей; развитие—функциональные изменения, происходящие вследствие совершенствования строения тканей, органов и их систем.

В возрастной физиологии сформировалось несколько самостоятельных направлений: физиология растущего организма (ребенок и подросток), физиология зрелого организма (взрослый человек) и физиология людей пожилого и старческого возраста—геронтология (старик) [7].

При переломе шейки бедренной кости у пациентов старческого возраста после оперативного вмешательства летальность достигает 12–15%, а при консервативном лечении 25–40% [1]. Для женщин из-за менопаузы перелом шейки бедренной кости встречается в два раза чаще, чем у мужчин [9].

В 97% случаев перелом шейки бедра происходит у пожилых людей при минимальной травме. Это связано с остеопорозом, уменьшением физической активности, ослаблением зрения, неврологическими заболеваниями, нарушениями вестибулярного аппарата, изменением рефлексов, атрофией мышц. Средний возраст пациентов при переломах шейки бедра—69 лет и старше. Летальность значительно снижается при раннем оперативном вмешательстве [2]. Выживаемость травмированных пациентов зависит от метода лечения.

Существует тактика безоперационного, консервативного лечения и реабилитации этих больных, которым в силу побочных заболеваний хирургическое вмешательство не применимо.

План действия консервативной терапии заключается в длительном, 3–х месячном пребывании в горизонтальном положении на спине или на здоровом бедре с подушкой между ног до полной

консолидации бедренной кости. Одним из основных осложнений постельного режима являются тромбозы и тромбоэмболии. При данном лечении в системе кровообращения начинают развиваться такие заболевания, как, гипертоническая и гипотоническая болезни, атеросклероз, ишемическая болезнь сердца (ИБС) и инфаркт миокарда (ИМ). В легких скапливается жидкость, приводящая к пневмонии. Нарушается работа всех органов и систем. Развиваются мышечные атрофии, парезы и контрактуры. Все это приводит к смерти людей пожилого возраста, практически в первый месяц после травмы, если не придерживаться ранней реабилитации [4].

Цель исследования. Изучить возможность применения методики физической реабилитации не оперированных гериатрических пациентов после перелома шейки бедренной кости

Материалы и методы исследования. На примере 86-летней пациентки рассмотрим консолидацию перелома шейки бедренной кости посредством консервативного лечения.

Из анамнеза известно, что у пациентки Павленко Зои Савельевны, в 40 лет диагностировали рак: пищевода, 12-й кишки, желудка и поджелудочной железы. Прооперирована, выведена гастростома (рис. 1).



Рис. 1. Гастростома у онкологической пациентки, Зои Савельевны

При таком, практически не излечимом заболевании «сработало» чудное слово «уход» и два курса химиотерапии. Присвоена I группа инвалидности.

Больной в 84 года выполнены несколько экстирпаций матки и яичников через влагалище и выставлены диагнозы–Альцгеймера и сосудистая деменция. В этом же году, дома при ходьбе произошло

падение пациентки – в результате, перелом шейки левой бедренной кости. Эндопротезирование по медицинским показаниям было нецелесообразно и опасно для жизни.

Была оказана своевременная реабилитационная помощь, заключающаяся: в ранней вертикализации, обучению ходьбе на ходунках, комплексе ЛФК, лимфодренажном массаже, развитию мелкой моторики рук, правильному питанию (продуктами, насыщенными кальцием и хондропротекторами) и лечению положением. Через 3 месяца, в отличие от пациентов зрелого возраста (1 мес.) произошла консолидация в месте перелома. Левая нога стала короче и частично повернута наружу, что создавало трудности при ходьбе.

К основным принципам консервативной реабилитации перелома шейки бедренной кости относятся раннее их начало. Большую часть времени, пациентка находилась в постели в неподвижном состоянии. Тем самым, сжимала собственной тяжестью или давящими предметами, даже подушкой, подложенной под колени, что приводило к застою венозной крови в частях тела: подколенной ямкой, в области крестца и ягодиц. Три раза в день, в целях профилактики пациентка выполняла ряд манипуляций: дыхательную гимнастику, специальные физические упражнения. Все движения начинались с дистальных отделов конечностей, неглубокий, лимфодренажный массаж ног (на поврежденной конечности, его делают щадящими движениями) и общий массаж всего тела [6]. Дыхательную гимнастику и физические упражнения делали 3 раза в день по 15–20 мин с последующим увеличением числа повторений и времени занятий. Через 2 года реабилитационных мероприятий, пациентка могла самостоятельно стоять и с трудом передвигаться (рис. 2).



Рис. 2. Вид консолидированного, безоперационного перелома шейки левой бедренной кости после 2 лет реабилитационных мероприятий

Е. С. Конева, В. В. Кузьменко и др. [3, 4 и 6] указывают на отчетливое снижение летальности при ранней вертикализации—в день травмы при помощи 2 врачей с ходунками или костылями. Именно эта тактика и была применена к данной пациентке, несколько раз в день ее ставили на ходунки, и она проходила несколько метров. Совершая своеобразную тренировку, активизировала работу всех жизненно важных органов и систем.

Во время реабилитационных мероприятий у гериатрических пациентов после перелома шейки бедренной кости применяются: активные и пассивные упражнения (на противоположной, здоровой конечности, начиная с дистальных отделов нижних и верхних конечностей), массаж, лечение положением (поза на спине с выпрямленными коленями и подушечкой между ног), дыхательная гимнастика. Все начинается уже в самые первые дни после травмы—как только позволит состояние здоровья пациента, уровень бодрствования и стабилизация гемодинамических показателей [5].

Восстановительные движения у пациентов с переломами шейки бедренной кости могут быть активные (сам пациент делает упражнение) и пассивные (при помощи инструктора ЛФК или родственников). Кроме того, важным моментом является, приобретение устойчивости в вертикальной позе, обучение самостоятельному передвижению, навыкам самообслуживания (обучение бытовым навыкам: стрижки ногтей на руках) с элементами трудотерапии. Особенно необходимо развивать мелкую моторику рук: написание текстов шапковой ручкой сидя за письменным столом на бумаге, обучению застегивать мелкие пуговицы и молнии на одежде, шитью иголкой) [8].

Результаты и их обсуждение. ФР для лиц после ПШБК начинается в раннем после травматического периода с первых суток. Она проводится в максимально удобном для больного положении—лежа на спине с широко расставленными ногами, зафиксированными подушечкой между ними—лечение «положением», ноги, как «лыжи» с выпрямленными коленными суставами, стопами и верхними конечностями, поднятыми вверх. Данное положение направлено на постепенную правильную консолидацию ТБС, улучшение подвижности сустава, повышение тонуса мышц, а также на подготовку больного к ходьбе с помощью костылей и устранение кифоза грудного отдела позвоночника (рис. 3–5).



Рис. 3. Ярко выраженный кифоз грудного отдела позвоночника, из-за 46-летней гастростомы



Рис. 4. Восстановление кифоза при помощи лечения положением

К широко используемым в этом периоде методам относятся изометрические напряжения четырёхглавой мышцы бедра, ягодичных мышц и мышц голени обеих конечностей, способствующие быстрой ликвидации отека и кровоизлияний в области ПШБК, повышению силы мышц.

Выводы. Активное участие в реабилитации самого больного было практически невозможно, из-за деменции. Только близкие и сиделка – единственная движущая сила кинезиотерапевтических мероприятий, направленных на восстановление в травмированной конечности.



Рис. 5. Реабилитация контрактур нижних и верхних конечностей посредством лечения положением

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Войтович, А.В. Оперативное лечение больных с переломами проксимального отдела бедренной кости в системе медицинской реабилитации: автореф. диссертация д-ра. мед. наук. СПб. 1994. 24 с.
2. Войтович, А.В., Парфеев, С.Г., Шубняков, И.И. и др. Лечение больных с переломами проксимального отдела бедренной кости. Травматология и ортопедия. России. 1996. № 3. С. 29–31.
3. Конева, Е.С., Лядов, К.В., Шаповаленко, Т.В. Оценка безопасности ранней вертикализации больных после операций ТЭСНК // Материалы международной научно-практической конференции «Актуальн! проблемы множинних та поэднаних пошкождень», Харьков, 2012. С. 7–8.
4. Кузьменко, В.В., Копенкин, А.С. Профилактика тромбоемболических осложнений в травматологии и ортопедии // Врач. М. 2001, № 8. С. 2–7.
5. Лазарев, А.Ф., Николаев А.П., Солод Э.И. Новые подходы к лечению переломов проксимального отдела бедренной кости у пациентов пожилого и старческого возраста. Клинический вестник 1997. № 4. С. 33–35.
6. Лирцман, В.М. Переломы бедренной кости у лиц пожилого и старческого возраста: / автореф. диссертация д-ра мед. наук. М. 1972. 32 с.
7. Любимова, З.В. Возрастная анатомия и физиология: учебник для академического бакалавриата по педагогическим и психологическим направлениям, и специальностям: в 2 т. Т. 1. Организм человека, его регуляторные и интегративные системы / Московский педагогический государственный университет.–2–е изд., перераб. и доп. М.: Юрайт, 2015. 447 с.
8. Миронова, Е.Н. Основы физической реабилитации М.: Академия безопасности и выживания. 2016. 170 с.
9. Шаповалов, В.М., Тихилов, Р.М., Печкуров, Т.Д., Цемко, Т.Д. Результаты первичного эндопротезирования тазобедренного сустава. VII Российский национальный конгресс «Человек и его здоровье». СПб. 2002. С. 48.

УДК 338, 342

Александра Рудольфовна Борисенко¹, Татьяна Сергеевна Максимец²

^{1,2} Санкт-Петербургский государственный экономический университет,

Санкт-Петербург, Россия

¹alya.alexandra.borisenko@mail.ru

²tsm25012003@mail.ru

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина

Санкт-Петербургский государственный экономический университет,

Санкт-Петербург, Россия

ragozina777@bk.ru

РОЛЬ ГОСУДАРСТВА В ФОРМИРОВАНИИ У МОЛОДЁЖИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Аннотация. Забота о здоровье молодежи является одной из важных задач государственного регулирования, поскольку в среднесрочной и долгосрочной перспективе это поможет снизить нагрузку на систему здравоохранения, так как здоровый образ жизни является профилактикой многих видов заболеваний. На основании использования общенаучных методов исследования таких как анализ, синтез, сравнение, классификация, систематизация и обобщение юридических документов, авторами показано, что роль государства в вопросе формирования здорового образа жизни молодежи чрезвычайно важна, поскольку модели поведения молодых людей транслируются не только через систему семейного воспитания, но также посредством школьного образования и целенаправленной деятельности государственных систем. Авторами в статье рассмотрены важные аспекты государственного участия в формировании системы ценностей у молодежи, где приоритет здоровья имеет ведущую роль, поскольку именно здоровье позволяет беспрепятственно достигать жизненных целей и целей национального развития. По причине того, что здоровье по большей части определяется именно образом жизни индивида, который в свою очередь формируется социальной средой, в которой находится человек, роль государства в сфере охраны здоровья населения заключается не только в совершенствовании законодательства в области охраны здоровья населения, но и в трансляции системы ценностей, которые способствуют поддержанию здорового образа жизни, сохранению человеческого потенциала и развитию самого государства. Важная роль в достижении поставленной цели отводится системе образования, в рамках которой пропаганда и трансляция системы ценностей здорового образа жизни, может привести к желаемым результатам, заключающимся в здоровье нации.

Ключевые слова: Здоровье, здоровый образ жизни, социальные ценности, государственная политика в области здравоохранения.

*Alexandra Rudolfovna Borisenko*¹, *Tatiana Sergeevna Maximets*²

^{1,2}St. Petersburg State University of Economics,
Saint Petersburg, Russia

¹alya.alexa.borisenko@mail.ru

²tsm25012003@mail.ru

Scientific director: Natalia Alexandrovna Ragozina

St. Petersburg State University of Economics,

Saint Petersburg, Russia

ragozina777@bk.ru

THE ROLE OF THE STATE IN THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE AMONG YOUNG PEOPLE

Annotation. Taking care of the health of young people is one of the important tasks of state regulation, since in the medium and long term it will help to reduce the burden on the healthcare system, since a healthy lifestyle is the prevention of many types of diseases. Based on the use of general scientific research methods such as analysis, synthesis, comparison, classification, systematization and generalization of legal documents, the author shows that the role of the state in the formation of a healthy lifestyle of young people is extremely important, since the behavior patterns of young people are transmitted not only through the system of family education, but also through school education and purposeful activities of state systems. The authors of the article consider important aspects of state participation in the formation of a value system among young people, where the priority of health has a leading role, since it is health that allows you to freely achieve life goals and national development goals. Due to the fact that health is mostly determined by the lifestyle of an individual, which in turn is formed by the social environment in which a person is located, the role of the state in the field of public health protection is not only to improve legislation in the field of public health protection, but also to translate a system of values that contribute to maintaining a healthy lifestyle., the preservation of human potential and the development of the state itself. An important role in achieving this goal is assigned to the education system, within which the promotion and transmission of a system of values of a healthy lifestyle can lead to the desired results, consisting in the health of the nation.

Keywords: Health, healthy lifestyle, social values, state policy in the field of healthcare.

В современной экономике воспроизводство условий жизни общества играет решающую роль, а создание социально-экономических механизмов развития семьи и каждого отдельного человека ста-

новится ключевым фактором роста общественного благосостояния и развития национальной экономики. Приоритетное направление формирования здорового образа жизни населения закреплено на законодательном уровне в Концепции долгосрочного социально-экономического развития России на период до 2020 года, а также в основах государственной политики в области здорового питания населения на период до 2020 года [2]. Здоровый образ жизни позиционируется как одна из национальных целей федерального проекта «Здоровый образ жизни», который является неотъемлемой частью другого национального проекта «Демография» [9,12,13]. В контексте заявления Президента России В Послании Федеральному Собранию в 2021 году социальные аспекты экономического развития были определены в качестве ключевых [10].

Развитие инфраструктуры здорового образа жизни является одним из направлений экономического и социального развития России, а расстановка приоритетов на высшем государственном уровне определяет актуальность выбранной тематики исследования, которая заключается в определении роли государства в формировании здорового образа жизни молодёжи [11].

Целью исследования является определение роли государственно-регулирующего в области формирования здорового образа жизни и определение способов трансляции системы ценности здорового образа жизни для обеспечения здоровья населения страны. В работе используются общенаучные методы исследования такие как анализ, синтез, сравнение, классификация, систематизация и обобщение юридических документов.

Для достижения поставленной цели рассмотрим далее смысловые категории «здоровье» и «образ жизни» чтобы наиболее точно определить сущность понятия «здорового образа жизни». Понятие «здоровье» определено Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) как состояние полного физического, психического и социального благополучия [15]. Здоровье — это важная составляющая полноценной и счастливой жизни каждого человека. ВОЗ сосредоточена на двух аспектах охраны здоровья:

10.1. Профилактика заболеваний и травм;

11.2. Принятие государством мер по решению существующих проблем в области здравоохранения.

Образ жизни представляет собой совокупность форм человеческой деятельности, которая проявляется в повседневной жизни, работе, культуре, поведении. Через оценку образа жизни можно определить уровень развития общества и наличие доминирующих ценностей. Если мы сравним категории «образ жизни» и «здоровье» друг с другом, мы можем вывести категорию «здоровый образ жизни» [8]. Она должна включать в себя все, что направлено на выполнение профессиональных, социальных и бытовых функций человека в наиболее благоприятных условиях для человека, здоровье и развитие человека как личности, который понимает ценности своего здоровья и важность здоровья для эффективной жизни.

Здоровый образ жизни является одним из ключевых аспектов жизни человека, способом достижения долголетия и условием полноценного исполнения возложенных на индивида социальных функций, таких как участие в трудовой, социальной, семейной, бытовой и досуговой деятельности. Образ жизни оказывает непосредственное влияние на здоровье, а здоровый образ жизни, в свою очередь, закладывает основу крепкого здоровья, укрепляет защитные силы организма, раскрывает его потенциал. В здоровом образе жизни выделяются следующие ключевые элементы:

- организация надлежащего режима питания, сна и активного отдыха индивида;
- организация систематической двигательной активности, поддерживающей основные функции организма;
- культурно значимый досуг, обеспечивающий психическое здоровье и культурное развитие;
- отказ от вредных привычек, негативно влияющих на здоровье;
- самоутверждение и самоорганизация в деятельности, основанные на ценностном отношении к здоровью и т.д. [16].

Образ жизни молодежи определяется преимущественно условиями социальной среды, в которой находится человек. Развитие молодых людей, социальный статус, характер поведения в повседневной жизни, стремления, возможности и здоровье во многом определяются характером социальных условий жизни, которые устанавливаются социальной политикой, проводимой государством в сфере здорового образа жизни. Таким образом, здоровый образ жизни — это своего рода поведенческая реакция, а также деятельность человека, суть которой заключается в профилактике заболеваний и укреплении здо-

ровья. Статистические данные показывают, что здоровье человека определяется на 50-55% образом жизни, на 20-25% зависит от условий окружающей среды, 15-20% определяется генетической предрасположенностью и только 10-15% является результатом деятельности служб здравоохранения [1].

Ключевыми факторами риска, которые ухудшают здоровье и которые следует предотвращать при выборе здорового образа жизни, являются: курение, употребление больших доз алкоголя, отсутствие физической активности и спорта (пассивный образ жизни), наркомания, неправильное питание и т.д. [5]. Исключение факторов риска позволяет улучшать показатели здоровья населения. Однако, как показывают международные исследования, такие аспекты как бедность, тревога и беспокойство, отсутствие перспектив трудоустройства — являются негативными факторами, определяющими нездоровый образ жизни населения, в том числе среди молодежи [15].

Рассматривая содержание социальной политики государства в области здорового образа жизни, необходимо отметить, что социальная политика в сфере здорового образа жизни является частью деятельности социального государства, в котором различные сферы общественной жизни организованы в соответствии с моральными принципами социальной справедливости и социальной солидарности, направленными на создание условий которые позволяют каждому гражданину вести достойный образ жизни, свободно развиваться, получать социальные выплаты и пособия, гарантированные государством, выполнять обязательства перед обществом [7]. Принципы социальной политики утверждаются в конкретных решениях органов государственного управления и закрепляются соответствующими нормативно-правовыми актами.

Так, современная система здравоохранения в России, с одной стороны, представляет собой совокупность правил, принципов и конкретных мер, направленных на обеспечение и охрану здоровья населения на определенной территории, а с другой стороны — представляет собой совокупность организаций, обеспечивающих деятельность по охране здоровья, медицинская деятельность (текущая, профилактическая и т.д.).

Российская система здравоохранения функционирует в соответствии с законодательством об охране здоровья. Так, статья 2 Федерального закона «Об основах охраны здоровья граждан» гласит,

что вопросы регулирования деятельности в области охраны здоровья населения является предметом совместного ведения Российской Федерации и субъектов Российской Федерации [3, ст. 1]. В статье 2 отмечается данного закона закреплено, что охрана здоровья граждан представляет собой систему мер политического, экономического, правового, социального, научного, медицинского, в том числе профилактического характера, осуществляемых в целях предотвращения заболеваний, сохранения физического и психического здоровья граждан, поддержания длительной активной жизни, оказания необходимой медицинской помощи [3, ст. 2].

Таким образом, на законодательном уровне закрепляется роль системы здравоохранения в реализации мероприятий по профилактике заболеваемости, что можно трактовать как реализацию мероприятий по распространению здорового образа жизни населения. При этом, важно заметить, что здоровый образ жизни населения позволяет снизить нагрузку на систему здравоохранения, поскольку именно образом жизни определяется наличие или отсутствие многих заболеваний.

К ключевым функциям государства в области формирования здорового образа жизни относятся обеспечение безопасной среды жизнедеятельности, поддержание надлежащего уровня экологической безопасности, контроль за производством и реализацией продуктов питания, отвечающих требованиям экологической и пищевой безопасности, оказание квалифицированной первичной медико-санитарной помощи, обеспечение социальной защиты в трудных жизненных ситуациях, контроль за соблюдением техники безопасности и охраны труда на работах, вовлечение молодежи в спортивно массовые мероприятия и т.д. [14].

Опыт многих развитых стран показывает, что целенаправленная политика органов государственной власти, пропагандирующая здоровый образ жизни, может привести общество к желаемым результатам и его развитию. Согласно докладу ВОЗ, государственная политика должна надлежащим образом означает расширять возможности и поддерживать людей во время переходных периодов в жизни, таких как подростковый возраст, обеспечивать доступ к базовой квалификации и рабочим навыкам, улучшать перспективы трудоустройства, поддерживать психическое здоровье и т.д. При этом, немаловажным аспектом государственной политики является реализация меропр-

ятий, предотвращающих подверженность детей бедности, обеспечение вакцинации, формирование здоровой окружающей среды, создание возможностей для раннего обучения и предотвращение жестокого обращения с детьми [15].

Формирование здорового образа жизни — это длительный процесс, опосредованный рядом факторов, в том числе обстоятельствами жизни личности (условиями воспитания личности), индивидуальным сознанием, отражающим общие и специфические условия формирования личности, мотивацией реального поведения, опосредованного деятельностью индивида. Формированием здорового образа жизни и его пропагандой в первую очередь должна заниматься система образования, что позволяет включать этот вопрос в программы развития дошкольников, школьников и студентов. Внедрение таких программ может позволить достичь индивидуального уровня осознания ценности здоровья как ресурса, который может достичь любых целей на жизненном пути [16, 17]. По этой причине формирование готовности учащихся к деятельности, направленной на сохранение здоровья как ценности, является главной задачей современных школ России.

Показателями создания берегающей здоровье образовательной среды будут являться: повышение физической и умственной работоспособности обучающихся, а также и преподавателей, повышение компетентности работников системы образования в вопросах здравоохранения и формирования у них готовности формировать ценностную ориентацию будущих специалистов на здоровый образ жизни, снижение уровня тревожности и профилактика эмоционального выгорания обучающихся и преподавателей, участие обучающихся в берегающей здоровье деятельности.

На национальном уровне осознание ценностей в области здорового образа жизни происходит тогда, когда проекты принимаются государственными и муниципальными органами власти [7]. Например, международный проект «Здоровые города», проводимый под эгидой Европейского регионального бюро Всемирной Организация здравоохранения, реализуется ряде городов России таких как Череповец, Великий Устюг, Чебоксары, Новочебоксарск, Якутск, Ижевск, Ставрополь, Самара, и Ульяновск. В рамках реализации программы «Здоровые города», работа ведется по следующим направлениям, улучшающим качество жизни населения:

- «здоровое» городское планирование, то есть планирование городской инфраструктуры таким образом, чтобы оказать позитивное воздействие на физическое и психологическое здоровье жителей;
- здоровье в пожилом возрасте, подразумевающее содействие ведения активному образу жизни лиц пожилого возраста;
- активный образ жизни, включающий содействие ведению активного образа жизни среди молодого населения [4].

Формирование ответственного отношения к здоровью со стороны населения, поддержка граждан при отказе от вредных привычек и обеспечение условий для ведения здорового и активного образа жизни, коррекция и регулярный мониторинг поведенческих и биологических факторов риска неинфекционных заболеваний — все это делает проект «здоровые города» значительным на национальном уровне. Распространение мероприятий проекта все субъекты Российской Федерации позволит в лучшей мере реализовывать политику в области здравоохранения и достигнуть целей программ национального развития за счет содействия гражданам в ведении здорового образа жизни.

Проведение эффективной и действенной социальной политики государства в области здорового образа жизни необходимо. При этом, на наш взгляд, особая роль должна отводиться системе образования. Поддержание здоровья учащихся в российских школах и вузах невозможно без использования организационно-управленческих аспектов, в том числе организации воспитательной работы на основе формирования ценностного отношения к здоровью. Здоровье как ценность не всегда становится ведущим стимулом в жизни молодых людей, что можно объяснить отсутствием достаточного социального опыта в жизни и неприятием базовых ценностей категории «здоровье». Трансляция системы ценностей, воспитательная деятельность в рамках образовательной системы, приобщение к здоровому образу жизни в учебных учреждениях — все это компоненты политики государства в области формирования здорового образа жизни молодежи.

Безусловно, здоровый образ жизни является одним из важнейших вопросов, требующих непосредственного участия всех государственных структур, поскольку формирование здорового образа жизни способствует не только хорошему самочувствию человека, но и оздоровлению нации. При этом, сущность политики в сфере ох-

раны здоровья населения заключается не только в необходимости совершенствования законодательства на федеральном и региональном уровнях в области охраны здоровья населения, но также и в создании условий благоприятных для приобщения к здоровому образу жизни среди молодежи. Создание необходимых условий является ключевым аспектом политики, поскольку создание формальных правил без их фактического исполнения не приведет к желаемому результату.

Достижение цели приобщения населения к здоровому образу жизни возможно благодаря реализации самых высоких и важных целей, ценностей государства, которые способствуют сохранению человеческого потенциала и развитию самого государства. При этом, системе образования в формировании здорового образа жизни нации отводится ключевая роль, поскольку пропаганда и трансляция соответствующей системы ценностей здорового образа жизни через образовательные учреждения может привести к желаемым результатам, заключающимся в здоровье нации.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Указ Президента РФ от 7 мая 2018 г. №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (с изменениями и дополнениями) // СПС Гарант. URL: <https://base.garant.ru/71937200/>
2. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 №323-ФЗ (последняя редакция) // СПС Консультант Плюс. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_121895/
3. Послание Президента РФ Федеральному Собранию от 21.04.2021 «Послание Президента Федеральному Собранию» // СПС Консультант Плюс. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_382666/
4. Всемирный день здоровья: Факторы, влияющие на здоровье человека // Управление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека. [Электронный ресурс] URL: <http://68.rosпотребнадзор.ru/content/538/20653/>
5. Здоровые города, районы и поселки // Ассоциация по улучшению состояния здоровья и качества жизни населения. [Электронный ресурс] URL: <https://zdorovyegoroda.ru>
6. Зуб И.В., Коваленко Е.А. Роль государственной политики в поддержке здорового образа жизни молодежи // Здоровье — основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. 2018. №2. С.624–628.

7. Логачева, Д. А. Сбережение нации: концепция Солженицына и её современное понимание / Д. А. Логачева, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 151-154.
8. Михайлова С. В. Роль государства в формировании у молодежи здорового образа жизни // Международный научно-исследовательский журнал. 2015. №7(38). С.92-94.
9. Новиков, А. Б. Здоровый образ жизни личности: правовое понимание, регулирование, реализация / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Ученые записки юридического факультета. — 2021. — № 3. — С. 36-38.
10. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
11. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // Экономика. Налоги. Право. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103.
12. Рагозина, Н. А. Об оздоровлении нации и сбережении народа / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2022. — № 1. — С. 31-33.
13. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех : Материалы Международной научно-практической конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года. — Москва: Московский гуманитарный университет, 2022. — С. 172-176.
14. Сытник, Г. В. Спортивно-массовые мероприятия как фактор оздоровления населения / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Ломоносовские чтения в Санкт-Петербурге. 310 лет М.В. Ломоносову : Тезисы Пятой научно-практической конференции, Санкт -Петербург, 24–26 ноября 2021 года / Санкт-Петербургский институт природопользования, промышленной безопасности и охраны окружающей среды. — Санкт -Петербург: Информационный издательский учебно-научный центр «Стратегия будущего», 2021. — С. 165-166.
15. How small countries are improving health using the life-course approach // World Health Organization. [Электронный ресурс] URL: https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0016/342430/life-course-20170623-web.pdf

16. Comparative legal analysis of health systems in the Russian Federation and Switzerland / Yu. S. Gusakova, A. V. Krotov, A. V. Kuzmina [et al.] // *Revista Género e Direito*. — 2020. — Vol. 9. — No 4. — P. 947-954
17. Rezer T. Health and Healthy Lifestyle as Social Values of State Development // *Advances in Health Sciences Research*. 2020. №28. Pp.286-290.

УДК 796.011.1

Анастасия Сергеевна Брюханова

Омский филиал Финуниверситета, Омск, Россия
bryukhanova-01@mail.ru

Научный руководитель: Одинцова Елена Александровна
Омский филиал Финуниверситета, Омск, Россия, odin.el@mail.ru

СЕМЬЯ — ГЛАВНЫЙ ПОКАЗАТЕЛЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Аннотация. В данной статье ставится задача выяснить, какое влияние оказывает семья на состояние здоровья жизни ребенка, его психоэмоциональное состояние и здоровый образ жизни в целом.

Ключевые слова: здоровье, семья, здоровый образ жизни, мотивация.

Anastasia Sergeevna Bryukhanova

Omsk Branch of the Financial University, Omsk, Russia
bryukhanova-01@mail.ru

Scientific director: Elena Aleksandrovna Odintsova
Omsk Branch of the Financial University, Omsk, Russia, odin.el@mail.ru

FAMILY IS THE MAIN INDICATOR OF A HEALTHY LIFESTYLE

Abstract. In this article, the task is to find out what influence the family has on the health of the child's life, his psycho-emotional state and a healthy lifestyle in general.

Keywords: health, family, healthy lifestyle, motivation.

Согласно современному определению, которое было принято Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), «здоровье — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов» [3].

Здоровье — главная ценность в жизни человека, так как оно занимает высшую ступень в иерархии человеческих потребностей. Каждый человек должен вести здоровый образ жизни, чтобы успешно реализовать свой физический, духовный и интеллектуальный потенциал [5, 6, 7].

Несомненно, формирование здорового образа жизни должно начинаться с раннего детства, чтобы у ребенка было осознанное отношение к своему здоровью. Ведь каждый из нас хочет быть здоровым, но мало кто знает, как этого добиться.

В первую очередь, для того чтобы в ребенке воспитать правильные привычки и здоровый образ жизни, родители должны начать с себя, то есть быть физически, психически и социально здоровыми. «Если родители научат своих детей ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если будут личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то будущие поколения станут более здоровыми, духовно и физически развитыми» [2].

Здоровая семья — это главное звено, где формируются полезные привычки и отвергаются вредные. В настоящее время все чаще можно встретить распространение наркомании, алкоголизма, злоупотребления психоактивными веществами и курения среди детей и подростков. Самая эффективная профилактика всех вредных привычек — формирование с детства навыков культуры здоровья в семье.

Итак, теперь необходимо определить главные составляющие здорового образа жизни, на которые стоит обратить внимание при воспитании ребенка. Во-первых, одним из составляющих является рациональное питание. В частности, это подразумевает под собой сбалансированное количество так называемого БЖУ — белки, жиры и углеводы, и для достижения этого необходимо сочетать разнообразные продукты питания. Важно отметить, что нет деления продуктов на «плохие» и «хорошие», как утверждают многие специалисты. Таким образом, при построении рационального питания необходимо учитывать не только какие продукты питания и в каком количестве стоит включать в свой рацион, но и в какое в время суток и в каких сочетаниях между собой стоит их потреблять.

Во-вторых, достаточная двигательная активность и закаливание организма. Для нормального функционирования организма в качестве оптимальной двигательной активности достаточно ежедневной утренней зарядки. Если родители введут в жизнь ребенка такую при-

вычку, то это послужит не только сохранению физического здоровья ребенка, но и эмоционального. Учеными доказано, что люди, которые в достаточной степени занимаются физической культурой, меньше подвержены стрессу и лучше сопротивляются различным болезням [8, 10].

Закаливание также необходимо человеку, так как оно повышает иммунитет. Самая известная разновидность закаливания — использование свежего воздуха. Например, рекомендуется проводить длительные прогулки с ребенком или же в теплое время года засыпать с открытым окном. Другие наиболее распространенные методы закаливания — контрастный душ, купание в холодной воде или солнечные ванны летом.

В-третьих, отказ от вредных привычек. Несомненно, лучше, чтобы они вообще не появлялись, но если так случилось, что они имеют место, то от них нужно избавиться как можно скорее. Вредные привычки включают злоупотребление алкоголем, курение, наркоманию и злоупотребление психоактивными веществами. Все они негативно влияют на здоровье человека, оказывая разрушительное воздействие на его организм и вызывая различные заболевания.

В-четвертых, психоэмоциональное состояние человека. «Каждому человеку необходимо владеть своим психоэмоциональным состоянием, так как он оказывает влияние на работу всех систем организма [1]. Зачастую патологические процессы возникают из-за регулярных стрессов и психоэмоциональных перегрузок, так как при стрессе выделяется гормон кортизол. Из-за этого нарушается работа сердечно-сосудистой и нервной системы, что может привести к ухудшению самочувствия, проблемах со сном и другим заболеваниям» [4].

Для того чтобы ребенок с детства соблюдал вышеперечисленные составляющие, необходимо сформировать мотивацию к здоровью и физической активности. Однако, давно известно, что угрозы или же наказания не могут принудить человека вести здоровый образ жизни, только если это подкрепляется осознанной мотивацией к здоровью.

Здоровый образ жизни может определяться разными мотивами. Есть такая мотивация, как ощущение эйфории от ведения здорового образа жизни. К примеру, мы знаем, что все дети любят подвижные игры, которые вызывают у них положительные эмоции. Если ребенок привыкнет к такой двигательной активности, которая будет ему

нравится, то в будущем это сформирует интерес к систематической физической нагрузке. В дальнейшем, такой образ жизни станет мобильным и уже войдет в привычку.

«Другой пример — мотивация самосовершенствования. Она выражается в осознании того, что, будучи здоровым, можно подняться на более высокую ступень общественной лестницы. Эта мотивация весьма существенна для выпускников средних и высших учебных заведений, когда необходимо быть конкурентоспособным, чтобы добиться высокого уровня общественного признания» [9].

И таких мотиваций существует множество. Самое главное — найти свою мотивацию для всей семьи, чтобы правильно начать формирование здорового образа жизни. Если семья найдет свою мотивацию к здоровому образу жизни, которая войдет в привычку, то это станет ключом к счастливой и благополучной жизни для всех будущих поколений.

Для выявления отношения студентов к проблеме здорового образа жизни в семье, мы провели социальный опрос методом анкетирования студентов (рис. 1). В опросе приняли участие 65 респондентов в возрасте от 17 до 23 лет, где 10,8% опрошенных составили юноши, а 89,2% — девушки.

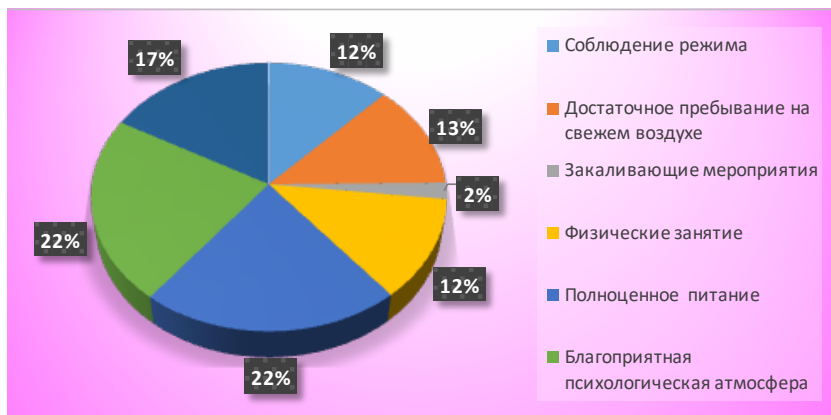


Рисунок 1. Опросник. На что семья должна обращать особое внимание, заботясь о здоровье своего ребёнка?

В опросе к понятию «здоровье» при выборе нескольких вариантов ответа 86,2% респондентов относят правильное питание, 80% считают, что отсутствие болезни, 73,8% — занятие физической культурой, 56,9% — гармоничные отношения в семье, а 9,2% — наличие вредных привычек.

Из данного результата опроса можно сделать вывод, что большинство опрошенных не до конца осознают, что понимается под понятием «здоровье». Ведь отсутствие болезней, как отметило значительное количество опрошенных, не равно понятию здоровье, так как наряду с отсутствием болячек и физических дефектов, человек должен иметь гармонию в физическом и моральном аспектах. И, конечно же, наличие вредных привычек также не связано с понятием здоровье никоим образом.

На вопрос «Можно ли назвать образ жизни в Вашей семье здоровым?» лишь половина опрошенных, а именно 52,3%, считают образ жизни своей семьи здоровым; 27,7% — не считают здоровым образ жизни в семье, а остальные 20% затрудняются ответить.

Далее необходимо было узнать у опрошенных, на что именно семья должна обращать особое внимание, заботясь о здоровье своего ребёнка. По рисунку 1 мы видим, что опрошенные в равной степени считают благоприятную психологическую атмосферу (22%) и полноценное питание (22%) основой здоровья ребенка. На второй план респонденты уделяют особое внимание здоровой гигиенической среде ребенка (17%). На третий план — достаточное пребывание на свежем воздухе (13%), а на четвертый — соблюдение режима (12%) и физические занятия (12%) в равной степени. Закаливающие мероприятия (2%) респонденты относят на последний план по отношению к другим категориям.

То, что семья должна подавать пример здорового образа жизни своему ребенку без сомнений, подтвердили 93,8% опрошенных. Лишь 1 человек из опрашиваемых (1,5%) выразил свое мнение в том, что семья не обязана прививать здоровый образ жизни своему ребенку, а 4,6% — затрудняются ответить на данный вопрос.

В семье свои выходные дни для активного отдыха 58,5% опрашиваемых не используют вообще, 35,4% — иногда, а остальные 6,2% часто проводят активный отдых семьей.

Что касается мотивации здоровья, то 89,2% респондентов считают, что в семье необходимо формировать мотивацию здоровья ребен-

ку, 7,7% затрудняются ответить на данный вопрос, а остальные 3,1% не видят важности в формировании мотивации здоровья в семье.

Далее респондентам необходимо было выбрать из представленных составляющих здорового образа жизни наиболее значимый для воспитания его с самого детства. Из рисунка 2, мы видим, что опрашиваемые люди считают, что наиболее значимым составляющим здорового образа жизни является психоэмоциональное состояние человека (65%). Далее практически на одной ступени значимости находятся достаточная двигательная активность и закаливание (17%) и отказ от вредных привычек (15%). И в последнюю очередь значимости, опрашиваемые выделяют сбалансированное питание (3%).



Рисунок 2. Опросник. Составляющие здорового образа жизни для воспитания подростка

По результатам опроса можно сделать вывод, что далеко не каждый ведет здоровый образ жизни в своих семьях, однако, считают, что это необходимо. Положительным моментом является то, что многие понимают, что в настоящее время в здоровый образ жизни включается не только физическая культура, отказ от вредных привычек, правильное питание, которые безусловно важны, но также психологическая составляющая, которая в настоящее время наиболее важна при формировании здорового образа жизни у ребенка. Если человек

не будет здоров психологически, то он будет действовать по привычным схемам, которым его научили и не захочет менять что-либо в своей жизни.

Из результатов опроса проявляется и негативный момент в том, что многие не проводят семейный активный отдых, который должен закладывать фундамент в формировании здорового образа жизни ребенка.

В заключение хотелось бы отметить, что вести здоровый образ жизни может каждый из нас. Для этого необходимо преодолевать свою лень, иметь огромное желание и силу воли для достижения поставленных целей перед собой. Необходимо всем членам семьи выработать такие качества, как выносливость, стремление работать над собой, желание быть здоровым и воспитывать здоровое поколение [8].

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Антонова, А. А. Влияние спорта на психоэмоциональное состояние человека / А. А. Антонова, Г. В. Сытник // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 110-118.
2. Назарова, Е.Н. Основы здорового образа жизни: Учебник / Е.Н. Назарова. — Москва: Academia, 2019. — 536 с.
3. Новиков, А. Б. Конституционно-правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Спорт, человек, здоровье : Материалы X Международного Конгресса, посвященного 125-летию со дня создания НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 08–10 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2021. — С. 351-354.
4. Овчинников Б. В. Основы здорового образа жизни для всех / Б. В. Овчинников, И. Ф. Дьяконов, Т. И. Дьяконова. — Санкт-Петербург: СпецЛит, 2018. — 126 с. — Текст: непосредственный.
5. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех : Материалы Международной научно-практиче-

ской конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года. — Москва: Московский гуман, 2022. — С. 172-176.

6. Рагозина, Н. А. Об оздоровлении нации и сбережении народа / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2022. — № 1. — С. 31-33.
7. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // Экономика. Налоги. Право. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103.
8. Сытник, Г.В. Комплекс ГТО в формировании мотивации к занятиям физической культурой и здорового образа жизни у студентов вузов (к 90-летию комплекса ГТО) / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, Н. А. Рагозина, А. Б. Новиков // Спортивный психолог. — 2021. — № 3(60). — С. 4-8.
9. Чедов К. В. Физическая культура. Здоровый образ жизни: учебное пособие / К. В. Чедов, Г. А. Гавроница, Т. И. Чедова. — Пермь, 2020 — 128 с. — Текст: непосредственный.
10. Comparative legal analysis of health systems in the Russian Federation and Switzerland / Yu. S. Gusakova, A. V. Krotov, A. V. Kuzmina [et al.] // Revista Género e Direito. — 2020. — Vol. 9. — No 4. — P. 947-954

УДК 657.1

Василий Леонидович Буняк¹, Галина Петровна Голубничая²

¹Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

²Институт проблем экономического возрождения, Санкт-Петербург, Россия

¹bunval2019@mail.ru

²galina-golub@mail.ru

ДИНАМИКА ФАКТОРОВ, ВЛИЯЮЩИХ НА ФОРМИРОВАНИЕ ИНСТРУМЕНТОВ УПРАВЛЕНИЯ ЭКОНОМИКОЙ СПОРТА

Аннотация. Рассмотрены теоретические и практические вопросы формирования инструментов управления экономикой спорта как комплекса ресурсов на макро- и микроэкономических уровнях. Проанализированы отдельные группы факторов и особенности их воздействия на выбор инструментов управления в текущих экономических условиях.

Ключевые слова: экономика спорта; инструменты — ресурсы управления; финансирование.

Vasily V. Buniak¹, Galina P. Golubnichaya²

¹St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

²Institute of Problems of Economic Revival

¹bunval2019@mail.ru

²galina-golub@mail.ru

THE DYNAMICS OF THE FACTORS INFLUENCING THE FORMATION OF MANAGEMENT TOOLS FOR THE ECONOMY OF SPORT

Abstract. Theoretical and practical issues of formation of management tools of sport economy as a complex of resources on macro- and microeconomic levels are considered. Separate groups of factors and peculiarities of their impact on the choice of management tools in the current economic conditions are analyzed.

Keywords: economics of sport; management tools — resources; financing.

Инструменты управления экономикой спорта представляют собой комплекс ресурсов, которыми наделяются субъекты управления и которые необходимы для практического осуществления ими функций в данной сфере как на макро- так и на микроуровнях [7]. На микроуровне такие функции в первую очередь имеют финансовую, налоговую, статистическую, учетную, контрольную, аналитическую, прогнозную, социальную, кадровую и иную направленность, а их выполнение позволяет достичь в первую очередь краткосрочных целей и текущих задач, а затем среднесрочных и долгосрочных. От формулировки целей развития экономики спорта, т. е. определения того, в каких направлениях развивать ограниченные человеческие, финансовые, информационные, природные ресурсы экономики спорта и какие инструменты управления задействовать на краткосрочную перспективу зависит не только эффективность, но и само развитие спорта [9,10,11]. В ситуациях острого кризиса (например, пандемии COVID-19), как правило могли изменяться краткосрочные цели и задачи для обеспечения реализации среднесрочных и долгосрочных, которые могли оставаться неизменными. На макроуровне — это в первую очередь функции нормативно-законодательного, бюджетно-распределительного, денежно-кредитного, институционального характера в области экономики спорта и в целом в управлении спортом. Например, для законодательного обеспечения управления спортом и его экономикой разработан целый пакет актов как на федеральном уровне, так и на уровне субъектов.

В практической деятельности наличие, отсутствие или продвижение таких инструментов-ресурсов текущей направленности помогает разработать и реализовать мероприятия по встраиванию определенных программных или проектных положений, а также предложений, правил, принципов в инвестиционные управленческие решения экономических субъектов спорта, комплекс их отчетности, логистические связи и другое. Использование устойчивых инструментов управления дает возможность субъектам обмениваться опытом, налаживать связи и консультировать друг друга, проводить совместные мероприятия по повышению квалификации, т. е. вовлекать и другие составляющие как непосредственно социально-культурной сферы, так и сферы экономики. Задача состоит в выявлении эффективных, но главное — устойчивых инструментов — ресурсов, качественно и количественно уже приспособленных к произошедшим изменени-

ям во внутренней и внешней среде функционирования экономики спорта и связанными рисками, способных своевременно реагировать на них, но при этом оставаться эффективными и в формирующейся качественно новой среде.

Спорт и экономика спорта, как и вся экономика и социально-культурная сфера в настоящее время находятся под влиянием отрицательных «глобальных» факторов. В экономической литературе для характеристики внешней среды функционирования экономики в наши дни, как правило, используются термины «текущие условия», «изменяющиеся условия» в отличие от предшествовавших определений — «современные условия», «условия глобализации» и др. Акцент, таким образом, ставится на вопросах текущего управления и задействовании соответствующих ему инструментов управления [8].

Вместе с тем, необходимо учитывать и следующую двойственность как самого спорта, так и экономики спорта, как составляющих социальной сферы. С одной стороны, они обладают масштабными возможностями оказывать воздействие на формирование устойчивого развития общества. Соответственно, отечественный спорт также подвергся «ядерной», тотальной атаке санкций. С другой стороны, по своей сути спорт и экономика спорта являются неустойчивыми, очень восприимчивыми к воздействию различных факторов, подвержены многим разнообразным рискам, что сказывается на их развитии, объемах и темпах инвестирования. Например, до введения последних санкций, несмотря на существование государственной программы «Развитие физической культуры и спорта», Федеральных проектов (Развитие физической культуры и массового спорта; Бизнес-спринт (Я выбираю спорт); Создание для всех категорий и групп населения условий для занятий физической культурой и спортом, массовым спортом, в том числе повышение уровня обеспеченности населения объектами спорта, а также подготовка спортивного резерва) [1], под которые выделяется соответствующее государственное финансирование для достижения перспективных целей, в действительности процессы развития экономики спорта на краткосрочном этапе сопряжены со многими сложностями текущего свойства, не решенными в предыдущие периоды. В таблице 1 приведены последние данные, показывающие динамику федерального финансирования спортивной инфраструктуры Российской Федерации на 2022–2023 гг. в соответствии с Распоряжением Правительства Российской Федера-

ции от 19 мая 2022 г. [3] Показатели отражают значительные суммы финансирования создания в российских регионах модульных спортивных залов и умных спортивных площадок в рамках нового Федерального проекта «Бизнес-спринт» [2; 7] даже с учетом инфляции. Для устранения инфляционного влияния правительство выделило суммы на индексацию расходов, связанных с закупкой спортивного оборудования. Вместе с тем, следует отметить, что положительная динамика прослеживается только по одному показателю. Расчеты объемов финансирования с учетом инфляции проведены автором с использованием метода коэффициента обесценения и данных о прогнозах инфляции на 2022–2024 гг., сделанные Минэкономразвития. [5]

Таблица 1

Динамика федерального финансирования спортивной инфраструктуры Российской Федерации на 2022-2023гг. [Составлено автором по материалам 1; 2; 3; 5] (тыс. руб.)

№№ п/п	Показатели	2022 г.	2023 г.
1.	Субсидии, предоставляемые в 2022–2024гг. из федерального бюджета бюджетам субъектов РФ на софинансирование расходных обязательств субъектов РФ, возникающих при реализации мероприятий по закупке оборудования для создания "умных" спортивных площадок в рамках федерального проекта "Бизнес-спринт" государственной программы РФ "Развитие физической культуры и спорта".	5 200 000	3 300 000
	с учетом инфляции	4 290 000	3 098 700
2.	Объем субсидий на реализацию мероприятий по оснащению объектов спортивной инфраструктуры спортивно-технологическим оборудованием бюджетам субъектов на 2022-2023гг., утвержденное приложением 33 (таблица 26) к ФЗ "О федеральном бюджете на 2022 г. и на плановый период 2023 и 2024 гг."	841 230	647 280
	с учетом инфляции	694 014,75	607 795,92
3.	Объем иных межбюджетных трансфертов на реализацию комплекса мероприятий, связанных с эффективным использованием тренировочных площадок после чемпионата мира по футболу 2018 г. в РФ на 2022-2023гг., утвержденное приложением 33 (таблица 154) к ФЗ "О федеральном бюджете на 2022г. и на плановый период 2023-2024гг."	212 296,5	280 630
	с учетом инфляции	175 144,6125	263 511,57

Самые большие сложности обеспечения устойчивого развития спорта в текущем моменте касаются управления спортом и его экономикой. Как правило, авторы публикаций на эту тему ссылаются на то, что сам термин «управление» в спортивной деятельности появился сравнительно недавно, только в 2004 году [6]. Этим пытаются объяснить существующие недостатки в управлении. Иными словами, «дефицит времени» сформировал или отсутствие, или недостаточное развитие тех инструментов-ресурсов, которые должны обеспечить устойчивое развитие на перспективу. Анализируя состояние текущих недостатков в управлении, тот же автор отмечает следующее: «...нехватка квалифицированных тренерских кадров; слабая конкуренция внутри страны; отсутствие должной инфраструктуры для ряда зимних видов спорта; недостаточное научное обеспечение; просчеты чиновников и тренеров в подготовке команды; отсутствие психологии победителей у спортсменов; недостаточный уровень ответственности перед государством и народом.» А общая причина: «...гипертрофированный культ денег», отсутствие вертикали в управлении [6]. Таким образом, наличие текущих недостатков в управлении спортом и его экономикой, оказывает влияние на формирование отдельной группы факторов и необходимых для их преобразования инструментов.

Следующую группу создают специфические факторы и инструменты-ресурсы текущих или изменяющихся условий. В зарубежных источниках отмечается несколько, по их мнению, масштабных событий, связанных с санкциями — сокращением, остановкой, прерыванием деятельности, направленных против развития отечественной экономики спорта. Данные таблицы 2 включают результаты зарубежных мониторинговых исследований санкций и действий против России в сфере экономики спорта с 9 марта 2022г. по 20 мая 2022 г.

В связи с введением санкций к важнейшим инструментам реализации программных и проектных целей и задач относятся софинансирование, импортозамещение, параллельный импорт. Так, например, импортозамещение рассматривается как ресурсы национальных товаров, которые произведены в России, для замены товаров, произведенных за рубежом.

Таблица 2

Динамика санкций иностранных компаний в сфере экономики спорта с 9 марта 2022г. по 20 мая 2022 г. [Составлено автором по материалам 8–14]

Период	Компании	Виды спорта, деятельности	Санкции
29 марта	Decathlon	Десятиборье. Розничная торговля. Производство спорт. одежды.	Приостановил свою деятельность в России, поскольку условия поставок больше не были выполнены для продолжения его деятельности в стране.
18 марта	The Diamond League of track and field competitions.	Бриллиантовая лига соревнований по легкой атлетике.	Запретила российским авторизованным нейтральным спортсменам и белорусским спортсменам участвовать в своих соревнованиях.
8 марта	Ferrari	Розничная торговля, автоспорт	Приостановит экспорт в Россию.
8 марта	Lamborghini, подразделение Volkswagen (VOWG p.DE)	Розничная торговля, автоспорт. Производство спортивных авто.	Приостановил свой бизнес с Россией.
3 марта	IPC. МПК.	Паралимпийские игры в Пекине.	Спортсмены отстранены от зимних Паралимпийских игр.
3 марта	Formula One	Чемпионат мира по кольцевым гонкам.	Формула-1 не будет участвовать в гонках в России.
28 февраля	FIFA and UEFA	Сборные России по футболу.	Сборные и клубы России отстранены от международного футбола.
26 февраля	FIDE. ФИДЕ.	Шахматы. Россия, Беларусь.	Международная шахматная федерация запретила проводить мероприятия.

В текущих условиях предпринимаются попытки сформировать инструменты-ресурсы, обеспечивающие устойчивые результаты финансирования спортивной индустрии и в целом экономики спорта, и которые позволили бы осуществить прорыв в управлении данной сферой.

Анализируя процессы управления, и в первую очередь финансирования, в экономике спорта, следует отметить определенные моменты. Реальная отдача финансирования как государственного, так и внебюджетного, обеспечение эффективности управления, инноваций и инвестиций возможны путем внедрения в инвестиционный процесс НПО, что обеспечит дополнительным внебюджетным финансированием. В то же время, сдерживающим развитие «третьего сектора» фактором стало неудовлетворительное информацион-

ное обеспечение его деятельности. Известно, что «...для обеспечения раскрываемости учетно-аналитической информации субъектов спортивной деятельности для потребностей регулирования требуется соблюдение соответствующих стандартов учета и отчетности.» [4, 127] Специальные стандарты учета и отчетности для НПО отсутствуют, что является негативным фактором, сказывающимся на качестве инструментов — ресурсов управления.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Паспорт государственной программы (комплексной программы) Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» (утв. решением Правительства РФ от 23.12.2021 N MM-44-19192) [Электронный ресурс] Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_409422/feb1b8f05e55bdefea7ba40fb20b6ccfa5acc52/ (дата обращения 03.05.2022)
2. Паспорт федерального проекта «Бизнес-спринт (Я выбираю спорт)» (утв. Проектным комитетом по федеральным проектам «Развитие физической культуры и массового спорта», «Бизнес-спринт (Я выбираю спорт)», «Развитие спорта высших достижений», протокол от 23.12.2021 N 1) [Электронный ресурс] Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_409622/ (дата обращения 03.05.2022)
3. Правительство Российской Федерации. Распоряжение от 19 мая 2022 года №1227-р [Электронный ресурс] Режим доступа:
4. <http://static.government.ru/media/files/2kRziFA13TKtYnvpIpaZhHwNpS5k9FT8.pdf> (дата обращения 03.05.2022)
5. Буняк, В. Л., Голубничая, Г.П. Учетно-аналитические информационные аспекты регулирования экономики спорта / В. Л. Буняк, Г. П. Голубничая // Место и роль физической культуры в современном мире: Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 124–131.
6. Минэкономразвития спрогнозировало инфляцию в РФ в 2022 г. на уровне 17,5% [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://www.interfax.ru/business/841365> (дата обращения 03.05.2022)
7. Незвецкий, Р. Россия. Спорт и грабли. [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://stadium.ru/news/273397> (дата обращения 04.05.2022)
8. Мануйло, К. А. Логистика в сфере физической культуры и спорта / К. А. Мануйло, Г. В. Сытник // Физическая культура студентов : сборник материалов 70-й Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 125-летию Национального государственного Универси-

- тета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 09 июня 2021 года. — Санкт-Петербург: Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 2021. — С. 114-117.
9. Новиков, А. Б. Здоровый образ жизни личности: правовое понимание, регулирование, реализация / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Ученые записки юридического факультета. — 2021. — № 3. — С. 36-38.
 10. Новиков, А. Б. Право и экономика в сфере спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Право и современная экономика: новые вызовы и перспективы : Сборник материалов II научно-практической конференции с международным участием юридического факультета СПбГЭУ, Санкт-Петербург, 09 апреля 2019 года / Под научной редакцией Н.А. Крайновой. — Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный экономический университет, 2019. — С. 87-88.
 11. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // Экономика. Налоги. Право. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103.
 12. Рагозина, Н. А. Правовые вопросы оздоровления наций на пространстве Евразийского экономического союза / Н. А. Рагозина // Достижения Казахстанской государственности и права: международные и внутригосударственные аспекты : Материалы международной научно-практической конференции, посвященной 30-летию вступления Казахстана в ООН, Караганда, 10 февраля 2022 года / Под общей редакцией Т.И. Ау, Редакционная коллегия: Н.Р. Весельская, М.Б. Рахимгулова, Н.В. Сидорова, В.В. Филин. — Караганда: Карагандинский университет Казпотребсоюза, 2022. — С. 348-351.

УДК 336.5

*Екатерина Ворникова¹, Нина Ворникова²,
Светлана Анатольевна Фирсова³*

^{1,2,3} Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия
Vornikova_katerina@mail.ru
Nvornikova@inbox.ru

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина
Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

ФИНАНСИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ

Аннотация: Роль и значение физической культуры и спорта в Оренбургской области в экономической и социально-политической жизни общества возрастает с каждым годом. Из-за чего область сталкивается с большим перечнем целей и задач. А именно: развитие инфраструктурной части, необходимой для продвижения физической культуры, не забывая учитывать возможность и доступность занятия спортом лицам с ограниченными возможностями; проведение различных мероприятий, способствующих защите инфраструктуры от различного рода влияния и воздействия и другие. Безусловно, для развития спорта и физической культуры и для реализации поставленных целей и задач необходимо большое значение уделять финансированию физической культуры и спорта. Благодаря чему, в статье были рассмотрены основные тенденции развития физической культуры и спорта, направления их финансирования и проблемы возникающие в процессе финансирования.

Ключевые слова: финансирование, физическая культура, спорт, источники финансирования, бюджет субъекта Российской Федерации.

Ekaterina Vornikova, Nina Vornikova, Svetlana Anatolyevna Firsova
Saint-Petersburg Branch of Financial University, Saint Petersburg, Russia
Vornikova_katerina@mail.ru
Nvornikova@inbox.ru

Scientific Director: Natalia A. Ragozina
Saint-Petersburg Branch of Financial University, Saint Petersburg, Russia
Ragozina777@bk.ru

FINANCING OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN ORENBURG OBLAST

Annotation: In the Orenburg region, the role and importance of physical education and sport in the economic and socio-political life of society is increasing

every year. As a result, the region faces a large list of goals and targets. Namely: the development of the infrastructure necessary for the promotion of physical education, without forgetting the possibility and accessibility of sports for persons with disabilities; the implementation of various activities, Others contribute to the protection of infrastructure against various influences and impacts. Of course, for the development of sports and physical training and for the realization of the goals and objectives, it is necessary to pay great attention to the possibilities and directions of financing of physical culture and sports. As a result, the article considers the main tendencies of development of physical culture and sports, directions of their financing and problems arising in the process of financing.

Keywords: financing, physical culture, sports, sources of funding, budget of the subject of the Russian Federation.

Физическая культура и спорт входят в число основных направлений в развитии социальной политики Правительства Оренбургской области, из-за чего формируются основы для поддержания и развития физического, а также духовного здоровья жителей Оренбургской области, и это в большой степени способствует созданию долгосрочной социальной стабильности [7,8].

Привлечение людей к занятиям физической культурой, состояние здоровья населения, успехи Оренбургской области в соревнованиях являются в большей степени доказательством жизнеспособности и духовной силы нации.

С целью обеспечения уверенного социально-экономического развития Оренбургской области на основании формирования и поддержания здорового образа жизни, развития сфер физической культуры и спорта, улучшения функционирования системы здравоохранения, приоритетом политики должно быть сохранение и укрепление здоровья населения.

Сегодняшняя тенденция к увеличению роли физической культуры и спорта в жизни людей претерпела некоторые изменения. В настоящее время тенденции проявляются в:

- распространении физической культуры и спорта, а также здорового образа жизни;
- предотвращении заболеваний и укрепления здоровья населения;
- вовлечения всех слоев населения, в том числе и трудоспособного, к занятиям физической культурой и спортом;

- учет интересов и потребностей населения при формировании и развитии инфраструктуры физической культуры, спорта и здоровья.
- разных видах, формах, методах и способах, предлагаемых на рынке услуг, связанных с физической культурой и спортом [4, 11].

Основными направлениями работы в сфере физической культуры и спорта в отчетном году в регионе стали:

- проведение мероприятий в области спорта;
- внедрение комплекса ГТО [9,10];
- распространение спорта;
- высокий уровень подготовки спортсменов;
- выступление спортсменов из Оренбургской области в соревнованиях вышестоящего уровня;
- укрепление материально-технической базы спортивных сооружений.

В регионе физической культурой и спортом занимаются около 900 000 человек, что составляет почти 50% от всего населения. Самыми популярными видами спорта в регионе, на которые направлено финансирование, являются: плавание, футбол, баскетбол, волейбол, легкая атлетика. Все эти виды спорта, а также хоккей, прыжки на батуте, дзюдо, вольная борьба, бокс, тхэквондо составляют основные виды спорта, развивающиеся в области.

Направления финансирования физической культуры и спорта Оренбургской области:

1. материально-техническая поддержка, которая включает предоставление спортивного инвентаря, биомедицинскую, медицинскую, финансовую, научно-методическую и антидопинговую поддержку спортивным делегациям и спортивным командам и др.;
2. участие в подготовке сборных команд к соревнованиям всероссийского и международного уровня и обеспечение участия спортивных делегаций во всероссийских и международных спортивных мероприятиях;
3. поддержка работы регионального центра спортивной подготовки, научных учреждений, научных организаций в области физической культуры и спорта;

4. осуществление пропаганды физической культуры, спорта и здорового образа жизни;
5. осуществление иных мероприятий и программ [1].

Сегодня финансирование происходит в основном за счет бюджета Российской Федерации, бюджетов субъектов Российской Федерации и внебюджетных источников.

По данным региональной программы «Развитие физической культуры и спорта в Оренбургской области» предусмотрено за период 2019–2024 гг. 7616767,4 тыс. рублей, в том числе по годам реализации. Так же из программы можно сделать вывод, что увеличивается число желающих заниматься спортом, наблюдается рост строительства объектов спортивной индустрии.

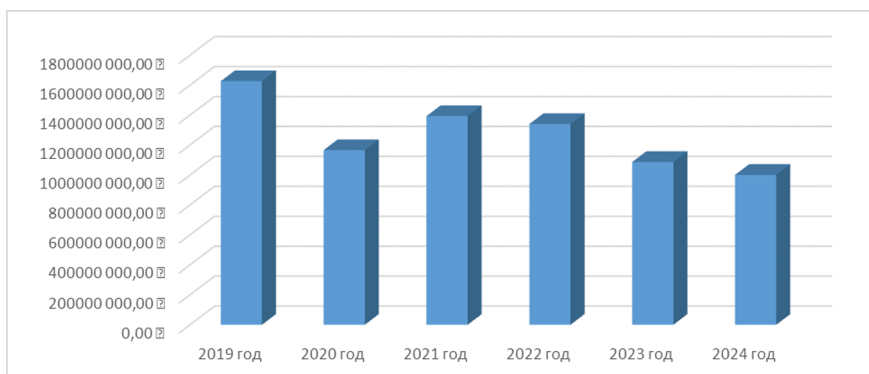


Рисунок 1. Объем бюджетных ассигнований на реализацию государственной программы в период 2019–2024 гг. [3]

Финансирование физической культуры и спорта в период 2019–2021 гг. развивалось неравномерно, не формируя какой-либо устойчивой тенденции. В период 2021–2024 гг. предполагается уменьшение расходов на финансирование. Из бюджетных источников в 2021 году было выделено на 233 304,3 тыс. руб. средств меньше, чем в 2019 году. А в 2024 году планируется выделить в 1,4 раза меньше средств, чем было выделено в 2021 году [2,3].

Достижение целей в спорте требует совершенствования всего потенциала региона. Этот фактор нельзя игнорировать, он определяет важность политики в сфере спорта и физической культуры [6].

На сегодня ряд серьезных проблем для спорта вызваны переходом организаций спорта на рыночные принципы работы, когда финансирование с бюджета нужно сочетать с самофинансированием.

Одна из таких проблем — это кадровая проблема. В настоящее время создается механизм подготовки специалистов менеджмента, которые должны вести организацию и налаживать все финансирование физической культуры и спорта. Но из-за того, что нужно подвергнуть спортивные системы стратегическим изменениям, процесс быстро не продвигается. Обучения специалистов и их поиск требует значительных усилий и времени.

Еще одной проблемой является неэффективное управление спортивными организациями. Отсутствие качественного отбора персонала на руководящие должности, их аттестация являются причинами несостоятельности спортивных клубов.

Так же проблема проявляется в снижении уровня жизни населения, что в следствие тормозит динамичное развитие российской спортивной индустрии. В итоге уменьшается как число спортсменов, так и болельщиков, посещающих массовые спортивные мероприятия. Происходит снижение уровня коммерциализации сфер спортивных, развлекательных и образовательных услуг и т. п.

Таким образом, развитие спорта в регионе финансируется на довольно высоком уровне. В то же время в качестве основной проблемы финансирования российского спорта стоит отметить неэффективное управление спортивными организациями, что приводит к низкой эффективности расходования бюджетных средств.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ с изм. и допол. в ред. от 02.07.2021.
2. Государственная программа Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» (утв. постановлением Правительства Российской Федерации от 15 апреля 2014 г. N 302)
3. Постановление «Об утверждении государственной программы Оренбургской области «Развитие физической культуры, спорта и туризма» от 29 декабря 2018 года N 920-пп (с изменениями на 8 февраля 2022 года
4. Отчет о результатах экспертно-аналитического мероприятия «Оценка доступности в 2018–2019 годах и истекшем периоде 2020 года физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг»

5. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет / Санкт-Петербург: Лань, 2017. — 160с.
6. Новиков, А. Б. Право и экономика в сфере спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Право и современная экономика: новые вызовы и перспективы : Сборник материалов II научно-практической конференции с международным участием юридического факультета СПб-ГЭУ, Санкт-Петербург, 09 апреля 2019 года / Под научной редакцией Н.А. Крайновой. — Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный экономический университет, 2019. — С. 87-88.
7. Новиков, А. Б. О правовой концепции развития физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 176-180.
8. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
9. Сытник, Г.В. Комплекс ГТО в формировании мотивации к занятиям физической культурой и здорового образа жизни у студентов вузов (к 90-летию комплекса ГТО) / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, Н. А. Рагозина, А. Б. Новиков // Спортивный психолог. — 2021. — № 3(60). — С. 4-8.
10. Сытник, Г. В. Практико-ориентированный подход в привлечении студентов и сотрудников вузов в реализации комплекса ГТО / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание. — 2021. — № S3. — С. 116-121.
11. Comparative legal analysis of health systems in the Russian Federation and Switzerland / Yu. S. Gusakova, A. V. Krotov, A. V. Kuzmina [et al.] // Revista Gênero e Direito. — 2020. — Vol. 9. — No 4. — P. 947-954

УДК 338

Марк Дамбаевич Дарижапов

ГБПОУ «Байкальский колледж туризма и сервиса», г. Улан-Удэ, Бурятия
darizhapov.md@bktis.ru

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СИСТЕМЕ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ ГБПОУ «БАЙКАЛЬСКИЙ КОЛЛЕДЖ ТУРИЗМА И СЕРВИСА»

Аннотация: Исследованы возможности физической культуры в воспитании патриотизма у студентов ГБПОУ «БКТиС», определены эффективные формы патриотического воспитания с использованием средств физической культуры.

Ключевые слова: «Байкальский колледж туризма и сервиса», патриотизм, физическая культура, патриотическое воспитание молодежи, формы патриотического воспитания, средства физической культуры

THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN THE SYSTEM OF PATRIOTIC EDUCATION OF GBPOU YOUTH «BAIKAL COLLEGE OF TOURISM AND SERVICE»

Abstract: The possibilities of physical culture in the education of patriotism among students of GBPOU “BCT & S” are investigated, effective forms of patriotic education using physical culture are determined.

Keywords: “Baikal College of Tourism and Service”, patriotism, physical culture, patriotic education of youth, forms of patriotic education, means of physical culture

*«...Воспитывать других мы можем только через себя...»
Л. Н. Толстой*

В 2014 году Правительство России утвердило «Основы государственной молодежной политики до 2025 года», которые нацелены

на поддержку молодежи, воспитание патриотизма, формирование здорового образа жизни [2,7].

Постановление Правительства РФ «О национальной доктрине образования в Российской Федерации на период до 2025 года» подчеркивает важность воспитания здорового образа жизни молодого поколения, развитие юношеского спорта [1,8].

Важно подчеркнуть, что работа в сфере спортивно-патриотического воспитания молодежи успешно реализуется в ГБПОУ «Байкальский колледж туризма и сервиса по всем направлениям.

«Патриотизм — это не значит только одна любовь к своей Родине. Это гораздо больше...» (А.Н. Толстой) [5].

Педагогическая деятельность руководителей и преподавателей физической культуры в становлении спортивно-патриотического сознания студентов в настоящее время приобретает особую значимость [4,6].

В ГБПОУ «Байкальский колледж туризма и сервиса» применяются всевозможные и разнообразные формы занятий по дисциплине «Физическая культура» в плане патриотического воспитания обучающихся.

Проведенное исследование среди студентов 1 курса колледжа показало, что ресурсность и преимущества физической культуры и спорта необходимо использовать в полном объеме в образовательных организациях республики Бурятия.

«Физическая культура» наряду с другими дисциплинами в нашем образовательном учреждении играет первостепенную роль в патриотическом воспитании студентов и совершенствовании их физической подготовки. Занятия по физической культуре в колледже не ограничены лишь развитием физических качеств подростков, они направлены на приобщение молодых людей к общей культуре человека и духовной сфере общества [4].

При проведении исследования применялись следующие методы: рабочие встречи и совещания с руководителями физического воспитания и преподавателями физической культуры образовательных учреждений, руководителями и тренерами спортивных организаций республики Бурятия, личные педагогические наблюдения, контрольные испытания по физической подготовке среди студентов первого курса.

Исследование проводилось в 2021-2022 гг. на базе ГБПОУ «Байкальского колледжа туризма и сервиса».

В исследовательской работе приняли участие 50 студентов первого курса по специальностям «Поварское и кондитерское дело», «Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров».

Медицинский осмотр исследуемых групп выявил, что у вновь поступивших ребят, вчерашних школьников, имеются отклонения в состоянии здоровья. Обучающиеся 1 курса затруднялись выполнить некоторые стандартно-контрольные нормативы по физической подготовке.

Мониторинг физического состояния юношей и девушек, поступивших в 2021-2022 учебном году показал, что на начало учебного года в группе «здоровых» оказалось 12%, в группе «практически здоровых» — 38%, а в группе подростков, «нуждающихся в медицинском контроле» — 50%. В завершении учебного года проведенный вновь мониторинг позволил проследить изменения в контрольных исходных данных. В группе «здоровых» — 15% подростков, «практически здоровых» — 62 %, «нуждающихся в медицинском контроле» — 23. Анализ данных исследования продемонстрировал успешную педагогическую работу и высокие результаты по спортивно-патриотической работе со студентами. Несомненно, возникает вопрос: «Каким образом и с помощью, каких методов удалось добиться данных показателей?»

Для коррекции физической подготовленности и патриотического воспитания подростков была разработана качественная интегрированная спортивно-историческая образовательная программа с использованием средств физической культуры и спорта [3].

В результате реализации данной образовательной программы среди исследуемых групп резко снизилось количество студентов, имеющие вредные привычки, большинство студентов стало регулярно посещать спортивные секции и многие из них вошли в состав военно-исторических клубов.

Регулярные занятия студентов по интегрированной программе в ГБПОУ «БКТиС» выработали стабильную мотивацию к правильному образу жизни, укрепили физическое и психическое здоровье обучающихся и способствовали воспитанию эмоциональной отзывчивости на ситуации. Студенты стали активно принимать участие в спортивных состязаниях, походах, экскурсиях, мероприятиях спор-

тивно-исторической направленности, мастер-классах. Кроме того, повысилась успеваемость и качество обучения по всем дисциплинам, снизилось количество пропусков по болезни, улучшилось общее самочувствие студентов.

Физическая культура и спорт в колледже наряду с другими дисциплинами, успешно воспитывают дружественные отношения между ребятами, способствуя формированию культуры межнационального общения [10].

Особая категория — это наши ребята — спортсмены. Участвуя в соревнованиях, они стремятся прославить свой колледж и Республику высокими спортивными достижениями, что является одной из важнейших форм проявления патриотических чувств.

Формы и методы патриотического воспитания с использованием средств физической культуры используются самые разнообразные: традиционные — теоретические и практические занятия, спортивные соревнования, сдача норм ГТО [11,12,13]; инновационные: мастер-классы совместно со спортивными, военно-историческими организациями, встречи с успешными людьми: спортсменами, тренерами (Бурятия славится спортивными достижениями по спортивной борьбе, национальной борьбе, стрельбе из лука, самбо, шахматам и т.д.). Системно выстроена работа с представителями военных и силовых структур. На занятиях была задействована технология «равный обучает равного» (РОР): студенты старших курсов выступали в качестве помощников преподавателя при реализации программы и проведении мастер-классов.

Наши земляки всегда отличались силой духа, самоотверженной волей, мужеством и упорством, а также превосходной физической подготовкой: отличные борцы, стрелки, лучники, лыжники и т.д.

В преддверии великого праздника Победы хочется отметить, что жители Бурятии — настоящие патриоты!

С 22 июня 1941 года на фронт отправилось более 120 тысяч человек, а оставшиеся строили самолёты, добывали вольфрам и молибден для снарядов и прочной брони танков, шили тёплую одежду и делали тушёнку для солдат. В Бурятию отправляли тяжелораненых воинов, поэтому Улан-Удэ был назван столицей эвакогоспиталей.

Звания Героя Советского Союза в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг. удостоились 37 наших земляков. Именами 20 из них названы улицы нашего города Улан-Удэ.

Молодые ребята, выпускники колледжа и сейчас с честью исполняют свой долг. Вся республика гордится своими героями!

Могу с уверенностью заявить, что наши воспитанники — потомки мужественных людей, всегда будут чтить обычаи предков, с особой трепетностью и уважением относиться ко всем культурам и народам!

Руководители и преподаватели физической культуры целенаправленно и качественно выполняют работу по физическому и нравственному воспитанию детей. В результате систематических занятий и посещений секций по волейболу, баскетболу, спортивной борьбе, легкой атлетики в течение учебного года изменились показатели в контрольных нормативах у студентов колледжа.

Проанализировав данные исследования, дополнительно с интегрированной программой был разработан ряд предложений, по использованию возможностей спорта и физической культуры для воспитания патриотических чувств обучающейся молодежи в «Байкальском колледже туризма и сервиса»:

- разработать спортивно-исторический сетевой кластер (опорный колледж — «Байкальский колледж туризма и сервиса», совместно с другими действующими колледжами и спортивно-историческими сообществами в республике Бурятия);
- внести предложение о разработке и включении образовательного блока (модуля) с элементами боевых искусств (например, спортивной борьбы, что традиционно для Бурятии) в программу по физической культуре;
- использовать современные виды спорта на занятиях и секциях по физической культуре, например, нетравмоопасного вида боевого единоборства СМБ, что позволит повысить интерес среди обучающихся к дисциплине;
- разработать качественную и четкую систему стимулирования для руководителей физического воспитания и педагогов физической культуры по развитию новых технологий обучения;
- проводить семинары и «круглые столы» для обобщения опыта спортивно-патриотического воспитания.

Условие благополучного воспитания молодежи — это совместная и целенаправленная работа по всем направлениям с использованием средств физической культуры и спорта, которая приведет к обеспечению единства народа и политической стабильности страны [9,10].

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Постановление Правительства Российской Федерации от 4 октября 2000 г. № 751 г. Москва, «Национальная доктрина образования в Российской Федерации на период до 2025 года»
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 ноября 2014 г. № 2403-р «Основы государственной молодежной политики до 2025 года»
3. Алиев М.Н. Физическая культура и спорт как средства военно-патриотического воспитания учащейся молодежи // Воспитание патриотизма, дружбы народов, гражданственности: материалы второй Всероссийской научно-практической конференции. — М., 2003. — С. 354-359.
4. Коровин, С. С. Ценностный потенциал физической культуры в воспитании личности / С. С. Коровин, Т. М. Панкратович. — Оренбург, 2018. — 212 с.
5. Пасечник, Ж. В. Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности / Ж. В. Пасечник, М. Р. Тоцкая, М. Р. Степаненко, С. И. Белименко // Воспитание и обучение: теория, методика и практика: сб. материалов XIII Междунар. науч.- практ. конф. — Чебоксары, 2018. — С. 39–42.
6. Перельгина, Л. И. Влияние занятий спортом на развитие нравственных качеств личности студента / Л. И. Перельгина, Н. Л. Огородникова // Совершенствование качества образования: материалы XIII (XXIX) Всерос. науч.-метод. конф.: в 3 ч. — Братск, 2016. — С. 230-233.
7. Рагозина, Н. А. Актуальные проблемы реализации молодежной политики Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина, О. А. Ключевская // Ученые записки юридического факультета. — 2021. — № 4. — С. 50-54.
8. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
9. Рагозина, Н. А. Об оздоровлении нации и сбережении народа / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2022. — № 1. — С. 31-33 Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // Экономика. Налоги. Право. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103.
10. Стрельченко, В. Ф. Влияние физической культуры на формирование личностных качеств человека / В. Ф. Стрельченко, У. В. Ярошенко, М. В. Астахова // Современ. тенденции развития науки и технологий. -2015. — № 1-6. — С. 135-140.

11. Сытник, Г.В. Комплекс ГТО в формировании мотивации к занятиям физической культурой и здорового образа жизни у студентов вузов (к 90-летию комплекса ГТО) / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, Н. А. Рагозина, А. Б. Новиков // Спортивный психолог. — 2021. — № 3(60). — С. 4-8.
12. Сытник, Г. В. Внедрение и реализация комплекса ГТО в образовательных учреждениях / Г. В. Сытник // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 104-105.
13. Сытник, Г. В. Практико-ориентированный подход в привлечении студентов и сотрудников вузов в реализации комплекса ГТО / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание. — 2021. — № S3. — С. 116-121.

УДК 796.011.1

¹Наталья Сергеевна Денисова, ^{1,2}Наталья Александровна Рагозина,
³Галина Владимировна Сытник

¹Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

²Санкт-Петербургский государственный экономический университет, Россия

³Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

СПОРТ КАК ИНСТРУМЕНТ СОДЕЙСТВИЯ РАЗВИТИЮ И БЛАГОПОЛУЧИЮ ЧЕЛОВЕКА: ФИЛОСОФСКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

Аннотация: Спорт, как аспект развития человеческой личности, находится в тесном переплетении с такими элементами, как конкуренция, поиск сильных сторон, поиск уникальности и(или) же универсальности, стремление к измерению достижений. В некоторых теоретико-методологических источниках спорт рассматривается, как «дитя» современности, следовательно, в правовом и моральном смысле он может быть определен в качестве процесса поиска универсально обоснованных моральных принципов или ключевых человеческих прав. Или же, спорт может рассматриваться как средство продвижения современных ценностей, например, человеческого достоинства. В рамках данной статьи ставится вопрос о том, способен ли спорт выступать в качестве инструмента реализации способностей человека, содействовать его развитию и благополучию. Актуальность темы обусловлена тем, что при соединении продвижения ключевых человеческих ценностей с возможностями реализации через спорт открывает возможность не только использовать спорт в качестве «рычага» развития и достижения благополучия, но и сформировать критерии для оценки влияния спорта на продвижение достоинства людей в целом.

Ключевые слова: спорт, развитие, ценности, достоинство, благополучие, философия, психология, возможности

¹Natalia Sergeevna Denisova,

^{1,2}Natalia Alexandrovna Ragozina, ³Galina Sytnik

¹St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

²Saint-Petersburg State Economic University, ragozina777@bk.ru

³Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg, St. Petersburg, Russia

SPORT AS A TOOL TO PROMOTE HUMAN DEVELOPMENT AND WELL-BEING: A PHILOSOPHICAL AND PSYCHOLOGICAL ASPECT

Abstract: Sport, as an aspect of human development, is closely intertwined with such elements as competition, the search for strengths, the search for uniqueness

and/or universality, the desire to measure achievement. In some theoretical and methodological sources, sport is seen as the “child” of modernity, hence, in a legal and moral sense, it can be defined as a process of searching for universally valid moral principles or key human rights. Alternatively, sport can be seen as a means of promoting contemporary values, such as human dignity. This article raises the question of whether sport is capable of acting as a tool for the realization of human capabilities, contributing to human development and well-being. The relevance of the topic stems from the fact that when connecting the promotion of key human values with the possibilities of realization through sport opens up the possibility not only to use sport as a “lever” for development and well-being, but also to form criteria for assessing the impact of sport on the promotion of human dignity in general.

Keywords: sport, development, values, dignity, well-being, philosophy, psychology, opportunities

Многие международные ассоциации рассматривают спорт как средство достижения неспортивных результатов. Одной из таких организаций является ЮНЕСКО. В ее Декларации о спорте подчеркивается, что спорт — это всемирное социальное явление, глубоко укоренившееся в жизни молодых и взрослых мужчин и женщин. Они зашли так далеко, что включили в свою декларацию следующие слова: «Он тесно связан с проблемами, от решения которых зависит будущее нашей цивилизации». Поэтому спорт должен пониматься не как побочный продукт нашего общества, а как его двигатель. В соответствии с этим предложением, Европейский Союз в Европейской спортивной хартии утверждает, что одной из основных целей спорта является: «защита и развитие морально-этических основ спорта, человеческого достоинства и безопасности тех, кто занимается спортом, путем защиты спорта, спортсменов и женщин от эксплуатации в политических, коммерческих и финансовых целях и от практики, которая является оскорбительной или унижительной, включая злоупотребление наркотиками и сексуальные домогательства и надругательства, особенно в отношении детей, молодежи и женщин» [5].

Кроме того, Олимпийская хартия гласит: «Цель олимпизма — поставить спорт на службу гармоничному развитию человека, с тем чтобы содействовать созданию мирного общества, заботящегося о сохранении человеческого достоинства» [5].

Таким образом, спорт играет важную роль не только в жизни общества, но и в нашем развитии как человеческих существ. Фактически, он связан с понятием, которое отражает наши самые основные

сущностные черты — с понятие «достоинство». В соответствии с этой идеей Декларация прав человека ООН 1948 года рассматривает «право на отдых и досуг» как одно из прав человека. Это право лежит в основе кампании «Спорт для всех», впервые начатой в Норвегии в 1966 году, и идеи о том, что занятия спортом — это право человека, хотя оно может быть «забытым правом» [20].

Соответственно, спорт рассматривается как фактор, способствующий развитию и достоинству человека. Философы и педагоги поддерживали эту интерпретацию спорта как средства развития человека [15]. Так, в качестве интерпретаторов, авторы-философы представляют спорт как «взаимное стремление к физическому совершенству»; такая практика — это не только соревнование и победа. Скорее, спорт дает нам возможность утвердить человеческие качества и достичь саморазвития через борьбу и усилия [9]. Иными словами, занятия физической культурой — это контекст для развития человеческих качеств и «добродетелей», и культивирования тех качеств характера, которые располагают человека к добродетельному поведению.

Как показывают Р. Левормор и А. Биком (2009), многие социальные теоретики рассматривают спорт как инструмент социальных изменений. Спортивные мероприятия и институты способны выступать в качестве проводников изменений, в отличие от отражения более широких социальных изменений. Таким образом, сторонники политики «спорт для развития» обычно различают программы «спорт плюс» и «плюс спорт» [6]. Основной целью политики «спорт плюс» является развитие устойчивых и успешных спортивных организаций. В отличие от этого, программы «плюс спорт» используют спорт как средство достижения неспортивных результатов; таким образом, спорт понимается как средство развития человека.

Однако, как отмечают Д. Боден, Г. Семпе (2011) и В. Мёллер (2011), «спорт по своей сути не более этичен или добродетелен, чем зло» [1]. «Темная сторона» спорта не может быть преуменьшена. Человечество вступило в новое тысячелетие, в котором доминируют вечные войны, финансовые кризисы, усиление безопасности, террористические угрозы, коммерциализация многих сфер жизни. Как популярные культурные формы, спортивные практики и институты структурируются в этом контексте и через него: допинг, насилие, взяточничество, договорные матчи и коррупция — вот некоторые из пороков, вытекающих из такого контекста.

Однако, не многие теоретики используют это различие между «физическим воспитанием» или «физическими упражнениями» и «спортом». Спорт — это неоднозначный термин. Некоторые утверждают, что речь идет о неспортивных целях, таких как образование, процветание человека и развитие, в то время как другие утверждают, что речь идет о простой победе, деньгах и рекордах. По этой же причине некоторые авторы говорят о «спорте для всех» как о другом способе занятий физическими упражнениями, то есть как о чем-то категорически отличном от спорта. Поскольку главная цель «спортивных состязаний для всех» заключается не в том, чтобы создать контекст для взаимного поиска физического совершенства, а в том, чтобы способствовать участию каждого в спорте, соревновательный характер спорта исчезнет, как и спорт как таковой [13].

Хотя многие международные институты утверждают, что спорт следует рассматривать как средство достижения более широкого социального результата — защиты и поощрения прав человека, язык прав человека не является самым точным для того, чтобы понять, как спорт может стать инструментом развития. Именно по этой причине некоторые институты, такие как Организация Объединенных Наций и Международный совет по делам инвалидов США рассматривают спорт как инструмент для продвижения и поддержания человеческого достоинства.

В целом, участие в спорте в целях развития набирает популярность и импульс благодаря своей ценности в развитии жизненных навыков и основ глобальной гражданственности. Развитие способностей в решении проблем, эффективном общении, обучении ведению переговоров, принятии оптимальных решений, разрешении конфликтов, управлении межличностными отношениями, самоанализе и эффективном преодолении эмоций и стресса — важные компоненты для укрепления здоровья и благополучия человека [7].

Достоинство, в соответствии с подходом, основанным на возможностях, должно быть предоставлено на основе универсально разделяемого набора человеческих возможностей. Таким образом, чтобы спорт способствовал развитию и укреплению достоинства, он должен ссылаться именно на базовые способности.

По мнению Х. Эйхберга, именно те виды деятельности, которые мы называем «Спорт для всех», лучше всего соответствуют цели обучения людей демократии и гражданскому станов и, следуя моему

предложению, расширения их возможностей и потенциала. Например, футбольные матчи, в которых забивать голы могут только женщины. Эта практика не является чисто спортивной, поскольку некоторые постулаты современного спорта, такие как равенство в соревнованиях, были изменены в воспитательных целях. Однако эта новая версия футбола лучше подходит для целей воспитания ценностей и расширения прав и возможностей женщин, чем обычные футбольные соревнования, где слабейшие члены команды не имеют шанса стать и почувствовать свою значимость [3].

Психологи также обнаружили, что участие в спорте способствует формированию жизненных навыков и служит защитным фактором от травмирующих событий, таких как гражданские конфликты, насилие в обществе и конфликты интересов среди представителей молодежных групп [18]. Например, исследователи продемонстрировали, что спортивные программы способствовали развитию жизненных навыков и навыков глобальной гражданственности у молодежи в Анголе, отметив, что после политических конфликтов молодые люди, участвовавшие в структурированных спортивных мероприятиях, сообщали, что чувствуют большую уверенность в своем будущем. Более того, взрослые отметили улучшение жизненных навыков этих молодых людей, особенно в области сотрудничества и управления конфликтами [21].

Так, главным посылом в работах Х. Эйхберга является то, что лучший способ использовать спорт и физическую активность для увеличения человеческих возможностей — это не обычные кампании, используемые спортивными организациями, такие как создание соревнований, чтобы дать молодым людям возможность заниматься спортом, а создание общественных пространств, в которых люди могут общаться, смеяться, двигаться, играть вместе: то есть использование спортивных мероприятий как средства — и поля — для продвижения социального и мирного взаимодействия. Согласно анализу Х. Эйхберга, идеал концепции «спорт для всех» содержит ценные качества для просвещения людей [2].

Во-первых, просветительские качества, такие как самовыражение, концентрация, самоотдача и самопожертвование. Например, согласно И. Канту, практический разум основан на регулятивном использовании разума в человеческой практике. Эту регулятивную роль играют категорические императивы, которые представляют со-

бой «безусловные требования, утверждающие свою власть при любых обстоятельствах». Для И. Канта практический разум — это способность действовать в соответствии с теми максимами, которые должны стать всеобщими законами [14]. Самопожертвование, концентрация и самоотдача лежат в основе практического разума, понимаемого в кантовском смысле.

Во-вторых, люди развивают общий ритм через спортивную деятельность и на спортивных площадках. Спорт — это практический способ создания диалогического взаимодействия между людьми. Это место для социальных встреч. Люди сталкиваются не только с самими собой, испытывая различные виды движения и неожиданные практические ситуации [17]. Скорее, они встречаются с другими людьми и понимают, что спортом занимаются не отдельные спортсмены (производители), а все участники и члены спортивного сообщества. Именно по этой причине У. Фрейли (1984) выступает за понимание соперника как партнера или коллеги, а не как соперника или препятствия, которое нужно преодолеть [4].

Согласно такой интерпретации спорта, спорт является источником аффилиации. Необходимы дальнейшие исследования, особенно эмпирические, о том, как способствовать развитию человеческих способностей и человеческого развития через спорт. Как показывает Х. Эйхберг, некоторые качества деятельности «спорта для всех» помогают нам развивать, по крайней мере, две человеческие способности, включенные в список М. Нуссбаум: практический разум и аффилиацию [8]. Например, это хорошо видно на примере спортивных бодибилдеров.

При формировании приверженности к спорту и организации спортивных занятий и(или) мероприятий необходимо научиться модулировать спортивную практику и подчеркивать ее моральные ценности, чтобы воспользоваться ее воспитательным потенциалом [10]. Идеал концепции «спорт для всех» должен направлять их решения и действия, поскольку он воплощает ценности, лежащие в основе демократических обществ, то есть основные моральные ценности современности. Это единственный способ завершить «незавершенный проект» современного спорта [16].

В то же время, новые психологические и социальные исследования, изучающие программы спортивного вмешательства, подробно описывают ценность участия в спорте как способа развития цело-

го ряда жизненных навыков и формирования глобальной гражданской ответственности. Такие жизненные навыки включают когнитивные, эмоциональные, межличностные и социальные навыки, которые способствуют социальному развитию, независимой жизни и получению удовольствия от жизни [11].

Более конкретно, на личностном уровне эти навыки включают эмоциональную саморегуляцию, повышение самооценки, чувство расширения возможностей и развитие характера. На уровне гражданина мира спортивные программы помогают формировать лидерские качества, способность разрешать конфликты и способность достигать главной цели совместно с другими, несмотря на индивидуальные различия [20,22]. Когда спорт и правила игры используются для развития навыков разрешения конфликтов и лидерства на уровне глобального гражданства и способствуют развитию жизненных навыков на личном уровне, мы находим ситуацию «выигрыш-выигрыш» для всех, в отличие от перспективы «победитель получает все», распространенной в соревновательном спорте [12].

Таким образом, в результате проведенного исследования психологических и философских подходов к идентификации роли спорта в становлении личности, развития ключевых ценностей, личностных качеств, достижения определенного уровня благополучия, с использованием сравнительно-аналитического и абстрактно-логического методов, гипотеза о том, что спорт способен выступать в качестве инструмента реализации способностей человека, содействовать его развитию и благополучию была подтверждена.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Bodin D., & Sempé, G. Ethics and sport in Europe. Strasbourg, Germany: Council of Europe Publishing. — 2011. — p. 11 — URL: <https://rm.coe.int/ethics-and-sport-in-europe/16807349a1> (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
2. Borgogni A. Bodily democracy. Towards a philosophy of sport for all. Abingdon, Oxon & New York: Routledge, by H. Eichberg (2010). Book Review /A. Borgogni // European Journal for Sport and Society. — 2014. — № 11(1). — pp. 85-87. — URL: https://www.researchgate.net/profile/Antonio-Borgogni-2/publication/281267242_Bodily_democracy_Towards_a_philosophy_of_sport_for_all_Abingdon_Oxon_New_York_Routledge_by_H_Eichberg_2010_BOOK_REVIEW/links/585681f508ae81995eb69bdd/Bodily

democracy-Towards-a-philosophy-of-sport-for-all-Abingdon-Oxon-New-York-Routledge-by-H-Eichberg-2010-BOOK-REVIEW.pdf (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.

3. Coalter F. Sport-for-development: going beyond the boundary? / F. Coalter // *Sport in Society: Global Sport Business: Community Impacts of Commercial Sport*. — 2010. — № 13(9). — pp. 1374–1391. — URL: <https://doi.org/10.1080/017430437.2010.510675> (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
4. Fraleigh W. Right Actions in Sport: Ethics for Contestants. Champaign / W. Fraleigh — ILL: Human Kinetics Publisher, 1984 — pp. 110-112. — URL: <https://philpapers.org/rec/FRARAI-2> (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
5. Frías Francisco Javier López The Sport for All Ideal: A Tool for Enhancing Human Capabilities and Dignity / F. Javier López Frías // *Physical Culture And Sport. Studies and Research*. — 2014. — № 63(1). — pp. 20-28. — URL: https://www.researchgate.net/publication/286876387_The_Sport_for_All_Ideal_A_Tool_for_Enhancing_Human_Capabilities_and_Dignity/fulltext/566ebf1008aea0892c52a667/The-Sport-for-All-Ideal-A-Tool-for-Enhancing-Human-Capabilities-and-Dignity.pdf (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
6. Levermore, R., & Beacom, A. Sport and development: Mapping the field / In R. Levermore, & A. Beacom (Eds.), *Sport and international development* New York, NY: Palgrave Macmillan, 2009. — pp. 1–25. — URL: https://link.springer.com/chapter/10.1057/9780230584402_1 (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
7. Masdeu Yelamos G., Carty C. and Clardy A. Sport: a driver of sustainable development, promoter of human rights, and vehicle for health and wellbeing for all / G. Yelamos Masdeu, C. Carty, A. Clardy// *Sport, Business and Management*. — 2019. — Vol. 9 — № 4. — pp. 315-327. — URL: https://www.researchgate.net/profile/Gerard-Masdeu-Yelamos-2/publication/336006561_Sport_A_driver_of_sustainable_development_promoter_of_human_rights_and_vehicle_for_health_and_well-being_for_all/links/5d949b7ba6fdcc2554adc0af/Sport-A-driver-of-sustainable-development-promoter-of-human-rights-and-vehicle-for-health-and-well-being-for-all.pdf (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
8. Nussbaum M. Creating Capabilities: The Human Development Approach. Book Review // *Journal of East-West Thought*. — 2011. — pp. 99-102. — URL: <https://www.cpp.edu/~jet/Documents/JET/Jet11/Gueye99-102.pdf> (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
9. Simon R.L. Good competition and drug-enhanced performance/ R. L. Simon // *Journal of The Philosophy Of Sport*. — 1985. — № 11. — pp. 6-13. — URL:

- <https://static1.squarespace.com/static/592b5bbfd482e9898c67fd98/t/5d1c0e-cfb9f400000142257e/1562119888328/goodCompetition.pdf> (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
10. Бочавер К.А., Довжик Л.М., Квасов М.М., Бондарев Д.В. Система ценностей спортсмена в контексте рисков и ресурсов его ментального здоровья / К.А. Бочавер, Л.М. Довжик, М.М. Квасов, Д.В. Бондарев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. — 2021. — № 12(202). — С. 453-459. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sistema-tsennostey-sportsmena-v-kontekste-riskov-i-resursov-ego-mentalnogo-zdorovya/viewer> (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
 11. Воробьев С.А., Грецов А.Г., Лактионова Е.Б., Пежемская Ю.С., Сомова Н.Л. Образ тренера и психологическое благополучие студентов-спортсменов / С.А. Воробьев, А.Г. Грецов, Е.Б. Лактионова, Ю.С. Пежемская, Н.Л. Сомова // Теория и практика физической культуры. — 2020. — № 8. — С. 98-100. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/obraz-trenera-i-psihologicheskoe-blagopoluchie-studentov-sportsmenov/viewer> (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
 12. Заочинский М.С. Актуальные проблемы психологии спорта / М.С. Заочинский // Скиф. Вопросы студенческой науки. — 2021. — № 7(59). — С. 12-16. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/aktualnye-problemy-psihologii-sporta/viewer> (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
 13. Йосипенко К.А., Саакян Е.Г. Отношению применения допинга у студентов физической культуры / К.А. Йосипенко, Е.Г. Саакян // The Scientific Heritage. — 2022. — № 8. — С. 11-13. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otnosheniyu-primeneniya-dopinga-u-studentov-fizicheskoy-kultury/viewer> (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
 14. Кант, И. Критика чистого разума. Сочинение в шести томах. Том 3. / И. Кант — М.: Мысль, 1984. — 76-77 с. — URL: https://iphras.ru/elib/Kant_Chist_raz.html (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
 15. Новиков А. Б. Философско-правовое наследие М.В. Ломоносова в сфере вопросов оздоровления нации / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Ломоносовские чтения в Санкт-Петербурге. 310 лет М.В. Ломоносову : Тезисы Пятой научно-практической конференции, Санкт -Петербург, 24–26 ноября 2021 года / Санкт-Петербургский институт природопользования, промышленной безопасности и охраны окружающей среды. — Санкт-Петербург: Информационный издательский учебно-научный центр «Стратегия будущего», 2021
 16. Пашина Е.А., Армянинова Т.В. Физическое совершенствование граждан как способ патриотического воспитания / Е.А. Пашина, Т.В. Армянинова // Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в образовательных учреждениях: сборник материалов IV Всерос-

- сийской научно-практической конференции г. Уфа, 2018 г.) / отв. ред. С.Т. Аслаев. — Уфа: РИЦ БашГУ, 2018. — С. 4-7. — URL: https://omgtu.ru/general_information/institutes/institute-of-design-and-technology/faculty-of-economics-and-service-technologies/the-department-of-tourism-hotel-and-restaurant-business/Проблемы%20развития%20физической%20культуры%20и%20спорта%20в%20образовательных%20учреждениях.pdf (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
17. Столяров В.И., Орешкин М.М., Баринов С.Ю. Субъективные факторы мотивации и барьеров физкультурно-спортивной активности населения (социологический анализ) / В.И. Столяров, М.М. Орешкин, С.Ю. Баринов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. — 2020. — № 2(180). — С. 381-389. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/subektivnye-factory-motivatsii-i-barierov-fizkulturno-sportivnoy-aktivnosti-naseleniya-sotsiologicheskij-analiz/viewer> (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
 18. Щепотьев, А. В. Спорт как инструмент развития личности подростка / А. В. Щепотьев, Е. Д. Лукьянова // Школьная педагогика. — 2018. — № 3 (13). — С. 11-15. — URL: <https://moluch.ru/th/2/archive/104/3645/> (дата обращения: 02.04.2022) — Текст: электронный.
 19. Sportlib.Info: Спорт для всех — URL: <http://sportlib.info/Press/SFA/1996N1/p46-47.htm> (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
 20. Организация Объединенных Наций: Спорт как инструмент содействия развитию и благополучию человека: психологические компоненты устойчивого развития — URL: <https://www.un.org/ru/chronicle/article/21959> (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
 21. Организация Объединенных Наций: Роль спорта в достижении целей в области устойчивого развития — URL: <https://www.un.org/ru/chronicle/article/21938> (дата обращения 02.04.2022) — Текст: электронный.
 22. Comparative legal analysis of health systems in the Russian Federation and Switzerland / Yu. S. Gusakova, A. V. Krotov, A. V. Kuzmina [et al.] // Revista Género e Direito. — 2020. — Vol. 9. — No 4. — P. 947-954

УДК 796, 33.01

Юлия Олеговна Иванова

Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации,
Москва, Россия
cardamina@gmail.com

КИБЕРСПОРТИВНАЯ ИНДУСТРИЯ В КОНТЕКСТЕ ЦИФРОВОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С БИЗНЕСОМ И ОБЩЕСТВОМ

Аннотация. В статье рассмотрена киберспортивная индустрия в контексте цифрового взаимодействия с бизнесом и обществом. Изучены аспекты влияния, тенденции развития, особенности управления в киберспортивной индустрии. Исследовано, почему рост экономики киберспорта происходит именно сейчас, и каковы факторы данного роста, его темпы и возможные риски. Установлено, что в настоящее время киберспортивная индустрия является одной из важнейших и крупнейших в сфере развлечений. При этом электронные игры и киберспорт также являются основной областью применения новейших достижений современной науки и техники. Киберспорт — это значимый компонент потребления информации, и в новых исторических условиях важен для национальных научно-технических инноваций.

Ключевые слова: цифровая экономика, бизнес, общество, информация, киберспортивная индустрия, электронные игры, киберспорт, медиа, научно-технические инновации.

Yuliya O. Ivanova

Financial University under the Government of the Russian Federation,
Moscow, Russia
cardamina@gmail.com

ESPORTS INDUSTRY IN THE CONTEXT OF DIGITAL INTERACTION WITH BUSINESS AND SOCIETY

Abstract. The article considers the esports industry in the context of digital interaction with business and society. Aspects of influence, development trends, management features in the esports industry have been studied. It is investigated why the growth of the esports economy is happening right now, and what are the factors

of this growth, its pace and possible risks. It has been established that at present the esports industry is one of the most important and largest in the field of entertainment. At the same time, electronic games and esports are also the main area of application of the latest achievements of modern science and technology. Cybersport is a significant component of information consumption, and in the new historical conditions it is important for national scientific and technical innovations.

Keywords: digital economy, business, society, information, esports industry, electronic games, esports, media, scientific and technical innovations.

Вызовы российской экономике электронных игр и киберспорта требуют адекватного комплексного ответа со стороны государства [13]. Для того чтобы понять возможности государства по поддержке и развитию индустрии электронных игр и киберспорта, необходимо получить ответы на ряд важных вопросов: почему рост экономики киберспорта происходит именно сейчас и каковы факторы ее роста? Будет ли экономика киберспорта продолжать расти, и какими темпами?

Развитие и регулирование киберспорта стало предметом научных изысканий более 20 лет назад, однако все еще не выработано единого подхода к пониманию киберспорта. Экономисты в основном ограничивались изучением управленческих воздействий на микроуровне — управление игровыми компаниями и ассоциациями киберспорта, — а также областью событийного маркетинга на примере киберспортивных турниров [9]. До сих пор было мало академических исследований влияния государственной политики на индустрию киберспорта. Исключение, например, составляют работы Дж. Гриммельмана «Виртуальные границы: Взаимозависимость реального и виртуального миров» и Э. Катша «Онлайн-разрешение споров: Некоторые последствия для возникновения права в киберпространстве». Это примечательно, учитывая множество исследований, посвященных регулированию Интернета, его предпринимательского использования, интернет-экономики, социальных медиа и других отраслей индустрии развлечений.

Индустрия видеоигр развивается очень быстрыми темпами. В настоящее время это крупнейшая индустрия развлечений в мире, которая продает даже больше, чем индустрия кино и музыки. Недавно появившиеся технологии предоставляют создателям видеоигр необходимые инструменты для разработки сложных игровых миров,

и взаимодействие с пользователем становится более важным, чем когда-либо. У каждого из миров есть своя терминология и особенности, которые необходимо в совершенстве понимать, чтобы иметь возможность эффективно регулировать эту сферу [2; 4].

Так какие же факторы способствуют активному развитию видеоспорта и киберспорта сегодня? Факторы, влияющие на развитие киберспорта, можно классифицировать на экономические, политические, социокультурные, эпидемиологические, институциональные, технологические. Основными показателями, отражающими развитие киберспорта, являются:

1) показатели, определяющие успех страны в традиционном спорте, такие как ВВП, численность населения, доход на душу населения, валовое накопление капитала, высокотехнологичный экспорт;

2) показатели, учитывающие уникальные особенности киберспорта, включая доступ в Интернет, число Интернет-пользователей, онлайн-инфраструктуру киберспорта (стриминговые платформы, лиги, игры), охват и популярность киберспорта в стране.

Большинство исследователей прогнозируют дальнейший рост индустрии киберспорта [3; 5]. Во-первых, наблюдается развитие инфраструктуры киберспорта. Рост числа зрителей стриминговых платформ еще больше увеличивает количество киберспортивных комментаторов и роликов [6]. Во-вторых, все больше профессиональных команд появляется по всему миру. Они создаются без влияния крупных компаний, которым уже необязательно покупать профессиональных игроков, чтобы повысить узнаваемость их имен (что было тенденцией последних лет). В-третьих, игровое сообщество растет за счет новых киберспортивных ассоциаций, например, таких как TeSPA — это сеть, которая формирует игровое сообщество из студентов в университетских кампусах.

Согласно отчету маркетингового агентства, Newzoo о мировом рынке киберспорта «за 2020 год, доходы от киберспорта достигли более 1,1 миллиарда долларов США. Прогноз на 2022 год включает рост индустрии до 1,6-1,8 миллиарда долларов США. Более того, глобальная аудитория киберспорта выросла с 453,8 в 2019 году до 495,0 миллионов энтузиастов и случайных зрителей в 2020 году. В 2019 году Китай стал вторым по величине регионом по объему доходов» [8; 10; 11]. Выручка Китая составляет более 210,0 миллионов долларов. Внутренняя аудитория киберспорта в Китае — 350 миллионов человек,

а объем рынка — 2,0 миллиарда долларов США. «Южная Корея является третьей страной по объему доходов. Согласно сервису Statista, доли рынков США, Китая и Кореи — 28,7%, 21,8% и 18,2%. В официальном отчете утверждается, что стоимость индустрии киберспорта Южной Кореи увеличилась на 4,2 процента в годовом исчислении до 97,3 миллиарда вон (87 миллионов долларов США) в 2017 году» [8; 10; 12].

Россия является крупным игроком киберспортивной индустрии. Самая крупная российская команда Virtus.pro занимает четвертое место в мире по объему совокупного выигрыша. Рынок киберспорта России вырос — еще в 2018 году Россия вошла в лидеры по размеру рынка. Консалтинговое агентство PWC ожидает, что внутренний рынок киберспорта «в России вырастет до 31,2 миллиона долларов США по мере увеличения количества киберспортивных соревнований и болельщиков в стране (рост на 20% в год)» [1]. Аудитория киберспорта в России уже превышает 10 миллионов человек. Самым популярным киберспортом в России сейчас является dota 2. «В России в 2017 году учреждена профессиональная организация в сфере киберспорта — Федерация компьютерного спорта России» [7].

В ряде стран (Канада, США, Китай, Южная Корея, Малайзия, Япония) приняты перспективные планы развития киберспорта, в которых описываются меры поддержки киберспорта в предстоящие пять лет. В основном страны планируют:

1. Развивать спортсменов, стремящихся к совершенству в киберспорте;
2. Продвигаться в сторону ответственной игры и этики киберспорта;
3. Улучшать доступ к инфраструктуре киберспорта;
4. Создавать устойчивую экосистему киберспорта;
5. Формировать институт права и управления для данной индустрии.

Электронные игры и киберспорт также являются основной областью применения новейших достижений современной науки и техники [11]. Не только технологии искусственного интеллекта, но и современные технологии связи, технологии чипов, новые технологии визуализации, технологии больших данных, носимые технологии и т.д. выбирают киберспорт в качестве первой «экспериментальной площадки». Каждый крупный запуск киберспортивной игры или об-

новление версии приводит к тому, что многие игроки обновляют свои компьютеры, мобильные телефоны, периферийные устройства и другое оборудование из-за более высоких требований к их скорости и производительности.

Индустрия киберспорта является важной движущей силой национальных научно-технических инноваций. Электронные игры и киберспорт становятся проводником современных технологических инноваций по сравнению с другими отраслями с более низкой технологической чувствительностью. Киберспорт является значимым компонентом потребления информации, и в новых исторических условиях это важный момент для национальных научно-технических инноваций.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. PWC. Россия / Видеоигры и киберспорт — URL: <https://www.pwc.ru/ru/publications/mediaindustriya-v-2020-2024/videoigry-i-kibersport.html> (дата обращения 01.02.2022).
2. Constanta / Tadsiver: Государство. Бизнес. IT. — URL: <https://www.tadviser.ru/index.hp/%D0%9A%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F:Constanta> (дата обращения 01.02.2022).
3. Развитие интернета в регионах России. — URL: https://yandex.ru/company/researches/2016/ya_internet_regions_2016 (дата обращения 28.02.2022).
4. Namari, Juho; Sjöblom, Max (2016). What is eSports and why do people watch it? *Internet Research*. 27 (2): 211–232.
5. Heaven D. Rise and Rise of Esports // *New Scientist*. — 2014. — Vol. 223 (2982). — P. 17.
6. Hope A. The Evolution Of The Electronic Sports Entertainment Industry And Its Popularity // *Computers For Everyone*. 1st edn. ed. by Sharp, J., Self, R. — 2014. — P. 87—89.
7. Государство рассчитывает на поддержку малого предпринимательства в развитии спорта // Аналитический центр при Правительстве Российской Федерации. 2019. [Электронный ресурс] — Код доступа: <https://www.ac.gov.ru/news/page/gosudarstvo-rasscityvaet-na-podderzku-malogo-predprinimatelstva-v-razvitii-sporta-21888> (дата обращения: 10.04.2020).
8. Аверин А.В., Поздняков К.К., Андреев Н.В. Детерминанты регулирования киберспорта: сравнительный анализ России, Южной Кореи и Китая

- // ЭТАП: экономическая теория, анализ, практика. — 2021. — № 5. — С. 75-88.
9. Аверин А.В., Иванова Ю.О., Петухов А.Г. Организация международных спортивных событий как фактор инфраструктурного развития и экономического роста регионов // Экономика устойчивого развития. — 2020. — № 1 (41). — С. 206-210.
 10. Аверин А.В., Иванова Ю.О., Яковлев А.В. Рекомендации по развитию индустрии киберспорта в России как одного из способов сохранения и развития человеческого потенциала // Вестник Алтайской академии экономики и права. — 2021. — № 12-2. — С. 223-230.
 11. Арсеньев, А. Д. Зависимость киберспортивных показателей от физической активности игрока / А. Д. Арсеньев, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 18-23.
 12. Поздняков К.К., Иванова Ю.О., Яковлев А.В. Анализ зарубежных подходов к развитию экономики электронных игр и киберспорта: опыт стран-лидеров индустрии // Проблемы экономики и юридической практики. — 2021. — Т. 17. — № 6. — С. 285-289.
 13. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // Экономика. Налоги. Право. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103.

УДК 796

Екатерина Сергеевна Ивкина

Омский филиал Финуниверситета, Омск, Россия
katya.ivkina.00@mail.ru

Научный руководитель: Елена Александровна Одинцова
Омский филиал Финуниверситета, Омск, Россия, odin.el@mail.ru

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ ДЛЯ ИММУННОЙ СИСТЕМЫ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ

Аннотация. В данной статье рассматривается значение физических нагрузок для поддержания иммунитета в повышенных условиях риска заболевания.

Ключевые слова: иммунная система, физические нагрузки, физические упражнения, здоровье, пандемия, поддержание иммунитета

Ekaterina S. Ivkina

Omsk Branch of the University of Finance, Omsk, Russia
katya.ivkina.00@mail.ru

Scientific supervisor: Elena A. Odintsova
Omsk Branch of the University of Finance, Omsk, Russia,
odin.el@mail.ru

THE ROLE OF EXERCISE AND PHYSICAL ACTIVITY FOR THE IMMUNE SYSTEM IN A PANDEMIC

Annotation. This article discusses the importance of physical activity for maintaining immunity in high risk conditions of the disease.

Keywords: immune system, physical activity, health, pandemic, maintenance of immunity.

Совсем недавно весь мир столкнулся с неизвестной ранее опасной вирусной инфекцией — COVID-19. Вирус стал новой угрозой

для жизни и здоровья каждого человека, и самой эффективной защитой себя и своих близких стало укрепление иммунитета, так как у России, как и у других государств, нет практического опыта или четко прописанных алгоритмов противостояния данной вирусной инфекции.

Отличительной особенностью вируса является то, что при заражении часто обостряются хронические и сопутствующие заболевания, вследствие чего происходит увеличение смертности. В настоящее время нет эффективного лечения этого заболевания, поэтому лучшая защита — это сохранение и укрепление иммунной системы, которая представляет собой способность организма защищать себя от возбудителей болезней: бактерий и вирусов [1].

В организме человека есть особые механизмы, которые препятствуют проникновению в него микробов и развитию инфекций. Так, слизистые оболочки выполняют роль барьера, через который может пройти только самая маленькая часть от общего числа бактерий, а выделяемые кожным эпителием и слизистыми оболочками вещества понижают активность микробов или полностью их инактивируют. Одним из главных механизмов сопротивления является иммунная система.

Поддерживать иммунную систему можно различными способами, включая народные средства медицины, БАДы, лекарственные средства, здоровый образ жизни, физические упражнения и физическую нагрузку [4,6,8].

Не существует универсального метода для укрепления иммунной системы, для каждого человека он подбирается индивидуально, однако здоровый образ жизни и дозированное выполнение физических упражнений, физической нагрузки подойдут большинству [7].

Ведение здорового образа жизни включает в себя правильное питание, достаточное количество часов сна (в среднем 8 часов), а также обязательную умеренную физическую активность, так как одним из факторов, оказывающий наиболее сильное негативное влияние на иммунитет человека, называют гиподинамию — малоактивный образ жизни с недостаточными физическими нагрузками.

В условиях современного мира, когда большинство профессий связаны с сидячей позой и работой за компьютером данная проблема становится ещё более актуальной. Данный образ жизни является причиной не только снижения иммунитета, но и нарушения кровоо-

браращения, осанки, развития сердечно-сосудистых заболеваний, ожирения и сахарного диабета, а также может возникнуть кислородное голодание, анемия.

Избыток физической нагрузки, как и полное её отсутствие не приносят пользу для человека, в то время как умеренные занятия оказывают позитивное влияние. Всемирная организация здравоохранения рекомендует 150 минут умеренной физической активности [2].

До пандемии люди имели возможность посещать спортивные залы, бассейны и различные спортивные мероприятия. В новых условиях следует по возможности избегать места большого скопления людей, поэтому физические занятия лучше проводить в домашних условиях или на свежем воздухе.

Для укрепления иммунной системы в условиях пандемии с помощью физических упражнений необходимо:

1. Заниматься утренней гимнастикой. Благодаря утренней зарядке организм получает достаточное количество кислорода, энергии и сил на целый день. Гимнастика должна включать в себя растяжение мышц, вращательные движения (начиная с головы, затем переход на кисти рук, локти, плечи, поясничный отдел, нижние конечности, все группы мышц, туловища), попеременные наклоны и приседания. Каждое упражнение следует выполнять по 20 секунд, 3-4 подхода.
2. Выполнять дыхательную гимнастику [9]. Известно, что COVID-19 очень часто поражает легкие, поэтому дыхательные упражнения в данном случае просто необходимы. Врачи рекомендуют начинать занятия с 3 минут в первый день, постепенно увеличивая длительность тренировки до 20 минут, а при хорошем самочувствии ее можно выполнять дважды в сутки. Инструкция по выполнению выглядит следующим образом: глубоко вдохнуть через нос в течение 2 секунд, затем задержать дыхание на 4 секунд, ощущая полную грудь воздуха, после чего медленно выдохнуть через рот в течение 4 секунд.
3. Делать короткие перерывы в течение дня для физической активности. Периодически менять позу из положения сидя в положение стоя. Это будет приводить в порядок мышцы и суставы.

Наряду с перечисленными выше предложениями следует выполнять комплекс дыхательных и физических упражнений, разработанных социальным проектом «Вдох жизни». Проект «Вдох жизни» запущен в Омской области, его цель — профилактика коронавируса и реабилитация переболевших через физические упражнения и дыхательную гимнастику.

Комплекс упражнений разработали специалисты регионального Минспорта, Минздрава и физкультурно-оздоровительных комплексов. Он состоит из 14 различных простых упражнений, которые являются очень эффективными и результативными. [3]

Учитывая актуальность и практическую значимость изучаемой темы, мы провели исследование, в ходе которого была поставлена следующая исследовательская задача:

1. Выяснить общее представление людей о роли физической культуры в поддержании иммунитета в условиях пандемии.

Гипотеза состояла в том, что люди осознают, что физическая культура оказывает большое влияние на их здоровье и иммунную систему, поэтому следят за тем, чтобы вести активный образ жизни.

В качестве исследования было проведено анкетирование. В нем участвовало 74 человека разных возрастных категорий (от 18 до 40 лет). Сведения представлены в процентном соотношении. Половина опрошенных является студентами, 17% совмещают обучение и работу, оставшиеся 33% работают.

Изначально было важно узнать, что люди вкладывают в понятие иммунная система. Абсолютное большинство (93%) ответило верно, что иммунная система — защитный механизм, который помогает в борьбе с болезнетворными микроорганизмами, однако 7% все же ошибочно предполагает, что иммунитет важен только для борьбы с вирусами.

Большая часть респондентов (69%, в данном вопросе можно было выбрать несколько вариантов ответов) считает, что ведение здорового образа жизни — это наиболее эффективное средство для поддержания иммунитета. Это объясняется тем, что правильное питание, полноценный сон, физическая активность и гармоничное психологическое состояние доступно всем, не требует дополнительных затрат. А также к действенным методам отнесли применение лекарственных средств и вакцинацию (38% и 40% соответственно). Наименьшее количество людей (25%) поддерживают иммунную систему с помощью

народных средств. К ним относятся различные витаминные напитки (чай с шиповником, клюквенный морс), использование корня имбиря (отвары и ингаляции), а также другие средства, такие как лук, чеснок, цитрусовые, различные смеси из орехов и сухофруктов.

С установлением новых условий из-за возникшей пандемии COVID-19 образ жизни людей изменился. С утверждением, что образ жизни оказывает влияние на иммунную систему согласны почти все (95%), однако у 40% людей он стал менее активным. Это связано с переходом на дистанционный формат работы/обучения, невозможностью посещать некоторые места.

При этом 70 % респондентов занимались физической нагрузкой во время пандемии, 40% из которых делали это несколько раз в неделю. Из этого можно сделать вывод о том, что опрошенные считают, что выполнение физических упражнений помогает укрепить иммунитет. Также это подтверждается ответом на аналогичный вопрос, только 9% с этим не согласны. Почти 50% людей ответили, что чувствуют себя заряженными энергией и удовлетворенными после выполнения физических упражнений.

В ходе анкетирования стало известно, что спектр физических упражнений, выполняемых респондентами в целях поддержания иммунитета огромен. Можно было выбрать несколько вариантов ответа. Большинство выбирает небольшую разминку в течение дня (около 40%), также достаточно много выбрали варианты ответов утренняя зарядка и дыхательная гимнастика (14% и 14%). Также часто встречался ответ плавание и бассейн. Это действительно эффективно, так как плавание является хорошим средством для укрепления дыхательных мышц и поднятия их тонуса, помогает развить легкие. Перепады температуры закаляют организм, а значит повышают иммунитет и сердечно-сосудистую систему.

Вывод: гипотеза подтвердилась, опрошенные согласны с тем, что физические нагрузки оказывают благотворное влияние на иммунитет человека.

Важно помнить о том, что именно умеренные физические нагрузки способствуют укреплению иммунитета. Длительные тренировки для неподготовленных, наоборот, повышают риск заболеть.

Выделяют ряд принципов, которые требуется соблюдать, чтобы укрепить своё здоровье и избежать нежелательных последствий:

1. Индивидуализация. Необходимо подбирать упражнения с учетом личных особенностей организма, а также уровня физической подготовки и состояния здоровья — наличия каких-либо заболеваний.
2. Систематичность. Эффект от физических упражнений будет заметен только при регулярных занятиях.
3. Эмоциональное состояние. Существует целая наука — психосоматика, которая описывает влияние психологических факторов на здоровье человека [5].
4. Постепенность. Следует постепенно увеличивать нагрузку.

Умеренная физическая активность — пешие прогулки, утренняя зарядка, дыхательная гимнастика или занятия в бассейне, повышают выработку иммунных клеток, которые обеспечивают защиту против вирусных инфекций. Работа мышц улучшает кровообращение и доставку ко всем клеткам организма питательных веществ и кислорода, что улучшает их функционирование и является профилактикой раннего старения.[10]

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ:

1. Физиология иммунитета. Учебное пособие / А. К. Мартусевич, М. Н. Иващенко; ФГБОУ ВО «Нижегородская государственная сельскохозяйственная академия». — Н. Новгород: Нижегородская ГСХА, 2020. — 112 с.— Текст: непосредственный.
2. Руководство по физической активности. Всемирная организация здравоохранения. URL: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/279785/9789244514801-rus.pdf?ua=1> (дата обращения: 14.04.22). Текст: электронный.
3. Социальный проект «Вдох жизни» // [Электронный ресурс]. URL: <https://mdms.omskportal.ru/oiv/mdms/otrasl/vdoh> (дата обращения 14.04.2022).
4. Эффективные способы укрепления иммунитета // [Электронный ресурс]. URL: <https://gorzdrav.org/> (дата обращения 14.04.2022).
5. Антонова, А. А. Влияние спорта на психоэмоциональное состояние человека / А. А. Антонова, Г. В. Сытник // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 110-118.

6. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // *Children's Medicine of the North-West*. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
7. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // *Экономика. Налоги. Право*. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103.
8. Рагозина, Н. А. Об оздоровлении нации и сбережении народа / Н. А. Рагозина // *Спорт: экономика, право, управление*. — 2022. — № 1. — С. 31-33.
9. Сорокин, В. П. Дыхательная гимнастика как средство реабилитации студентов после острых воспалительных заболеваний органов дыхания / В. П. Сорокин, Н. С. Федюк, Г. В. Сытник // *Физическая культура студентов : сборник материалов 70-й Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 09 июня 2021 года*. — Санкт-Петербург: Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 2021. — С. 96-100.
10. Comparative legal analysis of health systems in the Russian Federation and Switzerland / Yu. S. Gusakova, A. V. Krotov, A. V. Kuzmina [et al.] // *Revista Género e Direito*. — 2020. — Vol. 9. — No 4. — P. 947-954

УДК 37

Александр Александрович Смирнов¹, Лиана Ваграмовна Казаринова²

^{1,2}НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
г. Санкт-Петербург, Россия

ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЮ И ОБОРОТУ ЗАПРЕЩЕННЫХ ВЕЩЕСТВ: ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ АНТИНАРКОТИЧЕСКОЙ ПОЛИТИКИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Аннотация. В статье анализируется феномен наркотизма. В статье рассмотрены специальные и процессуальные меры, сформулированы приоритеты государственной политики по профилактике и противодействию незаконному обороту наркотиков. В рамках формирования ценностных ориентаций антинаркотической политики предлагается разработать образовательные программы в спортивных вузах, направленные на повышение уровня правосознания и правовой культуры студентов, слушателей, магистров по различным направлениям обучения.

Ключевые слова: профилактика, противодействие, незаконный оборот запрещенных веществ, наркотик, спорт.

Alexander Alexandrovich Smirnov¹,

Liana Vagramovna Kazarinova²

^{1,2}FSEI HE «Lesgaft NSU, St. Petersburg»
St. Petersburg, Russia

COUNTERING THE ABUSE AND TRAFFICKING OF PROHIBITED SUBSTANCES: THE FORMATION OF VALUE ORIENTATIONS OF ANTI-DRUG POLICY IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF HIGHER EDUCATION IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

Abstract. The article presents the historical facts of drug trafficking, as well as analyzes the phenomenon of drug addiction. Special and procedural measures are

considered in the article, priorities of the state policy on prevention and counteraction of illegal drug trafficking are formulated. As part of the formation of value orientations of anti-drug policy, it is proposed to develop educational programs in sports universities aimed at improving the level of legal awareness and legal culture of students, trainees, masters in various fields of study.

Keywords: prevention, counteraction, illegal trafficking of prohibited substances, drug, sport

Абсолютно все наркотики по своей природе являются ядами, поражающими все системы органов и тканей, но особенно центральную нервную систему, мозг, половую систему, печень и почки. Как правило, люди с самым крепким здоровьем при регулярном употреблении наркотиков живут не более десяти лет. Весьма распространены случаи, когда люди, умирают в течение первого года с момента начала употребления наркотического вещества [3, с. 47].

Наркотики — психоактивные вещества, включённые в официальные списки наркотических средств и психотропных веществ [4, с. 134]. Считается, что термин «наркотик» впервые был употреблён греческим целителем Гиппократом, — в частности, для описания веществ, вызывающих потерю чувствительности или паралич [3].

По данным Всемирной Организации Здравоохранения ООН, на сегодняшний день, количество наркоманов во всем мире составляет более 48 млн. человек [9]. Во многих странах употребление наркотиков превратилось в настоящее национальное бедствие. Поэтому основная проблема, стоящая сегодня перед обществом — проблема наркомании, как глобальная угроза здоровью населения страны и национальной безопасности.

Следует отметить, что наркомания напрямую связана с наркобизнесом, то есть незаконным посевом и выращиванием наркотикосодержащих растений, их незаконным перемещением, противоправным изготовлением наркотиков, их хранением, продажей, пересылкой. Все указанные действия по закону являются преступлениями против здоровья населения и общественной нравственности и закреплены в ст.228-234 УК РФ. [1]. В связи с этим в настоящее время существует основная задача — организация надежной и эффективной профилактики наркомании как одной из форм страховки от замедленного самоубийства. [6, с. 36].

Наркотизм можно рассматривать с разных сторон. Наркотизм может включать в себя административные правонарушения, связанные с наркотиками, а также уголовные деяния, связанные с незаконным оборотом наркотических средств, также может рассматриваться как вид преступной экономической деятельности — наркобизнес и т.д. Наркобизнес является самым тяжким преступлением человечества. Сегодня мы наблюдаем международные и транснациональные наркотеррористические организации, между которыми имеется связь и взаимодействие в сфере формирования очагов напряженности в любых уголках мира.

Что же касается уголовно-процессуальных аспектов, то здесь тоже существуют некоторые проблемы в расследовании данной категории уголовных дел. осмотр предметов, проверка показаний на месте, осмотр места происшествия и т.д. иногда производится без участия эксперта, специалиста, на допросах редко применяется видеofиксации и т.д. Безусловно приводит к прекращению уголовного преследования либо исключение доказательств в соответствии с уголовно-процессуальным законодательством [5].

Действующим законодательством об административных правонарушениях установлена ответственность за незаконные приобретение, хранение, перевозку, изготовление, переработку без цели сбыта наркотических средств, психотропных веществ и их аналогов, а также незаконное приобретение, хранение, перевозку без цели сбыта растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества (ч. 1 ст. 6.8 КоАП РФ), за потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача либо новых потенциально опасных психоактивных веществ (ч. 1 ст. 6.9 КоАП РФ) и т.д., существует целый ряд других статей, входящих в рамки данной категории правонарушений. [2].

Учитывая вышеизложенное, необходимо разработать и внедрить образовательные программы с целью повышения уровня правовой культуры и правосознания студентов, что, на наш взгляд, поможет минимизировать случаи применения наркотических средств молодыми людьми. [7, с. 173, 8]. В современных условиях правовое воспитание необходимо для того, чтобы пропагандировать безопасный и здоровый образ жизни среди молодежи [10] Оно играет огромную роль в борьбе с преступностью, асоциальным поведением, насилием,

создает благоприятные условия для индивидуального развития личности.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. «Уголовный кодекс Российской Федерации» от 13.06.1996 N 63-ФЗ (ред. от 25.03.2022) // КонсультантПлюс: компьютерная справочная правовая система.– (дата обращения : 03.05.2022). — Текст: электронный.
2. «Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях» от 30.12.2001 N 195-ФЗ (ред. от 16.04.2022) (с изм. и доп., вступ. в силу с 27.04.2022)// КонсультантПлюс: компьютерная справочная правовая система.– (дата обращения : 03.05.2022). — Текст: электронный.
3. Егоров А.Ю. Возрастная наркология. — СПб.: Дидактика Плюс, М.: Институт общегуманитарных исследований, 2002. С.272
4. Наркотик: википедия. <https://ru.wikipedia.org/wiki/> — (дата обращения: 03.05.2022.)
5. Наркомания и наркопреступность: некоторые аспекты правовой профилактики в системе профилактических средств противодействия» (научная статья). Форум молодых ученых: международный научно-практический журнал. — 2018. — Вып. 10 (26). — С. 522–527.
6. Новиков, А. Б. Здоровый образ жизни личности: правовое понимание, регулирование, реализация / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Ученые записки юридического факультета. — 2021. — № 3. — С. 36-38.
7. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех: Материалы Международной научно-практической конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года. — Москва: Московский гуман, 2022. — С. 172-176
8. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физической и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // Экономика. Налоги. Право. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103
9. Статистика по данным Всемирной Организации Здравоохранения ООН. <http://doctohiller.com/materials/208-who-statistics/>- (дата обращения: 03.05.2022.)
10. Comparative legal analysis of health systems in the Russian Federation and Switzerland / Yu. S. Gusakova, A. V. Krotov, A. V. Kuzmina [et al.] // Revista Gênero e Direito. — 2020. — Vol. 9. — No 4. — P. 947-954

УДК 342.7

Софья Михайловна Кирюхина

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия
sofya.kirykhina@mail.ru

Научный руководитель: Илья Александрович Васильев,
Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия,
i.vasilev@spbu.ru

НЕКОТОРЫЕ ПРАВОВЫЕ ПРОБЛЕМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРАВА СПОРТСМЕНА НА ПОЛУЧЕНИЕ СПОРТИВНЫХ РАЗРЯДОВ И ЗВАНИЙ

Аннотация: Спортсмен в соответствии с законом наделен довольно широким перечнем прав, однако их практическая реализация вызывает ряд сложностей, особенно право на получение спортивного звания или разряда. Раскрыты негативные тенденции в области реализации и защиты спортсменом данного права. Автор поднимает ряд практических вопросов, которые требуют внимания. Данная статья делает акцент на том, что законодательство нуждается в изменении, а политика в области спорта требует корректировок.

Ключевые слова: спортивное право, права спортсмена, спортивные звания и разряды, единая всероссийская спортивная классификация

Sofia M. Kiryukhina

St. Petersburg University, St. Petersburg, Russia
sofya.kirykhina@mail.ru

Scientific director: Ilya A. Vasiliev
St. Petersburg University, St. Petersburg, Russia
i.vasilev@spbu.ru

SOME LEGAL PROBLEMS OF REALIZATION OF THE ATHLETE'S RIGHT TO RECEIVE SPORTS RANKS AND TITLES

Abstract: In accordance with the law, an athlete is endowed with a fairly wide list of rights, but their practical implementation causes a number of difficulties, especially

the right to receive a sports title or category. Negative trends in the implementation and protection of this right by an athlete are revealed. The author raises a number of practical issues that require attention. This article focuses on the fact that the legislation needs to be changed, and the policy in the field of sports requires adjustments.

Keywords: sports law, athlete's rights, sports titles and categories, unified sports classification.

Сегодня в условиях все большей коммерциализации спорта и рядом политических событий в мире весьма важным является вопрос о практической реализации декларируемых прав спортсмена, а именно права на получение спортивных разрядов и спортивных званий при выполнении норм и требований Единой всероссийской спортивной классификации (далее — ЕВСК). Данное право закреплено в п.3 ч.1 ст.24 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [4] (далее — Закон о спорте).

Основными руководящими документами для присвоения спортивного звания или разряда является ст.22 Закона о спорте, ЕВСК [7], ЕВСК по соответствующим видам спорта, единый календарный план (далее — ЕКП), положение о межрегиональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях по видам спорта, всероссийский реестр видов спорта, реестр общероссийских и аккредитованных региональных спортивных федераций, положение о спортивных судьях.

При системном анализе всех вышеперечисленных актов встает ряд вопросов, особенно в ситуации, когда наблюдается тенденция к ужесточению норм, регулирующих порядок присвоения спортивных разрядов или званий, так как кроме выполненного норматива необходимо еще и соблюсти ряд формальных, юридических критериев, которые и будут предметом данного исследования.

Во-первых, в связи с невозможностью участия российских спортсменов в международных соревнованиях требует пересмотра порядок присвоения спортивного звания «Мастер спорта международного класса». Представляется верным в данном случае либо разработать бальную систему для присвоения соответствующего звания при участии во Всероссийских турнирах, либо организовывать соревнования, с участием «дружественных» стран при снижении требований к количеству представителей. Также необходимо пересмотреть тре-

бования для присвоения спортивного звания «Мастер спорта России» в тех видах спорта, где его выполнение возможно только на международных стартах (например, «перетягивание каната»).

Во-вторых, законодатель при установлении требования наличия действующего разряда для присвоения спортивного звания «Мастер спорта России» (подп. «к» п. 33 ЕВСК) не установил: требуется действующий разряд по тому же виду спорта и по той же дисциплине или данную норму следует толковать широко. Представляется, что выполнение разряда возможно и по иной дисциплине, так как в приказе о присвоении звания указывается только вид спорта, но не по-другому виду спорта.

Новая коронавирусная инфекция повлияла и на сферу спорта, так в абз.2 п. 59 ЕВСК была внесена норма, согласно которой действие спортивного разряда продлевается на 12 месяцев вследствие отмены соревнований, причинами которой послужили обстоятельства непреодолимой силы. Однако порядок такого продления законодатель не закрепил. Действовать по аналогии, как и при подтверждении разряда невозможно, так как это две разные правовые категории. На практике субъекты спорта пошли разными путями, например, Региональная Федерация легкой атлетики Пермского края исходила из автоматического продления спортивного разряда [9], как результат, кандидату было отказано в присвоении звания по такому основанию, как нарушение условий допуска к участию в соревновании. Министерство по физической культуре и спорту Амурской области пошло иным путем и издало приказ о продлении действия разрядов после отпадения обстоятельств непреодолимой силы [8].

В-третьих, возникает вопрос об установлении некоторых «чрезмерных» правил для присвоения спортивного звания «Мастер спорта России». Так, Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 11.01.2022 № 6 «Об утверждении Единой всероссийской спортивной классификации (виды спорта, не включенные в программы Игр Олимпиады, Олимпийских зимних игр, а также не являющиеся военно-прикладными или служебно-прикладными видами спорта)» [5] в приложении №40 в п. 2.2 установлено требование, согласно которому спортивное звание «Мастер спорта России» по пауэрлифтингу может быть присвоено только при условии, если на соревнованиях присутствуют представители РАА «РУСАДА». В связи, с чем присвоение соответствующего звания на Чемпионате Санкт-Петербурга по тро-

еборью классическому стало невозможным, как итог, спортсменов стало участвовать меньше, а престиж соревнований сразу стал на порядок ниже. С одной стороны, ужесточение требований для присвоения званий и разрядов ведет к повышению престижа спортсмена, которому разряд (звание) присвоен(о) за счёт уменьшения количества спортсменов, удостоенных званием(разрядом), с другой стороны, сокращения количества соревнований, после участия в которых при выполнении требуемого норматива можно оформить спортивное звание или разряд уменьшается. Следует сделать ремарку, за исключением командных, игровых видов спорта, так как там не требуется выполнить норматив, а необходимо занять определенное место на турнирах, определенных ЕВСК.

Последнее с чем пришлось столкнуться в практической деятельности: невозможность оформить первые разряды по результатам участия в Санкт-Петербургских студенческих соревнованиях по пауэрлифтингу, так как в положении было прописано, что это физкультурное мероприятие, следовательно, при подаче представления на первый взрослый разряд усматривается нарушение п.4.1. Приложения №40 Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 11.01.2022 № 6. Таким образом, координального пересмотра требует вопрос присвоения спортивных разрядов, на студенческих региональных соревнованиях и соревнованиях, проходящих на уровне высших учебных заведений, стоит отметить, что в СССР на Чемпионате Ленинграда среди студентов по тяжелой атлетике можно было выполнить норматив «Мастера спорта», сейчас же даже присвоение первого разряда остается под сомнением.

В связи со всем вышеизложенным следует поднять проблему актуализации Распоряжения Правительства РФ от 17.10.2018 № 2245-р «Об утверждении Концепции подготовки спортивного резерва в РФ до 2025 года» [6], в котором планируется к 2025 г. увеличение до 60 процентов доли лиц, «...» имеющих спортивные разряды и звания, в общем количестве лиц, занимающихся по программам спортивной подготовки. Данное требование невозможно будет выполнить, если не будет должного внимания уделяться порядку проведения соревнований.

Как показывают последние проведенные исследования, в 15% представлений на присвоение спортивного звания «мастер спорта России» судьи не соответствовали нужной категории [3], напри-

мер, спортсменки не удалось восстановить свое право на присвоение звания в судебном порядке, так как по формальному основанию — на Чемпионате России по баскетболу 3Х3 судьи были не соответствующей категории [1]. Встает вопрос: как организаторы допустили, что на Всероссийском турнире судьи не отвечали установленным требованиям, тем не менее, восстановить нарушенное право невозможно, а ответственность организатора за это не предусмотрена.

Спортсмен или его законный представитель при реализации права, закрепленного в ч.1 ст.24 Закона о спорте, имеет возможность обжаловать действие Министерства спорта России или регионального министерства спорта, если считает, что отказ в присвоении разряда (звания) вынесен с нарушением требований путем обращения с административным иском в суд в силу ч.1 ст. 218 Кодекса административного судопроизводства Российской Федерации № 21-ФЗ от 08.03.2015. Количество дел, рассмотренных в судах по данной категории не велико, а процент удовлетворенных заявлений почти нулевой. Рассмотрим некоторые.

В одном из решений, Верховный суд установил нарушение ряда норм, регламентирующих порядок присвоения спортивного звания, и отправил дело на новое рассмотрение. Так, в связи с систематическим внесением изменений в ЕВСК, Министерство спорта России при принятии решения должно руководствоваться нормами, действующими «на момент возникновения правоотношения», то есть на момент проведения соревнования. Отказать в присвоении спортивного звания по подп. «а» п.44 Положения № 108 можно только, если от общероссийской спортивной федерации поступил обоснованный письменный отказ в согласовании представления о присвоении спортивного звания, наличие в представлении лишь рукописной записи о том, что «спортсмен не является спортсменом федерации, развивает другие виды дисциплин» не является основанием для отказа по данному основанию. Отказ Министерства спорта России в присвоении звания по любому из оснований (п.44 Положения № 108) и возвращении документов в региональную федерацию, не запрещает обратиться с новым представлением в уполномоченный орган [2]. В другом решении суд еще подчеркнул, что отказ в присвоении разряда не является основанием для вывода о дискриминации и насилии в области физической культуры и спорта [10].

В практике встречается еще одна категория дел — бездействие региональной федерации. Так, Федерация не направила необходимые документы для присвоения спортивного звания по той причине, что спортсменка не являлась членом региональной Федерации. Суд при рассмотрении дела установил, что заявление о вступлении в федерацию имеется, кроме того региональная федерация не наделена полномочиями на отказ в присвоении звания «Мастер спорта России», в связи с чем на соответствующую Федерацию была возложена обязанность в согласовании представления и направление в уполномоченный орган всех необходимых документов на присвоение звания [11].

Резюмируя все вышесказанное, стоит отметить, что нарушение ряда положений ЕВСК по основаниям, независящим от спортсмена, его представителя наносит в первую очередь непоправимый ущерб спортсмену, так как оспорить отказ в присвоении, как правило, невозможно, а спортивная подготовка имеет циклический процесс, подготовка и выход на пиковую форму всегда требует множество физических и психологических усилий, поэтому внимания требуют положения норм ЕВСК и порядок организации официальных спортивных соревнований, в том числе и студенческих спорт.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Апелляционное определение Московского городского суда от 08.11.2019 № 33-51021/2019// Режим доступа: СПС «КонсультантПлюс».
2. Кассационное определение Судебной коллегии по административным делам Верховного Суда Российской Федерации от 30.06.2021 №19-КАД21-7-К5// Режим доступа: СПС «КонсультантПлюс».
3. Никулин И.Н., Звягинцева Н.А., Посохов А.В., Спиринов М.П. Присвоение спортивных званий в российской федерации: проблемы и противоречия// Теория и практика физической культуры. № 10.2020. С.96-98.
4. О физической культуре и спорте в Российской Федерации: Федер. закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ // «Российская газета», № 276, 08.12.2007. Режим доступа: СПС «КонсультантПлюс».
5. Об утверждении Единой всероссийской спортивной классификации (виды спорта, не включенные в программы Игр Олимпиады, Олимпийских зимних игр, а также не являющиеся военно-прикладными или служебно-прикладными видами спорта): Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 11.01.2022 № 6//Официальный интернет-порт

- тале правовой информации, 15.02.2022. № 0001202202150038. Режим доступа : СПС «Гарант».
6. Об утверждении Концепции подготовки спортивного резерва в РФ до 2025 года : Распоряжение Правительства РФ от 17.10.2018 № 2245-р//Официальный интернет-портал правовой информации <http://www.pravo.gov.ru>.
 7. Об утверждении положения о Единой всероссийской спортивной классификации: Приказ Минспорта России от 20.02.2017 № 108// Режим доступа: СПС «КонсультантПлюс».
 8. О присвоении и подтверждении спортивных разрядов: Приказ Министерства по физической культуре и спорту Амурской области № 20 от 26.02.2021.
 9. Письмо Региональной Федерации легкой атлетики Пермского края исх. № б/н от 24.09.2021 «О сроке действия первого спортивного разряда Желтышева Е.О.»
 10. Решение № 2А-2341/2020 2А-2341/2020~М-1841/2020 М-1841/2020 от 8 июля 2020 г. по делу № 2А-2341/2020.URL: <https://sudact.ru/regular/doc/CGz38EhzMyN3/>.
 11. Решение Октябрьского районного суда г. Саратова № 2-1416/2019 от 6 мая 2019 г. по делу № 2-1416/2019. URL: <https://sudact.ru/regular/doc/JNqhFwqyTtoV/>.
 12. Новиков, А. Б. О правовой концепции развития физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Место и роль физической культуры в современном мире: Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 176-180.

УДК 342

Ольга Андреевна Ключевская

Санкт-Петербургский государственный экономический университет,
Санкт-Петербург, Россия
olga282klyuchevskaya@yandex.ru

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина
Санкт-Петербургский государственный экономический университет,
Санкт-Петербург, Россия, ragozina777@bk.ru

ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ (НА ПРИМЕРЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ПРОЕКТА «БЕЗОПАСНОСТЬ»)

Аннотация. Проведение профилактических занятий с молодёжью выступает одним из основных способов борьбы с деструктивным поведением. Путем применения социального проектирования возможно более глубокое проработывание существующих проблем в области профилактики. Реализация подобных инициатив еще не так широко применяется, но уже имеет свои результаты, одним из положительных примеров которых является муниципальный проект «Безопасность» МУ СДЦ «Перекресток».

Ключевые слова: профилактическая работа, молодёжь, деструктивное поведение, социализация, проектный подход, социальный проект

O.A. Klyuchevskaya

Saint Petersburg State University of Economics, St. Petersburg, Russia
olga22klyuchevskaya@yandex.ru

Scientific director: N.A. Ragozina
Saint Petersburg State University of Economics, St. Petersburg, Russia, ragozina777@bk.ru

FEATURES OF THE IMPLEMENTATION OF SOCIAL PROJECTS FOR THE PREVENTION OF DESTRUCTIVE BEHAVIOR (ON THE EXAMPLE OF THE MUNICIPAL PROJECT “SECURITY”)

Abstract. Conducting preventive classes with young people is one of the main ways to combat destructive behavior. Through the application of social design, a deeper

study of existing problems in the field of prevention is possible. The implementation of such initiatives is not yet widely used, but it already has its results, one of the positive examples of which is the municipal project “Security” of the MU SDTS “Crossroads”.

Keywords: preventive work, youth, destructive behavior, socialization, project approach, social project.

Современный период развития общества демонстрирует острую необходимость внедрения новых методов коммуникации между различными уровнями организации жизнедеятельности. В силу открытости систем в целом, увеличивается возможность проникновения разрушающих элементов, влияющих на деятельность структурных единиц, негативно отражающихся на восприятии информации, поступающей извне. Так как абсолютно любое общество представляет собой сложную для анализа, многоуровневую систему взаимосвязанных звеньев в виде социальных важнейших институтов, обеспечивающих гармоничное развитие общества, групп и социальных организаций, то в рамках данной работы под упомянутыми «структурными единицами» будут взяты именно они. В силу того, что Российская Федерация находится в постоянном взаимодействии с представителями мировых сообществ, в поведении которых присутствует стремление продемонстрировать российское общество в ином свете, путем искажения исторической памяти и роли государства в мировых событиях, активным воздействием на неокрепшее подсознание молодёжи, требуется уделять особое внимание воспитанию и профилактической работе с населением, в частности с одной из многочисленных категорий, как молодёжь, являющихся фундаментальной основой развития государства. Именно от тех моделей поведения, которым будет следовать молодое поколение, ценностей, провозглашенных в обществе и поддерживаемых условий для развития будет зависеть будущее государства. Но в последнее время наблюдается распространение антиобщественных, антиправовых и самое удручающее — асоциальных элементов в поведении молодёжи, в силу, опять же таки, демонстрирования на различных каналах телевидения, социальных сетей и подряд выпускающихся киносериалов, насаждающих бездуховность, нездоровый гедонизм, погоню за материальными благами «любой ценой», что и влияет на формирование сильного общества, способного противостоять негативному воздействию извне. Чтобы добиться наибольших результатов, необходимо вести работу

с молодёжью на различных уровнях: государственном, региональном и муниципальном [8]. Со стороны государства предпринимаются реальные действия в виде разработки нормативно-правовых актов, регулирующих вопросы профилактики и поддержания молодёжного сообщества. Так, уделяя особое внимание формированию правового сознания и системе профилактики совершения правонарушений на территории Российской Федерации действует Федеральный закон № 182 — ФЗ «Об основах системы профилактики правонарушений в Российской Федерации» [1], в котором раскрывается содержание стратегии, направленной на повышение правосознания граждан. Уверенность в том, что повышение уровня правовой культуры и профилактика правонарушений является первоочередной целью, демонстрирует высказывание В.В. Путина о том, что: «...нужно использовать соответствующие средства, методы работы с детьми, прививать правовую культуру так же, как в детских садах учат элементарной грамоте, начинают приобщать к культуре». Также, на уровне государства с 2020 г. действует Федеральный закон № 489-ФЗ «О молодёжной политике в Российской Федерации» [2], гарантирующий поддержание и всестороннюю помощь в участии молодёжи в реализации молодёжной политики. Что касается деятельности по профилактике на уровне регионов, то стоит отметить, что в зависимости от выбранных территориальных единиц будут различаться подходы и программы, реализуемые субъектами. Поэтому за основу анализа предлагаем взять город федерального значения — Санкт-Петербург, и один из городов-миллионников — Волгоград. Так, обратившись к информации реестра Комитета правопорядка и безопасности Ленинградской области, мы сможем увидеть подробную отчетность о реализации государственных программ Ленинградской области в сфере профилактики правонарушений за каждый отчетный период [5]. На территории Волгоградской области, как субъекта, в деятельности которого также реализуется государственная программа профилактики правонарушений и обеспечения общественной безопасности, мы можем увидеть, что уделяется особое внимание именно данным вопросам, поскольку обеспечение безопасности населения является стратегической целью [6]. Что касается деятельности в вопросах профилактики на уровне муниципалитетов, то стоит отметить, что в XXI-ом столетии актуальным методом выстраивания взаимоотношений между различными социальными институтами выступает проект-

ный подход. Именно его и придерживаются с 2021г. муниципальные учреждения, в деятельность которых входит профилактическая работа с молодёжью. Проектный подход является относительно новым для российской системы управления несмотря на то, что в общем виде современный проектный подход появился еще на рубеже 60-ых и 70-ых годов прошлого столетия, но в силу объективных факторов в виде закрытости советского общества по отношению к внешнему миру, не существовало условий для реализации проектирования, как метода управления, предполагающего открытое взаимодействие. Изменения можно видеть уже сейчас, когда проектный подход применяется повсеместно, безусловно, основным его местом является бизнес и аналитика, но он также нашел свое предназначение в вопросах профилактики и молодёжной политики. В рамках работы предлагаем рассмотреть понятие «социальное проектирование». Это, безусловно, перспективный метод, позволяющий выдвигать на первый план мнение субъекта административного управления. Для более детального анализа существует необходимость выделить основополагающие черты, присущие социальному проектированию:

- социальная ориентированность — вполне логично, что содержание проекта должно быть направленно на разрешение острой социальной проблемы, как, например, профилактика правонарушений;
- плановость — безусловно, что для достижения конкретного результата необходимо иметь четкую схему действий, выраженных в конкретных этапах, с подробным описанием целей и задач, которые требуется реализовать на рассматриваемом этапе;
- эффективность — включает в себя анализ количественных и качественных показателей, которые должны быть учтены, как на этапе разработки проекта, так и при завершении.

Следовательно, определяя назначение и место социального проектирования, можно говорить о том, что социально-ориентированные идеи и замыслы могут быть широко применяемы на территории, как субъектов, так и муниципалитетов.

Ранее мы уже обосновали, что вопросы профилактики занимают особое место. Проводя работу с молодёжью локально, на территории, например, районов, возникает объективная возможность достижения более высокого уровня эффективности реализации страте-

гических целей, заложенных в государственных положениях. Существует ли практика реализации социальных проектов, направленных на профилактику деструктивного поведения молодёжи на уровне муниципалитетов? Одним из, так сказать, молодых проектов является «БЕЗопасность», реализуемая Муниципальным учреждением социально-досуговым центром «Перекресток» [9]. Деятельность проекта началась в январе текущего года, за прошедший период с января по март было реализовано 3 профилактических мероприятия, направленных на освещение проблем:

1. небезопасного нахождения несовершеннолетних на территории лесопосадок;
2. связанных с информационной безопасностью и нетикетом¹;
3. противодействие экстремизму.

Но подобного рода проекты имеют некоторые особенности, выраженные в строгой фиксации эффективности применения тех или иных форм взаимодействия с целевой аудиторией. Именно поэтому в рамках проведенных мероприятий ответственным специалистам требуется проводить сравнительный анализ статистических данных вовлеченности молодёжи в реализуемые мероприятия. Так, руководствуясь данными запрошенной статистики, на представленной гистограмме можно увидеть, как именно выражается количественная статистика и насколько она отличается по каждому проведенному мероприятию. Разноцветными окружностями символично обозначены мероприятия, упомянутые выше (см. стр. 4), по горизонтальной оси указано количество молодёжи, с которой проведены профилактические мероприятия, а по вертикальной отражены максимально допустимое число, используемое для сравнения.

Но помимо проведенных практических мероприятий требуется также информационная работа, позволяющая в перерывах между реализуемым планом мероприятий вести просветительскую работу и тем самым увеличивать объем знаний в рамках рассматриваемой темы. Поэтому, можно говорить, что профилактическая работа в интернет-сообществах муниципальных учреждений, или в отдельных проектных группах в виде рубрик или современных форм — подкастов, выступает еще одной особенностью реализации проектов по профилактике.

¹ Нетикет — неологизм правил поведения, общения в Сети, традиции и культуры интернет-сообщества, которых придерживается большинство

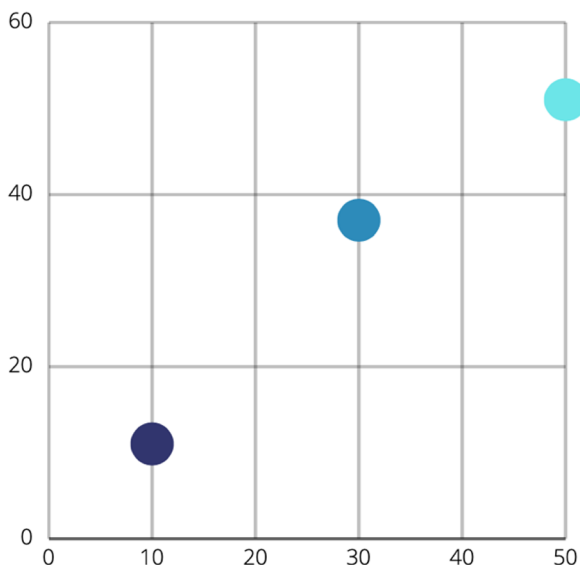


Рис. 1 Количество вовлеченной молодёжи в рамках профилактических мероприятий

И, возможно, следует остановить внимание на такой особенности, как опросы. В рамках проектов по профилактике возможна реализация двух форм: социологический и профилактический опросы. Данный метод широко распространен и имеет практическую ценность: полученные в ходе исследования данные по социологическому опросу позволяют выявить статистику распространения той или иной социальной проблемы и выбрать для ее минимизации наиболее эффективные способы, а профилактический опрос создает объективную возможность охватить большее количество респондентов и проверить их осведомленность в рассматриваемой области. Как мы смогли установить, в рамках проекта «БЕЗОпасность» было реализовано три социологических опроса с общим охватом в 100 человек, позволяющие сформулировать практические выводы о необходимости дальнейшей реализации программы.

Необходимо также помнить, что для реализации проектов социальной направленности необходим человеческий капитал, который

может быть выражен в волонтерах — именно поэтому еще одной особенностью может выступать организация волонтерской деятельности. Применяя данную форму работы возможно создать условия для объединения инициативной молодёжи в отряды, группы и тем самым разрешать вопросы организации полезного досуга. Реализация проекта — это, в первую очередь, творческая деятельность: в рамках работы волонтерского отряда его участникам также предоставляется возможность для самоопределения и позиционирования, что позволяет развивать лидерские и управленческие качества, необходимые для формирования сильной личности [3].

В завершении анализа хотелось бы отметить, что реализация подобных проектов, включающих достаточно широкий спектр позитивных возможностей, является той необходимой составляющей для формирования сильного гражданского общества [7]. Лаконично впишутся слова К. Кумара, которые гласят, что «... гражданское общество есть та среда, в которой современный человек законным путем удовлетворяет свои потребности, развивает свою индивидуальность, приходит к сознанию ценности групповых акций и общественной солидарности», — можно сказать, что их необходимо использовать как формулу, которая поможет государству довести идеи о самоорганизующейся социальной структуре, в виде гражданского общества, до логического конца [4].

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Федеральный закон РФ от 23 июня 2016 г. № 182-ФЗ «Об основах системы профилактики правонарушений в Российской Федерации» // СЗ РФ. — от 27.06.2016 — № 26 (ч.1). — Ст. 3851.
2. Федеральный закон РФ от 10 января 2021 г. № 489-ФЗ «О молодёжной политике в Российской Федерации» // СЗ РФ. — от 04.01.2021 — № 1(ч.1). — Ст.28.
3. Постановление Администрации Волгоградской области О государственной программе Волгоградской области «Профилактика правонарушений и обеспечение общественной безопасности на территории Волгоградской области» (с изменениями на 21 декабря 2021 года) // Волгоградская правда — от 14.02.2017 — N 24.
4. Реестр государственных программ Ленинградской области, содержащих мероприятия в сфере профилактики правонарушений. // [Электронный ресурс]: <https://goo.su/mydO5re> / дата обращения: 30.03.2022.

5. Ключевская, О. А. Социальное проектирование как административный метод вовлечения в занятия физической культурой и спортом / О. А. Ключевская, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта: Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 185-190.
6. Ключевская О.А. Российское гражданское общество: проблемы и пути становления / О.А. Ключевская: сборник тезисов докладов по материалам VII Международной научно-практической конференции студентов и магистрантов (11–12 ноября 2020 г, г. Саратов) / под ред. А. С. Землянского, И. О. Кузнецовой. — Саратов: Изд-во Саратовской гос. юрид. акад., 2020. — С. 275.
7. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // Экономика. Налоги. Право. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103
8. Рагозина, Н. А. Актуальные проблемы реализации молодежной политики Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина, О. А. Ключевская // Ученые записки юридического факультета. — 2021. — № 4. — С. 50-54.
9. Социальный проект «БЕЗОпасность» // [Электронный ресурс]: https://dobro.ru/project/10037934?utm_source=dobroru&utm_medium=organic&utm_campaign=pagerepost&utm_content=project / дата обращения: 05.04.2022.

УДК 349.3

Лилия Андреевна Князева¹, Ангелина Юрьевна Кобозева²

^{1,2}Санкт-Петербургский Государственный Экономический Университет,
Санкт-Петербург, Россия
¹*lilia.kniazewa@gmail.com*
²*lina.kobozeva19@mail.ru*

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина
Санкт-Петербургский Государственный Экономический Университет,
Санкт-Петербург, Россия, *ragozina777@bk.ru*

АДМИНИСТРАТИВНЫЕ ПРАВОНАРУШЕНИЯ, ПОСЯГАЮЩИЕ НА ЗДОРОВЬЕ НАСЕЛЕНИЯ: НЕЗАКОННОЕ ЗАНЯТИЕ НАРОДНОЙ МЕДИЦИНОЙ

Аннотация: статья посвящена одной из значимых тем современности, многие люди занимаются «народной медициной» не имея на то лицензии или используют противоправные методы лечения, тем самым совершают преступление. В статье указано, какую ответственность за это несут правонарушители, а также сущность самой проблемы.

Ключевые слова: уголовная ответственность, административная ответственность, охрана здоровья «народная медицина», целители, медицина, преступление

Liliya A. Knyazeva¹, Angelina Y. Kobozeva²

^{1,2}St. Petersburg State University of Economics, St. Petersburg, Russia
¹*lilia.kniazewa@gmail.com*
²*lina.kobozeva19@mail.ru*

Scientific director: Natalia A. Ragozina
St. Petersburg State University of Economics, St. Petersburg, Russia, *ragozina777@bk.ru*

ADMINISTRATIVE OFFENCES AFFECTING PUBLIC HEALTH: THE ILLEGAL PRACTICE OF TRADITIONAL MEDICINE

Abstract: The article deals with one of the big issues of our time, many people practice “folk medicine” without a license or use illegal methods of treatment, thereby

committing a crime. The article outlines what the offenders are responsible for and the nature of the problem.

Keywords: criminal responsibility, administrative responsibility, health protection “folk medicine”, healers, medicine, crime.

В двадцать первом веке, наша жизнь может нам казаться достаточно безопасной и продуманной, ведь каждая сфера жизни людей защищается посредством различных законодательных актов [5-7], Кодекс об Административных Правонарушениях РФ не является исключением [2].

Так КоАП РФ занимается правовой регламентацией такой сферы деятельности как незаконное занятие народной медициной. Разбор данной темы является актуальным, так как народной медицине доверяют 52%, при этом существует тенденция снижения доверия этой практики, потому что за семь лет доля тех, кто не верит в эффективность подобной медицины, увеличилась на 10 п.п., поэтому вопрос о регламентации данной сферы является достаточно острым [2].

Прежде чем, приступить к разбору данной теме основываясь на административном праве, раскроем основные черты используя непосредственно Конституцию РФ. В соответствии с которой: «каждый имеет право на охрану его здоровья и медицинскую помощь» [1,3]. Так стоит упомянуть элемент системы здравоохранения, который прописан в Федеральном законе «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»- народная медицина. Согласно ст. 50 Федерального закона «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» традиционная медицина -это «методы восстановления, установление которых происходит за счет прямого опыта людей, основанные на использовании знаний, навыков в оценке и восстановлении здоровья [3,8,9]. То есть основной составляющей народной медицины, мы можем выделить именно опыт самых людей, а также знания, которые складываются из поколения в поколение [4].

Начать карьеру в сфере народной медицины возможно только при получении специального разрешения. Данный документ может быть выдан уполномоченным органом исполнительной власти субъекта Российской Федерации в области общественного здравоохранения. После получения данной лицензии человек приобретает право,

благодаря которому он осуществляет деятельность в сфере народной медицины на территории нашей страны [4].

Помимо этого, стоит учитывать тот факт, что существует весомое различие между такими понятиями, как: народная медицина и частная медицинская практика. Разграничение данных понятий можно увидеть в основах законодательства Российской Федерации «Об охране здоровья граждан» от 22 июля 1993 г. В данном законе делается упор на тот факт, что частную медицинскую практику осуществляют квалифицированные врачи, но сама практика происходит за личные средства и не спонсируется государством.

Согласно ряду подзаконных актов, а также пояснению Минздрава РФ, народная медицина официально не может приравняться к медицинской деятельности в целом.

Несмотря на этот факт, как упоминалось ранее народная медицина имеет место для существования, только при наличии лицензии. Из чего вытекает тот факт, что данная сфера регулируется НПА. В первую очередь основным регулятором отношений в данном направлении выступает Административный Кодекс, а именно существование в нормах статьи рассматривающий правонарушения при занятии народной медициной, с отсутствием на то разрешения (лицензирования) [2].

Занятие народной медициной без получения разрешения, установленного законом, влечет наложение административного штрафа в размере от двух тысяч до четырех тысяч рублей. Эта мера обуславливается тем, что подобные правонарушения, посягают на здоровье населения.

Важной проблемой в этом вопросе является то, что несмотря на предусмотренное законом наказание народная медицина все равно остается достаточно распространенной. Вред подобной практики заключается не только в том, что люди могут тратить деньги на бесполезные процедуры, но в то же время вредить своему здоровью. Мы полагаем, что это обуславливается двумя основными причинами:

1. Небольшой размер санкций за осуществление незаконной деятельности, что позволяет мошенникам беспрепятственно осуществлять свою деятельность, потому что доходы таких людей зачастую значительно превышают размер штрафов;

2. Низкий уровень доверия официальной медицине со стороны населения, что провоцирует людей обращаться к другим методам, в том числе незаконным.

Подводя итог, важно упомянуть, что несмотря на распространенность этого направления среди обычного населения, государство все равно старается оказывать противодействие, чтобы защитить своих граждан. Существует достаточно обширная судебная практика о привлечении граждан

Судьей Коптевского районного суда города Москвы рассмотрено дело в отношении Ирины Гавриловой, совершившей административное правонарушение, предусмотренное ст.6.2 (незаконное занятие народной медициной) Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях [10].

Судом было установлено, что Гаврилова оказала услуги медицинского характера в сфере китайской народной медицины, а именно: назначение лекарственных препаратов, хотя специального разрешения на занятие данной деятельностью у женщины не было, что является нарушением положений ст.50 Федерального закона от 21.11.2011 №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» [3].

Гаврилова вину в совершении правонарушения признала. Кроме того, вина Гавриловой в совершении правонарушения, предусмотренного ст.6.2 Кодекса РФ об административных правонарушениях, подтверждена исследованными в судебном заседании письменными материалами: протоколом об административном правонарушении, фотографиями китайских лекарственных препаратов, экспертным заключением и др. [10].

Суд постановил признать Ирину Гаврилову виновной в совершении административного правонарушения, предусмотренного ст.6.2 КоАП РФ, и назначить ей административное наказание в виде административного штрафа в размере 2000 рублей [10].

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020) // Российская газета. — 2020. — № 144. (дата обращения: 10.04.2022 г.).

2. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях: от 30.12.2001 № 195-ФЗ (ред. от 24.04.2020) // Собрание законодательства РФ. — 07.01.2002. (дата обращения: 10.04.2022 г.).
3. Федеральный Закон от 21 ноября 2011 г. № 323–ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (дата обращения: 10.04.2022 г.).
4. Письмо Минздрава РФ от 7 апреля 2000 г. № 2510/3791-32 «О лицензировании народных целителей» (дата обращения: 10.04.2022 г.).
5. Артамонов А.Р. Юридическая ответственность за незаконное занятие народной медициной // Новый юридический вестник. — 2018. — № 5.
6. Новиков, А. Б. Конституционно-правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Спорт, человек, здоровье: Материалы X Международного Конгресса, посвященного 125-летию со дня создания НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 08–10 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2021. — С. 351-354.
7. Новиков, А. Б. Здоровый образ жизни личности: правовое понимание, регулирование, реализация / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Ученые записки юридического факультета. — 2021. — № 3. — С. 36-38.
8. Рагозина, Н. А. Евгеника и оздоровление нации: современные теоретические и правовые аспекты / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2021. — № 4. — С. 38-40.
9. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для все: Материалы Международной научно-практической конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года. — Москва: Московский гуман, 2022. — С. 172-176.
10. Рагозина, Н. А. Об оздоровлении нации и сбережении народа / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2022. — № 1. — С. 31-33.
11. Официальный портал судов общей юрисдикции Москвы / «Коптевский суд назначил штраф женщине, незаконно занимавшейся народной медициной» от 03.03.2017// URL: <https://mos-gorsud.ru/rs/koptevskij/news/koptevskij-sud-naznachil-shtraf-zhenshhine-nezakonno-zanimavshejsyaparnardnoj-meditsinoj> (дата обращения: 10.04.2022 г.).

УДК 342

Дмитрий Дмитриевич Кобзев

Санкт-Петербургский государственный экономический университет, Россия
kobzev1dm@yandex.ru

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина
Санкт-Петербургский государственный экономический университет, Россия,
ragozina777@bk.ru

ОБРАЗ ЖИЗНИ ЛИЧНОСТИ КАК ФАКТОР НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Аннотация. Образ жизни личности — одна из основных детерминант развития общества. В демократической, согласно Конституции РФ, России вторая глава основного закона напрямую фиксирует права граждан и их свободы. Однако совокупность частных действия порождает результат, характерный для всей группы. Институт государства, действующий же в интересах всего населения ради обеспечения национальной безопасности, в конечном счете вынужден ограничивать возможности частных лиц. В результате чего формируется диалектическое противоречие: государство, стремясь удовлетворить потребности граждан, предоставляет им возможность для самостоятельного определения и развития паттернов поведения, однако оно же вынуждено их ограничивать для выполнения своих функций и обязанностей. Данный факт находит свое отражение в таких областях, как здравоохранение, демография, частная жизнь. Единственным же вариантом решения проблемы является косвенное влияние.

Ключевые слова: образ жизни, национальная безопасность, убеждения, права и свободы, государство, здоровье нации

Dmitry Dmitrievich Kobzev

Saint Petersburg State University of Economics, Russia
kobzev1dm@yandex.ru

Scientific supervisor: Natalia Alexandrovna Ragozina
Saint Petersburg State University of Economics, Russia, ragozina777@bk.ru

PERSONAL LIFESTYLE AS A FACTOR OF NATIONAL SECURITY

Annotation. The lifestyle of an individual is one of the main determinants of the development of society. In democratic Russia, according to the Constitution of

the Russian Federation, the second chapter of the basic law directly fixes the rights of citizens and their freedoms. However, the totality of particular actions generates a result characteristic of the whole group. The institution of the State, acting in the interests of the entire population for the sake of ensuring national security, is ultimately forced to limit the capabilities of individuals. As a result, a dialectical contradiction is formed: the state, in an effort to satisfy the needs of citizens, provides them with the opportunity to independently determine and develop patterns of behavior, but it is also forced to limit them in order to fulfill its functions and duties. This fact is reflected in such areas as healthcare, demography, and private life. The only solution to the problem is indirect influence.

Keywords: lifestyle, national security, beliefs, rights and freedoms, state, health of the nation

Эпоха повсеместной глобализации большинства основополагающих процессов порождает эффект масштабирования жизни. Куда более значимыми в общественном восприятии становятся аспекты макро- и микроэкономики, геополитики, развитие IT сферы. Однако, не смотря на увеличившийся спектр внимания, все реже уделяется внимание конкретному человеку, его социокультурному поведению, увлечениям, интересам, образу жизни. Роль человеческого капитала, безусловно, возрастает, однако скорее, как экономическо-го фактора без учета национального развития и национальной безопасности.

Категорию «образа жизни» можно трактовать как организованную совокупность процессов и явлений жизнедеятельности людей в обществе [11, с. 7]. Она подразумевает не только физическую составляющую (здоровье человека, его психологическое состояние), но и учет исторических событий, определяющих базовую модель поведения, ценностные и институциональные условия, а также личностные характеристики. В Российской Федерации данное понятие нашло частичное отражение в главе 2 Конституции РФ. Регламентируя права и свободы гражданина, приведённый нормативный правовой акт закрепляет возможности населения на самостоятельный и обособленный характер поведения, основанный на добровольном выражении собственных интересов в рамках индивидуально-заданных условий и законодательства. Однако наличие свобод обуславливает и появление ответственности. Государство как значимый фактор общественного взаимодействия не может действовать сугубо в интересах каждой обособленной лично-

сти. Оно должно функционировать для всего общества, реализуя свои функции. Одна из которых — обеспечение национальной безопасности. Согласно Указу Президента РФ от 31.12.2015 № 683 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации», под данной дефиниций подразумевается состояние защищенности личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз, при котором обеспечиваются реализация конституционных прав и свобод граждан Российской Федерации, достойные качество и уровень их жизни, суверенитет, независимость, государственная и территориальная целостность, устойчивое социально-экономическое развитие Российской Федерации. Таким образом, наблюдается диалектическое противоречие: государство, стремясь удовлетворить потребности граждан, предоставляет им возможность для самостоятельного определения и развития паттернов поведения, однако оно же вынуждено их ограничивать для выполнения своих функций и обязанностей.

Проявление данная тенденция находит, в частности, в области здравоохранения. С одной стороны, государство стремится предоставить весь объем медицинской помощи населению. Так, в ст. 19 и ст. 41 Конституции РФ закреплено право на медицинскую помощь. Каждый гражданин может получить ее в гарантированном объеме и на безвозмездной основе. Перечень же потенциальной поддержки предоставлен в ст. 19 Федерального закона «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации» от 21.11.2011 № 323-ФЗ, где также предоставляется право на отказ от медицинского вмешательства. Подобный факт уже свидетельствует о существующем противоречии. Образ жизни индивида, являющийся составной частью национальной безопасности, вступает с нею в противоречие. С точки зрения государства необходимо обеспечивать высокий уровень здоровья населения, однако несогласие гражданина с методами медикаментозного воздействия, условиями их осуществления продуцирует существенные осложнения при реализации данной задачи [6,7,8].

Наиболее яркое выражение рассматриваемое противоречие находит в области употребления табачной и алкогольной продукции. Формально в российском законодательстве не закреплена норма, согласно которой осуществлен запрет на производство, распространение и потребление приведенных товарных категорий, что, в усло-

виях существования юридической максимы «все, что не запрещено, разрешено», позволяет их приобретать на территории Российской Федерации, не смотря на негативные последствия. Так, по данным за январь–май 2020 года производство табака и его заменителей возросло на 8%, а отгрузка сигарет — на 18,5% [10, с. 3-4]. В тоже время увеличились розничные продажи практически всех исследуемых позиций алкогольной продукции (от 3% до 13,9%) за исключением винных напитков без этилового спирта (падение на 3,2%) [12, с. 3-10].

Единственным возможным методом разрешения подобной проблемы косвенное влияние. Исходя из повышенной роли потенциальных издержек, государство стремится скорее к косвенному влиянию. Наиболее существенным способом является ограничение возможностей по производству, продаже и потреблению. Так, Федеральный закон от 23.02.2013 года № 15 — ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего дыма и последствий потребления табака» выполняет сразу две задачи: с одной стороны, он действует в интересах граждан, которые сознательно выступают против употребления табака, а с другой, ограничивает возможности для лиц, имеющих данную зависимость. Отражается это путем повышения акцизов на табачную продукцию, установления минимальных розничных цен, фиксации 13 позиций территорий, где курение официально запрещено, запретом на продажу табачной продукции несовершеннолетним, запретом на рекламу и иными ограничениями, установленными ст. 19 рассматриваемого закона. В области алкогольной продукции подобные ограничения формализованы в Федеральном законе от 22.11.1995 года № 171 — ФЗ «О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции».

Однако образ жизни, как уже отмечалось выше, определяется не только показателями физического здоровья. Также в данную категорию входят и убеждения индивида, паттерны его поведения. С точки зрения национальной безопасности особого внимания, в частности, заслуживают взгляды граждан на создание семьи и самовоспроизведение. Так, с 2000-го года в Российской Федерации наблюдается естественная убыль населения, компенсируемая миграционным приливом (Таблица 1).

Таблица 1.

Естественное движение населения и миграция [9]

Год	Родившихся, чел.	Умерших, чел.	Естественный прирост	Международная миграция, чел.
2000	1 266 800	2 225 332	-958 532	359 330
2010	1 788 948	2 028 516	-239 568	191 656
2018	1 604 344	1 828 910	-224 566	565 685
2019	1 481 074	1 798 307	-317 233	701 234

Несмотря на факт того, что, согласно приведенным данным, общий прирост населения на 2019 год составил 78 тыс. человек, демографический вопрос является достаточно значимым. С точки зрения национальной безопасности, необходимо повышать внутреннюю рождаемость. В противном случае активное заселение мигрантами может нести потенциальную угрозу суверенитету государства.

Согласно ряду психологических подходов, данный вопрос на микроуровне (индивида, домохозяйства) анализируется при помощи ряда показателей: демографических, поведенческих, социально-экономических, культурных и территориальных [4]. В результате государство должно акцентировать свое внимание на мотивации, основанной на данных показателях, дабы не противоречить ст. 23 Конституции РФ. Так, в Российской Федерации ключевыми мерами, содействующими повышению рождаемости, являются: программа материнского капитала, наличие ежемесячных выплат, поддержка молодых семей, в том числе в вопросе приобретения недвижимости, развитием медицинской помощи [5]. Также в феврале 2022 года сенатор Маргарита Павлова выступила с инициативой по блокировке информации в интернете, популяризирующей чайлдфри. Однако подобная мера со стороны государственного представителя является противоречивой. С одной стороны, она в перспективе способна позитивно повлиять на стремление населения к самовоспроизводству. С другой же стороны, она вступает в противоречие со ст. 29, поскольку призывает граждан отказаться от выражения своего мнения и убеждения [2].

Категория «убеждения» также является сущностной для образа жизни человека. Под ней принято понимать прочно сложившееся мнение, уверенность в справедливости или несправедливости неко-

торых позиций и устремлений. Данный аспект представляется наиболее сложным для деформации со стороны государства, хотя и является определяющим. Согласно ст. 1 Конституции РФ Российская Федерация — Россия есть демократическое федеративное правовое государство с республиканской формой правления, что обуславливает невозможность государственного аппарата напрямую влиять на формирование убеждений путем их насильственного внедрения. Ст. 13 Конституции фиксирует факт того, что в Российской Федерации нет государственной идеологии, формирующей и определяющей единственно верную (с законодательной точки зрения) модель развития и поведения как на мезоуровне (государственном), так и на микроуровне (частном). Приведенный факт и оказывает значительное влияние на поведение индивидов и малых социальных групп. Отсутствие единого подхода продуцирует различные трактовки к ряду значимых позиций и установок, в частности, в области семьи, ведения здорового образа жизни, отношения к внешнему контуру, толерантности к религиозным, этническим и иным аспектам, политическим воззрениям. Фактор нестабильности данных категорий подрывает национальную безопасность, поскольку определяет вероятность для потенциальных конфликтов. Особое развитие приобретает также и становление эпохи «коммуникационного изобилия». Наличие множественных каналов передачи информации, представляющих собой распределенные сети, не позволяют в полной мере контролировать поступающие и передаваемые данные, а естественное для медиа (или деятельность избранных представителей в медийном поле) формирует деструктивное или неодобрительное отношение к власти. Также общесоциальный конформизм отягощает демократию тенденциями, противоречащими ее основам: господствующая позиция, к которой можно отнести и моду, лишает части граждан возможности на альтернативную точку зрения. Данный факт находит развитие также и в способности медиа усиленно акцентировать внимание на неявных формах дискриминации и несправедливости [3]. Деятельность государства в данной области является определяющей для фактора национальной безопасности, поскольку именно подобные механизмы и формируют у индивидов их базовые убеждения, определяющие образ жизни.

В результате государство опять же может ограничиться лишь косвенным влиянием, представленным в законе РФ от 27.12.1991 № 2124-1 «О средствах массовой информации». Данный закон, основыв-

ваясь на Конституции РФ, закрепляет свободу СМИ, недопустимость цензуры (ст. 3). Однако он устанавливает, что права и свободы человека в данной области все же могут ограничиваться, но только федеральными законами и только в объеме, необходимом для обеспечения национальной безопасности. Область политического регулирования, способного также существенно сказаться на уровне национальной безопасности регулируется, например, ст. 25.1 данного закона. Данная норма выступает против внешнего влияния на внутривнутриполитические события России. Федеральный закон «Об информации, информационных технологиях и о защите информации» от 27.07.2006 № 149-ФЗ также направлен на достижение приведенных целей, однако он фиксирует и политику государства, направленную на создание и развитие федеральных и региональных информационных систем, и сетей, обеспечение их совместимости и взаимодействия в едином информационном пространстве Российской Федерации. Подобная мера позволяет транслировать позицию государства по тем или иным аспектам, в частности, по вопросам образа жизни индивида.

Таким образом, организованная совокупность процессов и явлений жизнедеятельности людей в обществе является достаточно важной для формирования национальной безопасности государства. Она распространяется на вопросы семьи, здоровья человека, его позиции, в том числе и политической. Существующее противоречие между национальной безопасностью и устремлениями граждан, выраженных в их форме проведения досуга, вынуждает государство на регулярной основе находить баланс между его интересами и потребностями населения. Зачастую это не прямой запрет, а мера регулирования, позволяющая сформировать необходимую позицию, а не насильственно внедрить ее в общество.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020)
2. Дарья Новичкова, Михаил Карпов «Люди заводят детей, когда им не страшно» В России готовят новый запрет — говорить о чайлдфри. Чем это опасно? // Lenta.ru — URL:<https://lenta.ru/articles/2022/02/18/childfree/>

3. Демократия и декаданс медиа [Текст] / пер. с англ. Д. Кралечкина; под науч. ред. А. Смирнова; Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики» — 2-е изд. — М.: Изд. дом Высшей школы экономики, 2020. — 312 с. — (Политическая теория). — 1000 экз. — ISBN (в пер.). — ISBN 978-5-7598-2061-1 (e-book)
4. Короленко А.В. Факторы демографического развития России: опыт исследования панельных данных // Проблемы развития территории. 2019. № 5 (103). С. 170–188.
5. Министерство финансов России «Основные направления бюджетной, налоговой и таможенно-тарифной политики на 2021 год и на плановый период 2022 и 2023 годов» — URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_364178/ (дата обращения: 08.04.2022)
6. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
7. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех : Материалы Международной научно-практической конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года. — Москва: Московский гуман, 2022. — С. 172-176.
8. Рагозина, Н. А. Об оздоровлении нации и сбережении народа / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2022. — № 1. — С. 31-33/
9. Обзор российского рынка алкогольной продукции за II квартал 2020 года / Аналитический центр при Правительстве РФ. — 2020. — с. 3 — 10.
10. Обзор российского рынка табачной продукции за II квартал 2020 года / Аналитический центр при Правительстве РФ. — 2020. — с. 3-4.
11. Романова И. В. Категория «Образ жизни» в отечественной и зарубежной научной литературе // Вестник Забайкальского государственного университета. — 2012. — с. 7
12. Российский Статистический Ежегодник 2020 — URL: https://gks.ru/bgd/regl/b20_13/Main.htm (дата обращения: 7.04.2022)

УДК 796

Екатерина Сергеевна Колкова¹, Татьяна Владиславовна Старцева²

Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

¹Kolkovaekaterina@mail.ru

²Tanyastar01@mail.ru

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина,

Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия,

Ragozina777@bk.ru

ВЛИЯНИЕ И РОЛЬ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК НА УМСТВЕННУЮ АКТИВНОСТЬ И УСПЕВАЕМОСТЬ СТУДЕНТОВ

Аннотация. В данной статье рассмотрены теоретические аспекты влияния физических нагрузок на умственную активность, раскрыта роль занятий спортом в повседневной жизни студентов. В ходе нашего исследования был проведен опрос, на основании результатов которого были сделаны соответствующие выводы.

Ключевые слова: спорт, физические нагрузки, умственная активность, здоровье, физическая культура, память, физические упражнения.

E.S. Kolkova¹, T.V. Startseva²

St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

¹Kolkovaekaterina@mail.ru

²Tanyastar01@mail.ru

Scientific director: N. A. Ragozina

St. Petersburg branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

Ragozina777@bk.ru

THE INFLUENCE AND ROLE OF PHYSICAL ACTIVITY ON STUDENTS' MENTAL ALERTNESS AND PERFORMANCE

Annotation. This article considers the theoretical aspects of the influence of physical activity on mental activity and reveals the role of sports in the daily life of

students. In the course of our study we conducted a survey, based on the results of which the relevant conclusions were made.

Keywords: sports, physical activity, mental activity, health, physical culture, memory, physical exercise

Вопрос влияния физических нагрузок на организм человека и, в частности, на его мозг, является достаточно актуальным, и волнует ни один десяток ученых по всему миру. На сегодняшний день мы имеем на основании многочисленных исследований документально подтвержденные данные о том, что физическая активность и занятия спортом положительно и на прямую влияют на мозговую активность и способствуют росту гиппокампа — той части мозга, которая отвечает за формирование эмоций и консолидацию памяти (переходу кратковременной памяти в долговременную) [5].

Главным объектом нашего исследования стали студенты. Поступление и дальнейшее обучение в высшем учебном заведении служит новым этапом в жизни человека. В этот период молодые люди наиболее подвержены стрессу, возникают проблемы с адаптацией, увеличивается умственная нагрузка. В связи с этим студентам необходимо научиться грамотно распределять свое время и силы, заниматься спортом, не ограничиваясь одним лишь изучением учебных материалов, и не забывать про отдых.

Предполагается, что не все представители данной категории граждан всерьез задумываются о том, что физические нагрузки и занятия спортом являются неотъемлемой частью учебного процесса в период обучения в ВУЗе и положительно влияют как на общее физическое состояние, так и на умственную активность. Студенты, как правило, ведут преимущественно сидячий образ жизни, что негативно сказывается на здоровье. Кроме того, частое времяпровождение за экранами мобильных телефонов, компьютеров и других гаджетов снижает работоспособность, что приводит к падению уровня двигательной системы и способствует ухудшению памяти, что уже не мало раз было научно доказано [10].

Молодые люди наиболее подвержены стрессу, кризису, переутомлению [6]. Но особенно сильно страдает именно мозг, в который ежедневно поступает и перерабатывается огромный поток информации.

Поэтому, занятия физической культурой и спортом в обязательном порядке входят в учебную программу как высших учебных заведений, так и учреждений среднего специального образования и школ. Это положение закреплено в основном Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [1,4].

Исходя из вышеизложенного, очень важно проводить с молодежью просветительскую работу по формированию здорового образа жизни посредством популяризации физической культуры и спорта, в частности вовлечения студентов в сдачу норм комплекса ГТО [5,7,8,9]. Такой подход способствует повышению уровня умственной и физической активности, развитию дивергентного мышления, увеличению концентрации внимания. Кроме того, смена деятельности помогает снизить уровень стресса, улучшает память, стабилизирует работу всего организма, поднимает настроение [2]. Таким образом, физическая активность влияет и на успеваемость студентов.

В качестве подтверждения вышесказанных слов о положительном влиянии физических нагрузок на организм и, в частности, на умственную активность, был проведен анонимный опрос, участие в котором приняли студенты Санкт-Петербургского филиала Финансового университета при Правительстве Российской Федерации, учащиеся 1 курса очной формы обучения по направлению «Экономика».

В опросе приняли участие 25 человек: 19 девочек (76%) и 6 мальчиков (24%). Возраст студентов составлял от 18 лет до 21 года. В основную часть опрошенных вошли лица, достигшие 18 лет (60%), девятнадцатилетних — 20%, двадцатилетних — 16% и один человек в возрасте 21 года (4%).

Первый вопрос «Сколько времени в неделю вы посвящаете занятиям спорта?» показал, что в составе опрошенных преобладают лица, уделяющие в среднем 2-3 часа занятиям спорта в неделю (56%), 12% из числа опрошенных занимаются от 5 до 6 часов в неделю, есть среди опрошенных и те, кто уделяет спорту 20-21 час в неделю (8%), 8% опрошенных уделяет 1-2 часа в неделю, оставшаяся же часть (16%) указала, что не уделяет времени на занятия спортом.

В следующем вопросе студентам предстояло оценить свою успеваемость. Результаты показали, что трое студентов в составе опрошенных являются отличниками (12%), трое учатся удовлетворительно (12%), основная же часть имеет хорошую успеваемость (76%).

Затем студентам был задан вопрос о том, уделяют ли они время своему саморазвитию вне стен ВУЗа. Результаты опроса показали, что большая часть опрошенных (80%) посвящает время своему интеллектуальному развитию, а оставшиеся 20% ограничиваются изучением материала по учебной программе во время занятий в университете.

Далее участникам опроса был задан вопрос «Возникали ли у вас мысли о том, влияют ли занятия спортом на успеваемость?». У половины опрошенных (52%) не возникало подобных мыслей, вторая же половина всерьез задумывалась об этом (48%).

На вопрос о том, влияют ли физические нагрузки на успеваемость, 40% опрошенных ответили, что физические нагрузки положительно влияют на работу мозга, другая доля опрошенных (36%) указала, что не наблюдает никаких изменений, оставшаяся же часть (24%) предполагает, что занятия спортом сильно выматывают, в результате чего сил на интеллектуальную деятельность не остается.

В заключительном вопросе студентам необходимо было указать, оказывает ли, по их мнению, негативное влияние на успеваемость чрезмерное занятие спортом. На что половина всех опрошенных дала положительный ответ (56%), другая часть опрошенных считает, что никакого негативного влияния нет (20%), оставшиеся 24% затрудняются ответить на данный вопрос.

Результаты опроса показали, что половина опрошенных студентов задумывается над вопросом влияния физических нагрузок на успеваемость и повышение умственной активности, вторая же половина подходит к данной проблеме менее серьезно. Несмотря на это, опрос показал, что основная доля опрошенных уделяет время занятиям физической культурой и спортом, а также своему интеллектуальному развитию, тем самым чередуя умственную деятельность с занятиями спортом. Таким образом, можно сказать, что теоретические аспекты подтверждены на практике.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 06.03.2022) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
2. Ботагариев Т.А. Физическое воспитание в вузе: учебное пособие / Т.А. Ботагариев, Е.К. Тулегенов, Н.М. Мамбетов, А.С. Аралбаев. — Алматы: ССК, 2018. — 256 с.

3. Копылова Н.Е. Особенности физического воспитания студентов в современном обществе / Н.Е. Копылова, Т.В. Буянова // International innovation research: материалы VI международной научной конференции / Под общей редакцией Г.Ю. Гуляева — Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение». — 2017. — 309-311 с.
4. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
5. Рагозина, Н. А. Формирование активной жизненной позиции у студентов и противодействие коррупции в сфере спорта / Н. А. Рагозина // Физическая культура студентов : сборник материалов 70-й Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 09 июня 2021 года. — Санкт-Петербург: Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 2021. — С. 117-122.
6. Сытник, Г. В. Изучение кризисов личностного роста у студентов-спортсменов / Г. В. Сытник // Вестник Балтийской педагогической академии. — 2012. — № 104. — С. 63-67.
7. Сытник, Г.В. Комплекс ГТО в формировании мотивации к занятиям физической культурой и здорового образа жизни у студентов вузов (к 90-летию комплекса ГТО) / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, Н. А. Рагозина, А. Б. Новиков // Спортивный психолог. — 2021. — № 3(60). — С. 4-8.
8. Сытник, Г. В. Внедрение и реализация комплекса ГТО в образовательных учреждениях / Г. В. Сытник // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 104-105.
9. Сытник, Г. В. Практико-ориентированный подход в привлечении студентов и сотрудников вузов в реализации комплекса ГТО / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание. — 2021. — № S3. — С. 116-121.
10. Хабарова О.Л. Физическое воспитание в вузе: учебное пособие / О.Л. Хабарова; [научный редактор В.П. Чернышев]; ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет». — Хабаровск: Издательство ТОГУ, 2019. — 46-48 с.

УДК 633.38

Е.А. Корякина¹, В.Л. Кочеткова², В.В.Березина³

^{1,2} Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

³НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Научный руководитель: Н.А. Рагозина

Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия,

ragozina777@bk.ru

ФИТОТЕРАПИЯ В СИСТЕМЕ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

Аннотация. Статья освещает такую форму лечения травами как фитотерапия. В ней раскрывается понятие фитотерапии; описываются активные вещества, содержащиеся в растениях, представлены актуальные сведения по использованию фитосредств на различных этапах заболевания. Также проведен опрос 100 посетителей аптеки Ленинградской области, на основе которого выявлено их отношение к лечению на основе растительных препаратов и наиболее удобная форма их применения. Рассмотрен аспект правового регулирования в сфере фитотерапии.

Ключевые слова: фитотерапия, медицина, заболевания, лечение, растительные препараты, синтетические препараты, организм.

Е.А. Koryakina¹, V.L. Kochetkova², V.V. Berezina³

^{1,2}St. Petersburg Branch of the University of Finance, St. Petersburg, Russia

³NSU named after P.F. Lesgaft, St. Petersburg

Scientific director: N.A. Ragozina

PHYTOTHERAPY IN THE SYSTEM OF MEDICAL KNOWLEDGE

Abstract. The article highlights such a form of herbal treatment as phytotherapy. It reveals the concept of phytotherapy; describes the active substances contained in plants, provides up-to-date information on the use of herbal remedies at various stages of the disease. A survey of 100 pharmacy visitors of the Leningrad region was also conducted, on the basis of which their attitude to treatment based on herbal preparations and the most convenient form of their use were revealed. The aspect of legal regulation in the field of phytotherapy is considered.

Keywords: phytotherapy, medicine, disease, treatment, herbal preparations, synthetic preparations, organism.

Термин «фитотерапия» впервые был использован французским врачом Анри Леклером в начале XX века. Он подразумевает, что в этой форме медицины используются только травы. В русском языке зачастую термин «фитотерапия» заменяется на «траволечение». На практике фитотерапия описывается как лекарство, изготавливаемое из растительных компонентов, таких как цветы, кора деревьев, травы, корни и тому подобное.

Медицина едина, поэтому фитотерапию не отделяют от традиционных синтетических препаратов для лечения. Однако, можно предположить, что в будущем траволечение и традиционная медицина могут быть разграничены, ведь последняя использует синтетические химические версии натуральных ингредиентов для борьбы с болезнями, что фитотерапия может заменить лечением с использованием исключительно натуральных компонентов, именно это и является её главной особенностью, ведь не для кого не секрет — натуральное всегда лучше химии.

В составе препаратов, изготовленных на растительной основе, сочетается и производит благотворный эффект на организм множество натуральных ингредиентов. Учёными доказана высокая эффективность воздействия трав, которая, в свою очередь, обусловлена различными факторами. К примеру, такими факторами являются: климат, почва — одним словом, состояние окружающей среды, в которой росло растение. Также немаловажным является то, когда и каким образом было собрано и обработано то или иное растение.

Рассмотрим активные вещества, содержащиеся в растениях, которые необходимы для оказания лечебного действия. Таковыми являются:

1. Эфирные масла;
2. Слизь;
3. Фланвоиды;
4. Алкалоиды;
5. Танины.

Разберем подробнее каждое активное вещество.

Во-первых, в растениях содержатся эфирные масла. Они имеют специфические для каждого растительного компонента запахи. В медицине выделяют ассоциативный и рефлекторный механизмы

восприятия запахов. Рефлекторный является более важным, так как при нём запах воздействует на рецепторы в биологически активных точках носовой раковины, которые связаны с участками головного мозга, регулирующими ритм дыхания, кровяное давление, частоту сердечных сокращений и т.д. Таким образом, при рефлекторном механизме идет воздействие не только на органы обоняния. При ассоциативном механизме происходит влияние исключительно на психоэмоциональное состояние человека. Синтетические вещества проигрывают натуральным, так как воздействуют лишь ассоциативно, а натуральные — рефлекторно [3].

Во-вторых, слизь как активный компонент оказывает успокаивающее действие и используется, например, в лекарственных препаратах для горла, кишечника и т.п., то есть для слизистых оболочек, нуждающихся в снятии раздражения.

В-третьих, существуют флавоноиды, нейтрализующие свободные радикалы. Они помогают в укреплении стенок сосудов, снятии различных воспалений, улучшении показателей жирового обмена.

В-четвертых, алкалоиды. Данное активное вещество стоит использовать лишь в малых дозах, ведь при выполнении данного условия, они будут оказывать лечебное действие. В противном случае — они ядовиты. При правильном использовании алкалоиды способны улучшить работу головного мозга, возбудить нервную систему.

В-пятых, эффективным активным компонентом являются танины, которые помогают при заживлении ран и слизистых оболочек. Обладают антисептическими свойствами. Танины содержатся в виноградных косточках, семенах, гранате, чайных листьях, грецких орехах и т.д.

Несмотря на целебные свойства фитотерапии, не стоит забывать, что она может оказать и негативное влияние на организм при неграмотном подходе к лечению. Она не является априори безвредной, как думает большинство людей. Натуральность не доказывает безопасность фитотерапии. Всегда следует не заниматься самолечением и применять те или иные методы лечения в рекомендуемых дозах и под контролем лечащего врача. Из-за незнания и «любительского» отношения людей к лечению, бывают случаи, когда больные употребляют ядовитые лекарственные растения. Таким образом, необходим серьезный подход к лечению, даже если оно происходит с употреблением исключительно натуральных веществ, ведь они, как и синтетические, способны оказать токсичное воздействие на организм [2].

У растительных лекарственных препаратов есть свои преимущества, а также недостатки.

Преимущества использования трав включают в себя:

1. Натуральный и экологичный способ лечения;
 2. Оказывает общеукрепляющее и иммуномодулирующее действие;
 3. Длительное применение не причиняет ущерб самочувствию;
 4. Имеет мягкое воздействие и не вызывает зависимость, в отличие от фармакологических препаратов;
 5. Снижение риска побочных эффектов;
 6. Эффективность при хронических заболеваниях;
 7. Более низкую стоимость и широкую доступность.
- К недостаткам растительных лекарственных средств относятся:
9. Отсутствие возможности вылечить все болезни;
 10. Отсутствие инструкций по дозировке, так как в разных случаях она может быть разной;
 11. Некоторые растения не сочетаются с фармацевтическими препаратами;
 12. Использование без предварительной консультации врача может усугубить состояние пациента;
 13. Может причинить тяжкий ущерб здоровью, существует риск отравления.

Для того чтобы определить роль фитотерапии в жизни граждан был проведён опрос среди посетителей аптек Ленинградской области, в котором 100 респондентам предлагалось ответить на два вопроса, а именно (см. Рис. 1, Рис. 2):

1. В чём Вы видите будущее медицины? (см. Рис. 1)
 - a. В сочетании препаратов растительного и синтетического происхождения
 - b. В препаратах растительного происхождения
 - c. В синтетических препаратах
2. Какие лекарственные формы Вы предпочитаете? (см. Рис. 2)
 - a. Настой
 - b. Отвар
 - c. Чай
 - d. Настойка
 - e. Жидкий экстракт
 - f. Другие

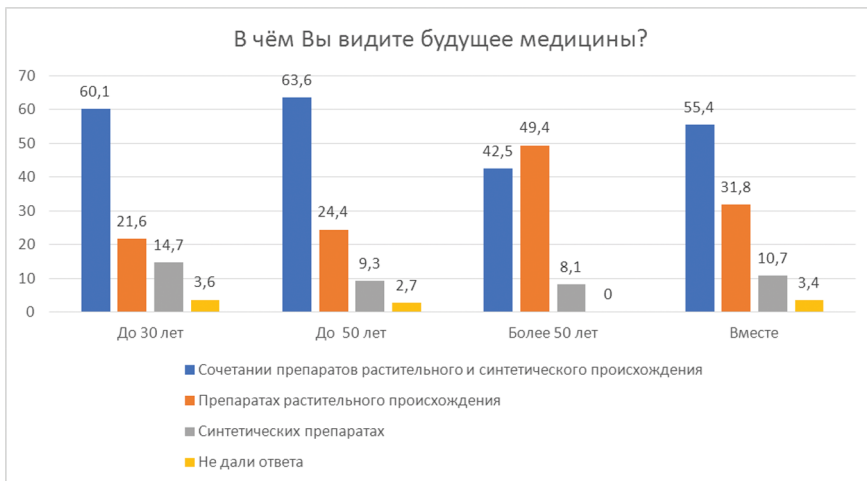


Рис. 1. Вопрос: «В чём Вы видите будущее медицины?»

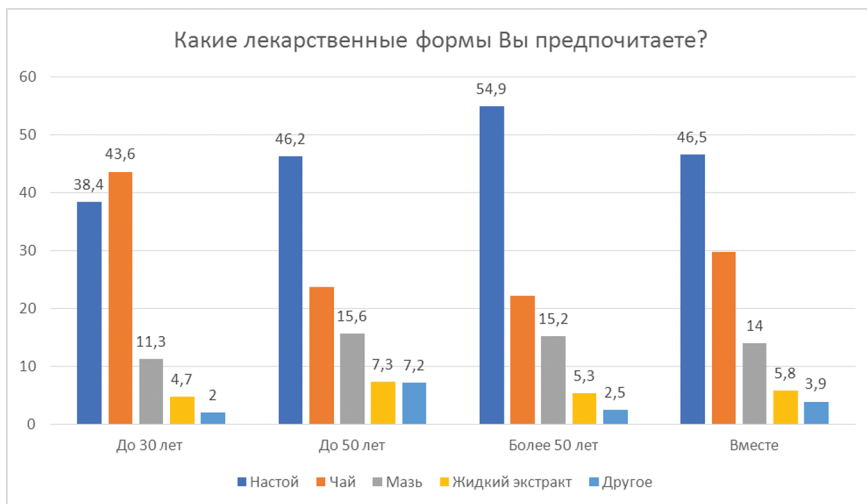


Рис. 2. Вопрос: «Какие лекарственные формы Вы предпочитаете?»

В результате исследования большая часть опрошенных, а именно 55,4%, видят перспективу медицины в комбинации препаратов растительного и синтетического происхождения. Это обеспечит комплексное воздействие на организм при лечении различных заболеваний.

По результатам ответов 100 респондентов на второй вопрос была выявлена наиболее предпочтительная лекарственная форма — настой (46,5%). А наименее предпочтительной формой оказался жидкий экстракт (5,8%).

Проведенное исследование может оказать практическую помощь фирмам в сфере фармакологии при выборе компонентов и формы изготовления лекарственных препаратов.

В Российской Федерации в соответствии с приказом: № 238 МЗ РФ — 2003 года и методическими рекомендациями «Применение методов фитотерапии в практическом здравоохранении» МЗ РФ от 1999 г., а также приказом МЗ РФ № 139 от 04.04.2003 г. «Об утверждении инструкции по внедрению оздоровительных технологий в деятельности образовательных учреждений» фитотерапия выступает как неотъемлемая часть традиционной медицины. Она может применяться самостоятельно и без рецепта врача [1].

Существуют различные этапы заболевания, при которых фитотерапия имеет свои особенности и показания:

1. Начальная стадия. Фитотерапия на данной стадии является эффективным методом лечения, так как она оказывает мягкое воздействие на организм.
2. Стадия выраженных проявлений болезни. На данной стадии фитотерапия не может выступать как самостоятельным, основным методом лечения, а является лишь поддерживающим методом, направленным на повышение защитных сил организма и усиление лекарственного эффекта.
3. Этап выздоровления. Данный этап обусловлен тем, что фитотерапия снова является основным методом лечения, преимущественно при хронических заболеваниях, так как время применения растительных препаратов не ограничено, а также они хорошо комбинируемы с синтетическими препаратами.

Таким образом, резюмируя, можно сказать, что на сегодняшний день фитотерапия является актуальным методом лечения, применяется в медицине, а также имеет правовое подкрепление [5]. Её явным преимуществом, в сравнении с синтетическими препаратами, явля-

ется натуральность, что несомненно лучше сказывается на организм человека, поскольку фитотерапия малотоксична, хорошо переносима и не вызывает привыкания [4].

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ РЕСУРСОВ

1. «Применение методов фитотерапии в практическом здравоохранении» МЗ РФ; «Об утверждении инструкции по внедрению оздоровительных технологий в деятельности образовательных учреждений» МЗ РФ [Электронный ресурс] <https://minzdrav.gov.ru> Текст: электронный.
2. Применение растительных средств при заболеваниях желудочно-кишечного тракта: учебное пособие / В.М. Минович, Е.Г. Привалова, С.А. Петухова. — ФГБОУ ВО ИГМУ Минздрава РФ, кафедра фармакогнозии и фармацевтической технологии. — Иркутск: ИГМУ, 2020. — 139 с.
3. Фитотерапия в амбулаторно-поликлинической практике: уч. пособие для студентов / Сост.: А. Я. Крюкова, Н. В. Кудашкина, К. А. Пупыкина, Г. М. Сахаутдинова, Р. С. Низамутдинова, С. Р. Хасанова, Л. С. Тувалева, О. А. Курамшина, Р. Г. Фархутдинов, Ю. А. Кофанова, Л. В. Габбасова; под ред. проф. А.Я. Крюковой. — Уфа: Изд-во ГБОУ ВПО БГМУ Минздрава России, 2012. — 115с.
4. Shchulkin A.V. Modern approaches to acute bronchitis pharmacotherapy. // Benefits of herbal medicine. RMJ. Medical Review. 2019; 5:30–34
5. Comparative legal analysis of health systems in the Russian Federation and Switzerland / Yu. S. Gusakova, A. V. Krotov, A. V. Kuzmina [et al.] // Revista Gênero e Direito. — 2020. — Vol. 9. — No 4. — P. 947-954

УДК 796:159.9

Сергей Владимирович Краузе¹, Татьяна Геннадьевна Сиурдаки²

^{1,2}Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого

Частная психологическая практика²

krausergey@gmail.com¹

tatiana-siourdaki@yandex.com²

ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ АДВОКАТОВ

Аннотация: в настоящее время часто возникают вопросы предотвращения эмоционального выгорания представителей адвокатуры. Данная проблема выгорания носит серьезный психологический характер, связана с особенностями работы юриста, который дает консультации по правовым вопросам. Рекомендуется в качестве одной из мер профилактики и лечения активный отдых, включая занятия физической культурой и спортом.

Ключевые слова: адвокатская деятельность, синдром выгорания, вторичный травматичный стресс, физическая культура, профилактические мероприятия, здоровый образ жизни

Sergey V. Krause¹, Tatiana G. Siourdaki²

^{1,2}Peter the Great St.Petersburg Polytechnic University

private psychological practice²

krausergey@gmail.com¹

tatiana-siourdaki@yandex.com²

THE SIGNIFICANCE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT TO PREVENTION EMOTIONAL BURNOUT OF ATTORNEY

Annotation: at present, questions of preventing emotional burnout of representatives of the legal profession often arise. This problem of burnout is of a serious psychological nature, associated with the peculiarities of the work of a lawyer who gives advice on legal issues. Active rest, including physical culture and sports, is recommended as one of the preventive and treatment measures.

Keywords: advocacy, burnout syndrome, Secondary Traumatic Stress, physical culture, preventive measures, healthy lifestyle

В последние годы в юридическом сообществе достаточно часто возникают вопросы эмоционального выгорания представителей юридической профессии, способов его предотвращения и преодоления. Достаточно остро стоит проблема профессионального выгорания адвокатов, деятельность которых существенно отличается от работы, например, юрисконсультов или нотариусов. Одним из факторов, влияющим на выгорание справедливо называют трудоголизм [7], но дело не только в нем. В своей деятельности адвокат постоянно взаимодействует с людьми, оказывая физическим лицам и представителям юридических лиц различные виды юридической помощи. Нельзя не отметить, что, занимаясь консультированием, подготовкой правовых документов, судебным представительством адвокат погружается в проблему доверителя, рассматривает поставленные перед ним вопросы с позиции интересов представляемого лица. При этом адвокат обязан помнить о том, что закон во всех случаях выше воли доверителя, требование соблюдения положений законодательства не только нравственная обязанность, но и юридическая. Занимаясь консультированием доверителя, адвокат не является профессиональным психологом и в его непосредственные обязанности не входит оказание психологической помощи. В большинстве случаев профессиональной подготовки в этом направлении профессиональный юрист не имеет. Адвокату доводится слышать истории о различных травмирующих ситуациях, мысленно присоединяться к доверителю, вплоть до слияния с ним и его проблемами. При эмпатичной вовлеченности в отношении клиента, переживающего травматическое событие, велика вероятность переживания вторичного травматического стресса адвокатом. «Вторичный травматический стресс» (Secondary Traumatic Stress — STS) — это ситуация при которой адвокат сталкивается с чувствами доверителя, может возникать желание скорее помочь, если это не получается сделать, может возникнуть чувство бессилия и разочарование, что в свою очередь усилит воздействие вторичной травмы на адвоката [3].

Адвокат, не проживая травматическое события, а только получив представление о травматическом опыте доверителя, сам может испытывать те же симптомы, что и пострадавший. При вторичном травма-

тическом опыте эти последствия будут схожими, но интенсивность будет меньше. Американские исследователи стали активно изучать эту проблему после терактов, произошедших 11 сентября в 2001 году в Нью-Йорке (США) [12].

Часто за вторичным травматическим стрессом следует «синдром выгорания». Оба эти состояния имеют накопительный эффект и может проявляться схоже: в виде бессонницы, сложностях в коммуникации с окружающими, депрессивных эпизодах. Так же синдром эмоционального выгорания может быть следствием длительного хронического стресса на работе.

Синдром эмоционального выгорания (англ. burnout) был введен американским психиатром Г. Фрейденбергером (1974г) [11] как состояние нарастающего эмоционального, умственного истощения и физического утомления как результат стресса на рабочем месте. Истощение возникало вследствие резко завышенных требований к своим силам и ресурсам [4].

Выступая разновидностью профессиональной деформации, выгорание имеет свои причины объективного и субъективного характера. Применительно к работе адвоката одной из причин выступает необходимость постоянного общения с людьми, которые зачастую имеют серьезные юридические проблемы, в том числе те, которые принято называть «проблемами с законом». В этой связи достаточно часто выгорание наступает у адвокатов, которые занимаются уголовным правом и процессом, поскольку они зачастую сталкиваются на практике с последствиями девиантного поведения. Еще Ницше заметил в одной из своих работ: «Кто сражается с чудовищами, тому следует остерегаться, чтобы самому при этом не стать чудовищем. И если ты долго смотришь в бездну, то бездна тоже смотрит в тебя». На первый взгляд буквальный смысл первой фразы не применим к адвокатам, а подходит больше следователям, но представляется, что имелось в виду сражение не в смысле битвы с антагонистом. Необходимо отметить, что и следователи, и дознаватели порой склонны к той же самой профессиональной деформации, которая приводит к появлению феномена, получившего название «оборотни в погонах».

Применительно к адвокату выгорание может привести даже к двум противоположенным исходам. Адвокат, часто сопереживая гражданам в их проблемах, которые порой не имеют даже правового разрешения, проявляет излишнюю заботу, которую пытается на-

вязать свою помощь, давая рекомендации окружающим. Это может относиться и к людям, которые вовсе не нуждаются в этом. Другой крайностью может стать циничное отношение к людям, которое становится следствием эмоциональных перегрузок. В последнем случае процесс работы с доверителем может приобрести механический характер и поставить на грань исчезновения доверительный характер адвокатской деятельности.

У синдрома эмоционального выгорания множество последствий. На социальном уровне качество работы ухудшается, работа становится неинтересной, пропадает творческий подход, конфликтов становится больше. В личной жизни от эмоциональной усталости на работе может возникать желание уединиться дома, что может так же провоцировать конфликты и снижать качество взаимодействия с членами семьи. Ну и конечно происходит огромное влияние на соматическое и психическое здоровье человека [2]: повышается риск развития ишемической болезни сердца, развитие депрессии, тревожного расстройства, бессонницы, вплоть до суицидального поведения.

Главным и первым шагом в лечении и профилактике синдрома эмоционального выгорания является осознание проблемы и желание ее решения и принятия ответственности за свою профессиональную и личную жизнь [9]. При лечении необходимо обратиться к профессиональному психологу или психотерапевту. Для профилактики на начальных стадиях синдрома желателен отдых, полное отвлечение от работы.

Профилактическими мероприятиями для адвокатов может быть:

- Возможность регулярного отдыха и четкое распределение рабочего времени и времени для отдыха. Огромную важность играет качественный отдых, возможность «отключения» от дел доверителей дома после рабочего дня, заполнение вечеров и выходных домашней рутиной и отдыхом.
- Возможность регулярно заниматься спортом, хотя бы через день по 30-40 мин. Физические упражнения — это возможность справляться со стрессом, способ выхода негативных эмоций. Важно найти тот способ физической активности, который подойдет конкретно ему и будет приносить удовольствие. Это может быть пробежка, прогулка в парке, плавание, катание на велосипеде, роликах, коньках и многое другое.

- Конечно огромное значение при профилактике стресса имеет здоровый продолжительный сон. Количество сна должно быть подходящим, чтобы дать возможность почувствовать себя отдохнувшим и энергичным. Нехватка или переизбыток сна нежелательны. При сложностях с засыпанием, продолжительностью сна, частыми пробуждениями важно знание и применение гигиены сна.
- Важен тайм-менеджмент адвокатской деятельности — учитывание важности, приоритетов, срочности дел. Организация рабочего пространства — наличие коротких частых перерывов, забота о своем питании, нельзя уходить в рабочий процесс игнорируя перерывы на прием пищи. Рекомендуются небольшие физические упражнения, особенно при долгой работе с документацией.
- Умение делегировать ответственность, реалистично оценивать свои силы и возможности, отсутствие перфекционизма и желания все сделать идеально и самому.
- Интересные увлечения и хобби (спорт, прогулки на природе, культурная жизнь) помогают переключиться с рабочих процессов, помогают снять напряжение и ощутить вкус к жизни [8].

В период эмоционального выгорания у адвокатов может наблюдаться отсутствие заботы о себе и своем теле. Поэтому ключевой целью для профилактики профессионального выгорания является целенаправленная осознанная забота о своем физическом состоянии и здоровье. Необходимы регулярные занятия спортом и ведение здорового образа жизни. Ряд исследователей полагают, что под здоровым образом жизни следует понимать «жизнеутверждающий процесс творческого преобразования личности и среды ее функционирования» [5, 13]. В современных реалиях это становится очень важным для адвокатов, поскольку нравственность является одним из важнейших начал профессии, а по мнению ученых здоровый образ жизни и нравственность «представляются неразделимыми» [6]. На снижение уровня стресса влияет возможность заботы о себе и своих потребностях, получение удовольствия и умение отвлекаться от сложностей и переживаний на работе.

Несмотря на то, что многие адвокаты привыкли работать индивидуально, нельзя недооценивать влияние коллектива, возможность

общения с коллегами, участия в групповой работе, чувство общности и единства. Одним из лучших вариантов общения вне рабочих процессов могут стать командные виды спорта. Например, совместное участие в марафонах, спуск на байдарках или кроссфит помогут сплочению и созданию дружеской атмосферы, позволят насладиться процессом тренировок, ощущением себя частью команды, удовольствием и удовлетворением от взаимодействия.

Непосредственное участие в дружеских соревнованиях или возможность быть болельщиком спортивной команды коллег по футболу, теннису, баскетболу, волейболу помогает легче проявлять свои эмоции, поддерживать и переживать друг за друга, оказывать помощь (не правовую!), лучше узнать коллег и повысить взаимное доверие.

В целом спорт снижает уровень тревожности и является хорошим способом быстро успокоиться [9]. При длительном нахождении за компьютером мозг теряет способность к нейропластичности, как следствие внимание, память и креативность ухудшаются. Нейропластичность можно тренировать в том числе и физическими упражнениями, которые будут направлены на координацию движений, тактику в игре, будут давать необходимую нагрузку и станут мотивацией для улучшения своих навыков.

Ну и последняя, но не по значимости, составляющая здоровья — это хорошее настроение. Физическая культура способствует выработке эндорфинов (гормонов счастья). Чтобы началась выработка гормонов нагрузка должна быть выше средней, тогда настроение начнет улучшаться, работоспособность повышается, а задачи выполняются быстрее, качественнее и легче [1].

Как говорил Альберт Эйнштейн «Жизнь — как вождение велосипеда. Чтобы сохранить равновесие, ты должен двигаться».

В настоящее время адвокатские палаты различных регионов проводят различные спортивные мероприятия как ad hoc, так и на регулярной основе. Первоначально «адвокатскими» видами спорта считались шахматы и русский бильярд. Впоследствии, благодаря работе советов молодых адвокатов, стали проводиться межрегиональные спартакиады и иные соревнования по различным видам спорта. Результаты не заставили себя ждать, популярность таких мероприятий возросла, что стало прекрасной пропагандой здорового образа жизни.

При адвокатских палатах появились спортивные клубы, например, Беговой клуб при Адвокатской палате Санкт-Петербурга. Особое место по описанным выше причинам могут занять командные виды спорта. Широко развит адвокатский футбол, по которому регулярно проводятся общероссийские чемпионаты, часто проводятся палатами межрегиональные волейбольные турниры. Сравнительно новым направлением является парусный спорт, в котором участвуют не только одиночные адвокаты, но и целые команды от регионов или адвокатских образований. Адвокатская палата Республики Карелия с 2020 года проводит регату на кубок президента палаты. Поддерживает эти мероприятия и Федеральная палата адвокатов. Можно отметить как положительное начинание решение совета Адвокатской палаты Санкт-Петербурга о проведении Регаты адвокатов «Белые ночи» в акватории Невы с приглашением представителей других региональных палат [10]. Надеемся, что данное соревнование станет регулярным, а занятия парусным спортом со временем станут хорошей традиций адвокатского сообщества.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ:

1. Антонова, А. А. Влияние спорта на психоэмоциональное состояние человека / А. А. Антонова, Г. В. Сытник // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 110-118.
2. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика, 2-е изд: Питер; Спб.; 2008 — стр. 9
3. Ильина И.Г., Соловейчик М.Я. (ред.) Методические материалы по работе с вторичной травмой // Конфликт и травма. Вып.1 Актуальные вопросы оказания помощи при травматических и посттравматических стрессовых расстройствах. СПб., 2002.
4. Козина Н.В., Чутко Л.С. Синдром эмоционального выгорания. Клинические и психологические аспекты. М.; МЕДпресс-информ, 2013. — стр. 256
5. Новиков А.Б., Рагозина Н.А. Здоровый образ жизни личности: правовое понимание, регулирование, реализация // Ученые записки юридического факультета № 3, 2021 — стр. 36-38
6. Рагозина Н.А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека // Материалы Международной научно-практической конференции: Со-

циальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех. Москва 2022 г. стр. 176-178

7. Скабелина Л.А. Система психологических навыков адвоката // Материалы конференции Психологические особенности участников уголовного процесса. Москва, 01–30 ноября 2017 года, стр. 91-95
8. Скабелина Л.А. Подготовьте раздаваемое! // Российский адвокат. № 1, 2021 — стр. 14-16.
9. Сытник, Г.В. Особенности психологических кризисов и способы их преодоления спортсменами различных специализаций / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, В. В. Андреев, И. А. Воронов. — Санкт-Петербург : Издательский центр АГСПА, 2022. — 216 с. — ISBN 978-5-00166-643-1.
10. Федеральная палата адвокатов: сайт. — 2022 — URL: <https://fparf.ru/news/law-chambers/advokaty-podnimayut-parusa/>
11. Фрейденбергер Г. Выгорание: высокая цена высоких достижений. 1980. Издательство: Anchor Press, 1st ed., Anchor Press ed edition
12. Christopher M. Layne, Jared S. Warren, William R. Saltzman, John B. Fulton, Alan M. Steinberg, Robert S. Pynoos. Psychological Effects of Catastrophic Disasters Edition 1st Edition First Published 2006 Imprint Routledge Pages 52
13. Comparative legal analysis of health systems in the Russian Federation and Switzerland / Yu. S. Gusakova, A. V. Krotov, A. V. Kuzmina [et al.] // Revista Gênero e Direito. — 2020. — Vol. 9. — No 4. — P. 947-954

УДК 796.011.1

Григорий Андреевич Локтионов

Комсомольский-на-Амуре государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия
loktionovgrigoriy@mail.ru

Научный руководитель: Александр Михайлович Заплутаев
Комсомольский-на-Амуре государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия

РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Аннотация. В статье раскрывается сущность развития личности человека через занятия физической культурой, а также акцентируется внимание на основных человеческих ценностях и задачах, которые решает физическая культура через использование различных приёмов. Представлен собственный опыт изучения развития современной многогранной личности и определено влияние занятий физической культурой на личность человека.

Ключевые слова: личность, развитие, физическая культура, ценности

Grigoriy A. Loktionov

Komsomolsk-na-Amure State University,
Komsomolsk-na-Amure, Russia
loktionovgrigoriy@mail.ru

Scientific director: Aleksander M. Zaplutaev
Komsomolsk-na-Amure State University,
Komsomolsk-na-Amure, Russia

PERSONAL DEVELOPMENT THROUGH THE PRISM OF PHYSICAL CULTURE

Annotation. The article reveals the essence of the development of a person's personality through physical culture, and also focuses on the basic human values and tasks that physical culture solves through the use of various techniques. The author presents his own experience of studying the development of a modern multifaceted

personality and determines the influence of physical education on a person's personality.

Keywords: personality, development, physical culture, values

Одной из приоритетных задач современного общества является воспитание здорового, духовно-нравственного человека, как носителя суверенитета, базового трудового ресурса экономического развития Российского государства [1], о чём напрямую указывается в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ [2].

Человек созревает как личность вследствие своей жизнедеятельности, которая включает в себя труд, учёбу, коммуникацию с людьми и прочее. Одним из важных элементов в концепции общечеловеческих ценностей является здоровье и физическая подготовка [6,7,8].

Физическая культура — часть общей культуры общества, одна из областей социальной деятельности, которая способствует формированию физических возможностей, увеличению жизнеспособности человека, его способности быстро ориентироваться в меняющихся условиях. Она оказывает воздействие на повышение социальной и трудовой активности человека, что впоследствии помогает более продуктивно взаимодействовать с окружающим миром. А это, в свою очередь, развивает будущего специалиста как личность, внося вклад в культурное и нравственное развитие, формирует мировоззрение и гражданскую позицию, что помогает лучше адаптироваться в будущем, прорабатывая свои цели на ценностном уровне, ведь ценности — фундамент жизни современного человека, который позволяет управлять своим развитием, окружением, имиджем и другими важными составляющими.

Также, важной задачей, которую решает физическая культура, является обеспечение подготовленности каждого отдельного члена общества к плодотворной и планомерной трудовой и иным видам деятельности.

Например, физическое воспитание с помощью игр или каких-либо соревнований помогает вырабатывать силу воли, дисциплинированность, тягу к новым свершениям, способность эффективно действовать в условиях ограниченного времени, лидерские качества. Большие физические нагрузки способствуют выработке выносли-

вости, стойкости, выдержки и целеустремлённости. Длительные нагрузки позволяют выработать стрессоустойчивость, что особо важно в быстро меняющихся условиях современного мира, а также они увеличивают внимательность вместе с развитием зрительной и машинальной памяти, что благотворно сказывается на способностях человека, ведь мы живём в информационном обществе, когда особенно важно не теряться в непривычных и сложных задачах.

Немаловажно, что многие люди занимаются спортом, чтобы поддерживать красоту своего тела — нравиться себе, придерживаясь определённых взглядов и идеалов. Это очень важный аспект, ведь именно он оказывает непосредственное влияние на формирование вкусов, взглядов каждой отдельно взятой личности. При этом человек выстраивает для себя определённые цели и планомерно старается достичь их, что важно и в других сферах жизни. Если человек может ставить цели и находить оптимальные пути для их достижения, то он будет более эффективен, чем другие, кто не имеет чёткого плана.

Немаловажно, что человек, поддерживающий свою физическую форму, формирует свой личный бренд, то есть представление окружающих о себе, то, что они думают и представляют об этом человеке. Важно, чтобы цель была подкреплена поведением и внешними характеристиками. Личный бренд состоит из нескольких «слоев», которые помогают разобраться с его формированием. Самый верхний уровень личного бренда — атрибуты, физические и функциональные характеристики. Сильные и слабые стороны личности.

Второй уровень — преимущества. Какая выгода для человека от сформированного личного бренда? Какие преимущества можно получить, развивая и работая над личным брендом.

Третий уровень — ценности. Какие ценности наиболее сильны в рамках этой цели? (жизнь, здоровье, семья, развитие, комфорт и так далее).

Четвёртый уровень — индивидуальность. Как субъект транслирует свой бренд, через внешний образ? Как выглядит в глазах других? Какой он в глазах других?

Пятый уровень — основная суть бренда. В чем его уникальность? Чем человек может быть полезен для других? Его миссия.

На основе этих уровней человек может четко для себя определить, на каких базисах строить свой личный бренд, как в социальных сетях, так и среди своего окружения.

Личный бренд сугубо важен в современном мире, когда личность находится в рамках определённого сообщества, а значит то, как она позиционирует себя в мир, то какой портрет транслирует через себя показывает её ценности через человека.

Также, если человек занимается спортом, следит за своим здоровьем и физическим состоянием, вокруг него складывается социально значимое окружение сподвижников — людей, которые разделяют его взгляды, в свою очередь, поддерживая и мотивируя своими успехами на новые свершения. Вследствие чего, индивид координирует свои действия в соответствии с тенденциями, которые задало окружение. Более правильно и планомерно идёт к достижению поставленной цели, а значит быстрее получает нужный результат, что поднимает самооценку и желание двигаться дальше.

Таким образом, физическая культура выступает в роли инструмента, который способствует всестороннему развитию человека как личности, поднимает эффективность собственных действий, помогает правильно формировать, наметить стратегию по достижению и реализации своей цели, позволяет сформировать личный бренд, который впоследствии даёт дополнительные социально-активные связи и статус, что способствует укреплению человека в обществе, поднимает самооценку и уверенность в себе. Именно поэтому в современном мире проходит множество фестивалей, тренингов, спортивно-массовых мероприятий [13], которые направлены на развитие физической составляющей человека, а значит и общества в целом. Ведь здоровое и физически развитое общество, в частности случаев, гарантирует работоспособное население, которое готово к труду, реализации намеченных целей и задач, экологичное по отношению друг к другу общение между субъектами коммуникации, повышенный коэффициент счастья и ведение здорового образа жизни, что обуславливает успешность и равномерное развитие страны в целом.

Учитывая важность сохранения и преумножения здорового населения России Правительство Российской Федерации разработало ряд национальных проектов по оздоровлению нации. Так, соответствии со «Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года», утверждённой по распоряжению Правительства РФ от 24.11.2020 № 3081-р [4] и Государственной программой Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта», утверждённой по постановлению Правительства

РФ от 15.04.2014 г. № 302 [3], доля граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, к 2030 году должна достигнуть 70%, а среди обучающихся — 90%. Для достижения цели и решения задач Стратегии, а также с учетом национальных целей, определенных Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года» [4], сформированы следующие приоритетные направления развития: «...совершенствование системы поощрения лиц, выполнивших нормативы испытаний (тестов) на знаки отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО); внедрение соревновательных элементов в систему Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) [3,7, 8].

Следуя политике государства, очень важно изучать физическую культуру в образовательных организациях, пропагандировать и популяризировать здоровый образ жизни внутри семей, формировать активную жизненную позицию у молодежи [9], привлекать подростков к участию в спортивно-массовых мероприятиях: спартакиады, соревнования, первенства и массовая сдача комплекса ГТО и др. [5]. Физическая культура помогает выработать у подростка такие качества, как выносливость, стремление работать над собой, желание быть здоровым и воспитывать здоровое поколение, что способствует гармоничному физическому развитию личности, а также повышению умственной работоспособности, что очень важно в процессе напряженной учебы, подготовки и сдачи экзаменов [10,11,12].

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Государственная программа “Здоровая нация — здоровая Россия”: описание и особенности // <https://mirkultura.ru/gosudarstvennaya-programma-zdorovaya-natsiya-zdorovaya-rossiya-opisanie-i-osobennosti/> (дата обращения 15.04.2022)
2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (последняя редакция) // http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения 15.04.2022).
3. Государственная программа Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта», утвержденной по постановлению Правительства РФ от 15.04.2014 г. № 302 // <https://minsport.gov.ru/2019/doc/Gosudarstvennaya-programma.pdf> (дата обращения 15.04.2022)

4. Распоряжение Правительства РФ от 24.11.2020 № 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года» // <http://www.consultant.ru/law/hotdocs/66040.html/> (дата обращения 15.04.2022)
5. Ключевская, О. А. Социальное проектирование как административный метод вовлечения в занятия физической культурой и спортом / О. А. Ключевская, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта: Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 185-190.
6. Новиков, А. Б. О правовой концепции развития физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 год
7. Рагозина, Н. А. Евгеника и оздоровление нации: современные теоретические и правовые аспекты / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2021. — № 4. — С. 38-40.
8. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех: Материалы Международной научно-практической конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года. — Москва: Московский гуманитарный университет, 2022. — С. 172-176.
9. Рагозина, Н. А. Формирование активной жизненной позиции у студентов и противодействие коррупции в сфере спорта / Н. А. Рагозина // Физическая культура студентов : сборник материалов 70-й Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 09 июня 2021 года. — Санкт-Петербург: Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 2021. — С. 117-122. 9. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики

- впечатлений / Н. А. Рагозина // Экономика. Налоги. Право. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103.
10. Сытник, Г.В. Комплекс ГТО в формировании мотивации к занятиям физической культурой и здорового образа жизни у студентов вузов (к 90-летию комплекса ГТО) / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, Н. А. Рагозина, А. Б. Новиков // Спортивный психолог. — 2021. — № 3(60). — С. 4-8.
 11. Сытник, Г. В. Внедрение и реализация комплекса ГТО в образовательных учреждениях / Г. В. Сытник // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 104-105.
 12. Сытник, Г. В. Практико-ориентированный подход в привлечении студентов и сотрудников вузов в реализации комплекса ГТО / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание. — 2021. — № S3. — С. 116-121.
 13. Сытник, Г. В. Спортивно-массовые мероприятия как фактор оздоровления населения / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Ломоносовские чтения в Санкт-Петербурге. 310 лет М.В. Ломоносову : Тезисы Пятой научно-практической конференции, Санкт -Петербург, 24–26 ноября 2021 года / Санкт-Петербургский институт природопользования, промышленной безопасности и охраны окружающей среды. — Санкт -Петербург: Информационный издательский учебно-научный центр «Стратегия будущего», 2021. — С. 165-166.

УДК 612.39

Карина Вадимовна Мартынова

martynovyaregoodgmail.com

Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина

Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

ragozina777@bk.ru

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ — ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ

Аннотация. Лозунг «Здоровое питание — здоровье нации» в настоящее время стал крайне актуальным, так как страны стремятся повысить уровень жизни людей, а сами люди начинают задумываться о своем здоровье и внешнем виде все больше и больше. Здоровье человека в значительной степени зависит от его питания, которое влияет на функциональную активность внутренних органов и ферментативный статус организма. Пища должна соответствовать механизмам усвоения питательных веществ, конкретным климатическим условиям, традиционному образу деятельности и условиям жизни человека.

Ключевые слова: ЗОЖ, питание, органические продукты, биопродукты, здоровье, экомаркеты

Karina Vadimovna Martynova

martynovyaregoodgmail.com

St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

Scientific Director: Natalia Alexandrovna Ragozina

St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

ragozina777@bk.ru

HEALTHY FOOD — THE HEALTH OF THE NATION

Annotation. The slogan “Healthy nutrition — the health of the nation” has now become extremely relevant, as countries seek to improve the standard of living of people, and people themselves begin to think about their health and appearance more and more. Human health largely depends on its nutrition, which affects the functional activity of internal organs and the enzymatic status of the body. Food must be adapted

to the mechanisms of absorption of nutrients, specific climatic conditions, traditional activities and living conditions of a person.

Keywords: healthy lifestyle, nutrition, organic products, bioproducts, health, eco-markets

На протяжении многих лет люди стремились получать из продуктов питания именно те свойства, благодаря которым они чувствовали себя здоровыми, энергичными и сильными, защищало от различных заболеваний [1,4-7]. Например, витамин А, даже до его идентифицированной уже пользовался спросом для лечения ночной слепоты. Если обратиться к тому времени, когда связь между питанием и болезнями была доказано, то этот период приходится на 1910-ые — 1950-ые года, которые также часто называют золотым веком питания. В это время доказали и обосновали важность и ценность витаминов в питании, жирных кислот, аминокислот и некоторых неорганических элементов. В 50-х годах прошлого века была определена необходимость употреблять достаточное количество различных продуктов для обеспечения организма всеми необходимыми питательными веществами. Безусловно, каждый современный человек хотя бы раз задумывался о правильности своего питания, рациона. Каким же оно должно быть? Следует сначала разобраться с терминологией. Что же такое правильное питания? Это такое питание, которое обеспечивает рост, оптимальное развитие, полноценную жизнедеятельность, способствует укреплению здоровья и профилактике неинфекционных заболеваний, такие как диабет, болезни сердца, инсульт и рак. Чтобы возможно было составить себе здоровый рацион, следует обратиться к принципам здорового питания:

1. Баланс потребления и расхода энергии
2. Потребление фруктов и овощей ежедневно
3. Обязательное потребление жиров, которое составляет не более 30% от общей энергии
4. Употребление сахара менее 10% от общей потребляемой энергии ежедневно
5. Исключить употребление алкоголя
6. Ежедневное потребление воды в достаточном объеме

Конечно, это не все принципы правильного питания, но именно эти наиболее важные, так как являются основой («фундаментом») для построения и поддержания здорового организма.

Интересным вопросом в наше время становится вопрос о натуральности продуктов, продаваемых в магазинах. Сейчас можно заметить тенденцию развития органического питания, которое охватывает рынок все больше и больше. Что же такое органическое питание? Это такое питание, в производстве которого не задействованы синтетические вещества, искусственные добавки. Иначе такую продукцию ещё называют биопродуктами, и при её внедрении приводит к снижению урожайности, повышению времени изготовления и повышению цен. Мы можем проследить за тенденцией внедрения органической пищи в мире и сделать несколько выводов. Во-первых, производители позиционируют биопродукты, как правильное, здоровое питание. Далее можно сказать о том, что скорость распространения органической пищи во всем мире достаточно большая. В-третьих, это доверие потребителей, основанное на оценке качества. Ну и последнее, но не по значению, это перспективы развития биопродуктов на рынке не только нашей страны, но и всего мира.

Теперь следует обратиться к каждому из сделанных выводов. На данный момент существует множество дискуссий по поводу реальной пользы и лидерства органического питания. Ежегодно биопродукты проходят различные проверки, в ходе которых обосновывается влияние такой пищи на организм, а также на окружающую среду. Согласно анализу 12 научных исследований, нет свидетельств о влиянии данной продукции на здоровье человека. Более того, нет прямого доказательства о превосходстве органической пищи над произведенной традиционными методами. По анализу, проведенному в 2005 году Министерством сельского хозяйства США, было выявлено, что 29,5% из всех проверенных биопродуктов не содержали пестицидов, химических веществ, в 30% были найдены пестициды в количестве одного, а в 40% более одного [2].

Производство органической продукции растет и развивается из года в год. Динамика роста этой отрасли напрямую связана с увеличением спроса, а также с развитием пропаганды здорового образа жизни, а именно правильного питания. Производство органических продуктов с 1999 года до 2016 года выросло в 6 раз и продолжает развиваться далее. Уже в 2018 году мировое производство биопродуктов

дуктов достигло 90 млрд евро. Наиболее развитыми государствами в этой отрасли стали США, Германия, Франция и Китай [2]. Говоря о спросе на органические продукты, стоит заметить, что он находится в прямой зависимости от предложения на рынке товаров. Во всех регионах в сетевых магазинах предоставляется продукция, которая позиционируется в качестве органической, однако далеко не вся из предложенной в действительности натуральна. По Федеральному закону от 03.08.2018 № 280-ФЗ производство органической продукции должно быть обособленно от иного, запрещено применение химических веществ и многое другое, также в обязательном порядке у товаров, принадлежащих к этой категории, должна быть маркировка. В соответствии со всем вышеперечисленным многая продукция, хоть и предлагается органической, не является такой [3]. Здесь следовало бы привести пример: на рынке Санкт-Петербурга представлено большое количество фирм, позиционирующих себя как производители биопродуктов, хотя единственной компанией, которая действительно работает по принципам Organic, является экоферма «Алеховщина», располагающаяся в Лодейном поле Ленинградской области. Говоря о спросе, также стоит проследить тенденцию развития и роста интереса людей к органическим продуктам. Всероссийским центром изучения общественного мнения был проведен опрос среди людей всех возрастных категорий и представителей разных полов на тему здорового питания, в котором также были задействованы вопросы, относящиеся к теме биопродуктов. На основе этого были сделаны следующие выводы: 6% из всех опрошенных при покупке тех или иных продуктов опираются на наличие маркировки «ЭКО» или «Органический» (рис.1); 51% из одинаковых продуктов при прочих равных условиях выбрали бы с пометкой «ЭКО» или «Органический» (рис.2); большая часть опрошенных уверены в том, что органические продукты наиболее полезны для организма (рис.3).

Третьим и важным вопросом становится вопрос о доверии потребителей компаниям, производящим биопродукты. С развитием пропаганды здорового образа жизни, а также защиты экологии у людей появился повышенный интерес к изучению данной тематики, а также желание следовать этим нововведенным принципам. Сейчас, многие известные личности, блогеры, врачи и писатели продвигают в массы пользу и значимость органического питания, что вызывает в людях доверие к данным продуктам. Ранее уже было отмечено, что не все

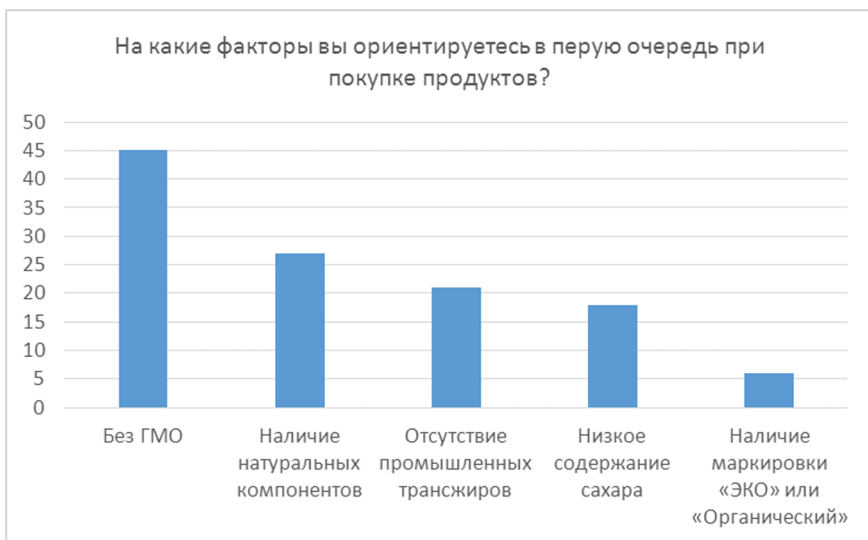


Рис.1. Статистические данные: “На какие данные ориентируются покупатели при выборе продуктов?”



Рис.2. Статистические данные: “Какой товар выберут потребители при прочих равных условиях, если один из них будет с пометкой «ЭКО»?”



Рис.3. Статистические данные: “С каким из предложенных утверждений потребители согласны, а с каким нет?”

продукты с маркировкой «ЭКО» действительно относятся к биопродуктом, поэтому доверие потребителей по большей части зависит от маркетинга и внушения. Чтобы точно разбираться в тех товарах, которые приобретаются, людям стоит читать составы на всех упаковках, а также прослеживать официальную информацию в источниках.

Если мы говорим о перспективах развития то, несомненно, рынок органического питания развивается с не умалительной скоростью, что доказывают ранее приведенные данные. Также сейчас можно заметить, что появляются рестораны и кафе правильного питания, где готовят блюда исключительно из органических продуктов. В странах Европы и в США экомаркеты развиты достаточно хорошо в сравнении с Россией. Несомненно, это зависит от более раннего появления этой отрасли на рынке, более тщательных проверок товаров, поступающих в продажу, а также от спроса людей, который с каждым го-

дом увеличивается в несколько раз. Если мы говорим о России, то, конечно, биопродукты и их предложение также быстро развивается, открываются новые фермы, гипермаркеты, реклама побуждает людей задумываться о том, что они потребляют, и делать выбор в пользу натуральных продуктов.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Логачева, Д. А. Сбережение нации: концепция Солженицына и её современное понимание / Д. А. Логачева, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта: Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 151-154.
2. Новиков, А. Б. Право и экономика в сфере спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Право и современная экономика: новые вызовы и перспективы : Сборник материалов II научно-практической конференции с международным участием юридического факультета СПбГЭУ, Санкт-Петербург, 09 апреля 2019 года / Под научной редакцией Н.А. Крайновой. — Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный экономический университет, 2019. — С. 87-88.
3. Новиков, А. Б. Конституционно-правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Спорт, человек, здоровье : Материалы X Международного Конгресса, посвященного 125-летию со дня создания НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 08–10 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2021. — С. 351-354.
4. Рагозина, Н. А. Евгеника и оздоровление нации: современные теоретические и правовые аспекты / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2021. — № 4. — С. 38-40.
5. Рагозина, Н. А. О балансе здорового духа и здорового тела / Н. А. Рагозина // Спорт, человек, здоровье : Материалы X Международного Конгресса, посвященного 125-летию со дня создания НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 08–10 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: Фе-

деральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2021. — С. 360-362.

6. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех : Материалы Международной научно-практической конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года. — Москва: Московский гуман, 2022. — С. 172-176.
7. Рагозина, Н. А. Об оздоровлении нации и сбережении народа / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2022. — № 1. — С. 31-33.

УДК 796

Полина Сергеевна Мошарова

Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия
polina.anisimova2001@list.ru

Научный руководитель: Али Княз оглы Намазов
Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия, kuem@list.ru

ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА ДЕПРЕССИВНЫЕ СОСТОЯНИЯ

Аннотация. В статье рассмотрена значимость отслеживания собственного психического состояния для преждевременной диагностики депрессивных эпизодов и борьбы с ними без доведения до клинического случая. Актуальность исследования подтверждается активной борьбой ВОЗ с депрессией, как одной из главных причин смертности молодёжи. В работе использовались: эмпирический метод исследования и корреляционный анализ. Исследование показало взаимосвязь гормонов и психики человека. Рассмотрены нейромедиаторы, выделяющиеся в организме человека при занятиях физической активностью. Выявлена положительная терапевтическая значимость спорта при борьбе с депрессивными эпизодами.

Ключевые слова: депрессия, гормоны, спортивная активность, эмоции, терапия, диагностика.

Polina S. Mosharova

St. Petersburg Branch of the Financial University, Saint Petersburg, Russia
polina.anisimova2001@list.ru

Scientific director: Ali Knyaz ogly Namazov
St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia,
kuem@list.ru

THERAPEUTIC EFFECT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ON DEPRESSIVE STATES

Abstract. The article considers the importance of tracking one's own mental state for the premature diagnosis of depressive episodes and dealing with them without

bringing them to a clinical case. The relevance of the study is confirmed by the WHO's active fight against depression as one of the main causes of youth mortality. The empirical research method and correlation analysis were used in the work. The study showed the relationship between hormones and the human psyche. Neurotransmitters released in the human body during physical activity are considered. The positive therapeutic significance of sports in the fight against depressive episodes was revealed.

Keywords: depression, hormones, sports activity, emotions, therapy, diagnostics.

Депрессивные состояния встречаются у четверти населения нашей страны. Следует ли говорить об актуальности данной проблемы, если ВОЗ считает депрессию приоритетным заболеванием в рамках программы по ликвидации пробелов психического здоровья? Депрессии связывают с низким уровнем эмоционального интеллекта и низким уровнем физического здоровья. Так как в первом случае человек не способен противостоять негативным эмоциям и склонен концентрироваться не на проблемной ситуации, а на своей бесполезности. А во втором случае человек, получив новость о плохом состоянии физического здоровья, начинает переживать за будущее, слишком тщательно анализирует упущенные возможности, заставляет мозг думать о любой незначительной проблеме через призму негативных эмоций [11].

Статистика, которая ведётся лишь по количеству обратившихся за помощью специалистов, недостаточна, так как многие молодые люди в возрасте от 15 до 35 лет не склонны признавать проблему до того, пока не оказываются в состоянии безысходности. Плохое настроение — это не главный признак депрессии. В депрессивных состояниях плохое настроение является перманентным, человек не испытывает желания быть социально активным, посещать занятия, выполнять рутинные задачи. В период такого расстройства люди склонны отказываться от выхода из дома, они чувствуют упадок сил, снижение концентрации, повседневные заботы кажутся непосильными, люди испытывают перманентное чувство вины, снижение самооценки и чувства собственной нужности для окружающих. Депрессивные эпизоды не краткосрочны, обычно они длятся на протяжении двух недель [5]. При отсутствии самолечения, поддержки близких или обращения к специалисту, депрессивные эпизоды начинают учащаться и человек теряет контроль над пониманием собственных эмоций. Фильтр различия настроения стирается, человек чувствует подавлен-

ность. Тяжёлые формы депрессивных расстройств могут приводить к суицидальным мыслям и летальному исходу для человека.

При работе с тяжелыми больными обычно проводят когнитивно-поведенческую терапию и прописывают медикаментозное лечение нейромедиаторами, искусственно создающими выработку необходимых гормонов, которые отвечают за положительные эмоции человека [6].

Профилактика легких форм депрессий быстро решается вовлечением молодых людей в спортивно-массовые мероприятия [1,7-10]. Дело касается биохимических процессов, протекающих в организме человека, которые происходят во время занятий физической активностью [12]. В частности, это связано с выработкой определённых гормонов. Люди, не увлекающиеся медициной, биохимией организма, не понимают связи психических процессов с гормонами. Все дело в том, что гормоны являются своего рода индикаторами психических процессов, так как висцеральные реакции отражают психические процессы. Все слышали о психосоматике, но то, как она связана на самом деле с висцеральной сферой известно немногим. Существует так называемая температурная кривая, способная более точно диагностировать психическое состояние человека, чаще те, которые носят приступообразный характер. Как известно, для полноценной жизни человека необходимо находиться в гармонии с гормонами [4]. Гуморальные агенты заставляют работать определённые клетки и отвечают за ключевые процессы организма. При гормональном сбое происходят довольно специфические последствия, за которые отвечает каждый конкретный гормон. Например, при недостатке лептина, который отвечает за чувство насыщения, человек начинает бесконтрольно питаться, не ощущая голод, что приводит к ожирению, атрофии мышц и нарушению обмена веществ. Примерно то же происходит при избыточном содержании в организме кортизола, когда организм испытывает стресс и пытается его подавить выработкой серотонина, в следствие чего человек съедает большое количество сладостей, которые при нарушении обмена веществ и большого содержания энергетической ценности, откладываются в жир.

Так как гормоны связаны с нервной системой они способны влиять на душевное состояние, которое можно скорректировать благодаря умеренной физической нагрузке. Нам нужно обратить особое внимание на гормоны-модуляторы, которые усиливают или тормозят

психологические процессы организма пропорционально их концентрации, и гуморальные агенты, обеспечивающие определённые психологические реакции [2].

Для более детальной проработки вопроса обратимся к эмпирическому исследованию на основе анкетирования студентов. Респонденты были набраны из числа студентов группы и студентов прочих вузов, посещающих спортивный комплекс им. В. И. Алексеева. В совокупности участниками опроса стали 30 человек. Анкетированным были предложены вопросы, связанные с выявлением предрасположенности к депрессивным и тревожным состояниям, а также вопросы, затрагивающие увлечение спортом для балансировки душевного равновесия.

На основе результатов анкетирования был проведён корреляционный анализ, который выявил взаимосвязь спорта и душевного спокойствия. Коэффициент корреляции (r) равен 0,87. Связь между исследуемыми признаками — прямая, теснота связи по шкале Чеддока — сильная. По данным респондентов из-за большой умственной нагрузки снижается степень удовлетворённости собственной жизнью, так как студентам кажется, что затраченное время и усилия не приносят необходимого положительного эмоционального отклика или этот отклик не компенсирует эмоциональные затраты. Не достижение каких-то учебных целей ставит под сомнение ощущение безопасности в будущем, ощущение собственной значимости. Многие замечают выгорание в результате вечной гонки за наилучшими результатами. Студенты отмечают разные способы борьбы с депрессивными и тревожными состояниями. Наличие активно развитой социальной жизни студентов помогает им отвлечься от собственных переживаний, но наличием такой жизни могут похвастаться не все. Больше половины опрошенных находят душевное успокоение в занятиях любимым делом, к которым в том числе относится спорт. Спорт балансирует умственные издержки, так как при умеренной нагрузке студент ощущает себя лучше из-за переноса внимания с ненависти к себе на любовь к себе. Любовь к себе в первую очередь проявляется в заботе о себе и своём состоянии, каким бы оно не было. В том числе балансировка переменчивых фаз настроения на более устойчивые. Спорт вырабатывает нужную самодисциплину [5]. Человек, занимаясь физической активностью, полностью освобождает сознание от негативных мыслей, так как концентрируется на выполнении

физических упражнений. Это гарантированно приносит удовлетворение собой, так как спорт в сознании многих людей все ещё является неким полезным увлечением.

Можно сделать вывод, что студенты в достаточной мере отдадут предпочтение спорту в силу его полезности, но про связь спорта и гормонов опрошенные студенты слышали лишь косвенно.

Анketируемые знают о том, что занятия спортом способствуют выработке серотонина и кортизола. Имея знания лишь о выработке такого количества гуморальных агентов, достаточно сложно отдавать предпочтение занятиям спортом, так как кортизол, например, в сознании многих все ещё имеет негативный статус.

Физическая активность сопровождается выделением гормонов-нейромедиаторов: окситоцина, дофамина, адреналина, эндорфинов, серотонина. Каждый из них выполняет свою функцию в организме, но все они борются с ангедонией, которая является симптомом депрессии [3]. Эндорфины нивелируют эмоциональное перенапряжение и снижают тревожность. Окситоцин снижает тревожность и вызывает спокойствие. Дофамин помогает ощутить удовлетворение от собственных действий, заряжает мотивацией. Поскольку гормон является природным, а не искусственным стимулятором, его действие не притупляется с течением времени, а это положительно сказывается на психике человека. Серотонин регулирует настроение и противоборствует депрессивным состояниям, заряжает уверенностью и спокойствием. Выработка кортизола и адреналина повышает стрессоустойчивость организма, что также является положительным моментом в период депрессивных и тревожных состояний и развивает эмоциональный интеллект.

Нейромедиаторы работают по схеме антидепрессантов, которые блокируют рецепторы обратного захвата серотонина, чтобы человек искусственно продолжал испытывать радость и спокойствие.

В заключение хочется отметить, что гормоны связаны с психикой человека напрямую. Они влияют на развитие ЦНС, индуцируют, модулируют и обеспечивают психические функции. Депрессивные и тревожные состояния поддаются лечению, и для избежания применения заместительной гормональной терапии лечение возможно осуществить с применением умеренной физической активности. Причём здесь человек не ограничивается в выборе типа физической активности, так как именно правильно подобранная активность способна

вызвать выработку нужных гормонов радости. Положительные исследования, доказывающие эффективность методики, пополняются с каждым годом. Статистика доказывает положительную роль нейромедиаторов, выработанных благодаря спортивным нагрузкам. Избежать выгорания переходящего в стадию депрессии вполне возможно, если быть ответственным за собственное психическое здоровье.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Антонова, А. А. Влияние спорта на психоэмоциональное состояние человека / А. А. Антонова, Г. В. Сытник // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 110-118.
2. Брещенко, Е. Е. Биохимия: биологически активные вещества. Витамины, ферменты, гормоны / Е. Е. Брещенко, К. И. Мелкоян ; Под ред.: Быков И. М.. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 136 с. — ISBN 978-5-8114-9664-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/230321> (дата обращения: 06.05.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Камчатников, А. Г. Медико-биологические проблемы адаптации в физической культуре и спорте : учебное пособие / А. Г. Камчатников. — Волгоград : ВГАФК, 2016. — 170 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158071> (дата обращения: 06.05.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Нечаева, Е. А. Гормоны : учебное пособие / Е. А. Нечаева, Т. П. Мицуля. — Омск : Омский ГАУ, 2020. — 44 с. — ISBN 978-5-89764-848-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/170283> (дата обращения: 06.05.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Соколовская, С. В. Психология физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / С. В. Соколовская. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 144 с. — ISBN 978-5-8114-8261-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/173808> (дата обращения: 08.05.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Ступницкий, В. П. Психология: учебник / В. П. Ступницкий, О. И. Щербакова, В. Е. Степанов. — 3-е изд., стер. — Москва : Дашков и К, 2021. — 516 с. — ISBN 978-5-394-03461-9. — Текст : электронный // Лань

- : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/229694> (дата обращения: 08.05.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Сытник, Г. В. Спортивно-массовые мероприятия как фактор оздоровления населения / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Ломоносовские чтения в Санкт-Петербурге. 310 лет М.В. Ломоносову : Тезисы Пятой научно-практической конференции, Санкт -Петербург, 24–26 ноября 2021 года / Санкт-Петербургский институт природопользования, промышленной безопасности и охраны окружающей среды. — Санкт -Петербург: Информационный издательский учебно-научный центр «Стратегия будущего», 2021. — С. 165-166.
 8. Сытник, Г.В. Комплекс ГТО в формировании мотивации к занятиям физической культурой и здорового образа жизни у студентов вузов (к 90-летию комплекса ГТО) / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, Н. А. Рагозина, А. Б. Новиков // Спортивный психолог. — 2021. — № 3(60). — С. 4-8.
 9. Сытник, Г. В. Практико-ориентированный подход в привлечении студентов и сотрудников вузов в реализации комплекса ГТО / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание. — 2021. — № S3. — С. 116-121.
 10. Сытник, Г. В. Внедрение и реализация комплекса ГТО в образовательных учреждениях / Г. В. Сытник // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 104-105.
 11. Попов, В. В. Депрессивные расстройства в общей врачебной практике : учебное пособие / В. В. Попов, М. В. Трохова, И. А. Новикова. — Санкт-Петербург : СпецЛит, 2017. — 199 с.
 12. Comparative legal analysis of health systems in the Russian Federation and Switzerland / Yu. S. Gusakova, A. V. Krotov, A. V. Kuzmina [et al.] // Revista Género e Direito. — 2020. — Vol. 9. — No 4. — P. 947-954

УДК 796:799

А. Р. Муталыпов

Омский филиал Финансового университета при Правительстве РФ
Россия, Омск

БЕЗОПАСНОСТЬ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИЁМА СПОРТИВНЫХ ДОБАВОК

Аннотация. В данной статье ставится задача выяснить что из себя представляют спортивные добавки, на сколько их приём безопасен для человека. Какое влияние оказывает приём спортивных добавок на спортивные результаты и здоровье.

Ключевые слова: спорт, добавки, спортивное питание, здоровье

A.R. Mutalyapov

Omsk branch of the Financial University
Under the Government of the Russian Federation
Russia, Omsk

SAFETY OF SPORT SUPPLEMENTS

Abstract. This article aims to find out what sports supplements are, how safe they are for humans. What effect does the intake of sports supplements have on sports performance and health.

Keywords: sports, supplements, sports nutrition, health.

Актуальность данной темы определяется тем, что в связи с популяризацией спорта в настоящее время растёт и популярность спортивных добавок, за счёт того, что, во-первых, это удобно, а во-вторых, позволяет добиться лучшего результата.

Для начала определимся что же такое спортивные добавки. Спортивные добавки — это группа пищевых добавок, которые восполняют недостаток тех или иных микро и макроэлементов в организме спортсмена. В данной статье рассматриваются только добавки,

получаемые путём обработки натуральных ингредиентов, так как такой тип добавок считается безопасным для применения в отличие от анаболиков, полученных искусственным путём. Самые популярные и эффективные добавки: креатин, протеин, ВСАА, L-карнитин, витамины и минералы, гейнер. Теперь коротко разберём принцип действия каждой добавки [1].

Креатин был выделен в 1832 году учёным Шеврелём из скелетных мышц. Его получают из мяса животных, в основном из говядины. Механизм действия креатина на организм человека достаточно прост, он входит в группу составляющих для донаторов азота, если говорить кратко, креатин задерживает воду в мышцах, за счёт чего увеличивает их объём и, соответственно, силы и физические возможности человека. При приёме добавок, которые содержат креатин, запасы креатина в клетках повышаются. Это даёт возможность совершать большие усилия и меньше повреждений, прорабатывать большие объёмы, а также быстрее восстанавливаться. Именно эти свойства ведут к тому, что польза от тренировки становится значительно выше, чем без креатина. Те спортсмены, которые работают, например, на мышечную массу за одну тренировку успевают сделать больше на 20-30%, чем без креатина. Чем эффективнее тренировка, тем эффективнее потом и результат. Креатин так же полезен тем людям, которые занимаются бегом, так как при выполнении спринтов и при выполнении занятий по подъёму в гору уровень креатина положительно влияет на спортивные результаты. Наилучший результат достигается при приёме креатина совместно с другими добавками такими как протеин и различного рода гейнеры [2].

Так как добавка применяется с 90-х годов прошлого века было проведено более 1000 исследований касаясь безопасности приёма креатина. При ежедневном употреблении 30г креатина в день на протяжении 5 лет не было выявлено никаких побочных эффектов. При прекращении приёма, концентрация в мышцах сохранялась ещё 14 дней, после чего организм, самостоятельно начал вырабатывать креатин. Активность ферментов, синтезирующих креатин, не нарушается. Таким образом, применение креатина в качестве пищевой добавки как элемента спортивного питания в настоящее время достаточно обосновано в части его эффективности и безопасности [2].

Протеин — это синтезированный белок. Сам по себе не является сколько ни будь опасным так как состоит из белка, очищенного от жи-

ров и углеводов. Самым полезным считается казеиновый протеин, получаемый из козьего молока, он является гипоаллергенным и усваивается лучше других. Не для кого не будет секретом, что для построения мышц, необходим белок. При недостаточном его потреблении невозможен рост мышечной массы. Наиболее рациональным будет приём протеина спортсменом с эктоморфным телосложением. Так как для роста мышечной массы необходимо потреблять 2г белка на 1 кг веса человека. Получить такое количество белка при приёме пищи, конечно можно, но зачастую куда более удобнее употребить протеиновый коктейль и дополнить дневной рацион. Данная добавка, как и другие представленные в статье лишь дополняют ежедневный рацион спортсмена, но никак не заменяют полноценных, сбалансированных приёмов пищи в течение дня [2].

ВСАА — это комплекс из трёх незаменимых аминокислот с разветвлёнными боковыми цепями: лейцин, валин и изолейцин. Незаменимых, по той простой причине, что они не синтезируются в организме, а поступают только с продуктами питания. Получают данную добавку из гидролиза протеина (чаще из соевого или молочного белка). Мы получаем ВСАА ежедневно с любым белковым продуктом — мясом, рыбой, яйцами. Не всегда этого количества достаточно для тренировок, но без этих трёх аминокислот организм не сможет построить и сохранить мышечную ткань [2].

L-карнитин — органическое витаминоподобное вещество, участвует в транспорте жирных кислот в митохондрии, где происходит процесс окисления жира. Опять же L-карнитин по умолчанию содержится в скелетных мышцах, основная его функция — это перенос жирных кислот в митохондрии, где из жиров образуется энергия (АТФ). Приём данной добавки помогает увеличить выносливость спортсмена и вместе с тем ускорить процесс жиросжигания. Основными источниками L-карнитина являются мясо, рыба, молоко, сыр, творог [2].

Гейнер — это тот же протеин, но с содержанием углеводов, что делает его более питательным.

Витамины — это группа низкомолекулярных незаменимых факторов пищи, которые обладают выраженной биологической активностью, содержатся в пище в незначительных количествах и не могут синтезироваться в организме человека. Роль витаминов заключается в обеспечении ряда каталитических реакций, в процессе которых

многие из них участвуют в образовании составных частей ферментов (коферментов). Число известных витаминов, имеющих непосредственное значение для питания и здоровья, достигает двадцати. Все они имеют большое значение в регуляции обмена веществ и физиологических функций. Потребность в витаминах всегда возрастает при систематических физических нагрузках (тренировках), потому многие спортсмены прибегают к их приёму [2].

Исходя из всего вышперечисленного становится ясно, что сами по себе добавки не представляются для человека опасными в разумных количествах и при правильно составленном режиме питания, если добавки составляют не более 25% от основанного рациона спортсмена. Учитывая актуальность и практическую значимость изучаемой темы, мы провели исследование, в ходе которого были поставлены следующие исследовательские задачи:

1. Выяснить на сколько приём спортивных добавок эффективен.
2. Выяснить насколько данное явление распространено среди людей, ведущих активны образ жизни и регулярно занимающихся спортом.

В качестве исследования было проведено анкетирование. Участие приняли 82 человека занимающихся разными видами спорта, разных возрастных категорий (от 18 до 23 лет). Сведения представлены в процентном соотношении.

На вопрос об осведомлённости о том, что такое спортивные добавки и имеют ли они место в рационе питания спортсмена 82% опрошенных ответили, что положительно относятся к спортивным добавкам и принимают их на регулярной основе, 8% — негативно, 10% затруднились ответить, в виду неосведомленности. Спортсмены, негативно высказавшиеся о спортивных добавках, утверждают, что спортивные добавки имеют множество побочных эффектов и выведены искусственно, а потому, определённо наносят вред организму. Респонденты, положительно отзывавшиеся о применение спортивных добавок при регулярных занятиях спортом, утверждали, что спортивные добавки удобны в использовании и при правильном подборе питания, действительно помогают добиться желаемого результата.

Далее из числа людей, принимающих спортивные добавки, необходимо было оценить эффективность принимаемых спортивных добавок. 94% ответили, что при правильном приёме, грамотно расчи-

танных дозировках и ответственному подходу к приему, им действительно удаётся добиться желаемого результата. Для 6 % опрошенных результат был мало заметен.

Следующий вопрос был посвящён тому, чтобы понять каким добавкам отдаётся наибольшее предпочтение (можно было выбрать несколько ответов). Из числа спортсменов, употребляющих спортивные добавки, 79% отдают своё предпочтение протеину и гейнерам. 15% ВСАА, и лишь 6% L-карнитину. Так же 59% всех опрошенных принимают витаминные и минеральные комплексы [3].

Вывод: исходя из полученных нами данных, большая часть спортсменов, но всё же не все, осведомлены о рациональности и безопасности приёма спортивных добавок и использует их в качестве дополнения к основному рациону питания, что помогает им добиться желаемых результатов, будь то набор мышечной массы, или же создание рельефа.

Таким образом, мнение людей о пагубном влиянии спортивных добавок является ошибочным в силу недостаточной осведомленности в данном вопросе. Добавки, в отличие от стероидов, выведенных искусственно, являются натуральными и синтезируются из натуральных продуктов в более удобные для приёма формы и дозировки. Эффективность применения спортивных добавок практически обоснована и пользуется большим спросом у спортсменов. Приём спортивных добавок не является чудо — средством, применяя которое, результаты будут улучшаться сами по себе. Они являются лишь удобным способом восполнения недостающих элементов, которые так же можно получить и из пищи, что не всегда удобно, особенно в случаях загруженного графика. Принимая спортивные добавки, спортсмен должен рассчитывать каких именно элементов ему не хватает и рассчитывать дозировку. Однако спортивные добавки не должны составлять более 20% от рационов питания спортсмена. Необходимо отдавать предпочтение твёрдой, натуральной пище. Чтобы добиться по-настоящему серьезных результатов, все так же, как и в любом другом деле, необходимы упорство и продвижение уверенными шагами к поставленной цели.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Маркелов И.П., Талызов С.Н. Основы спортивного питания в системе подготовки спортсмена // Новое слово в науке: перспективы развития. 2016.
2. Иванов В.Д., Мунирова Р.Р. Спортивное питание как важнейшее условие успеха спортсмена // Научные исследования: от теории к практике. 2015.
3. Красина, И.Б., Бродовая Е.В. Современные исследования спортивного питания / И.Б. Красина, Е.В. Бродовая. — М.: Академия Естествознания, 2017.

УДК 796.011.3

К.А.Намазов

Санкт-Петербургский Политехнический Университет Петра Великого,
Санкт-Петербург, Россия
namazov2@list.ru

Научный руководитель: А.К.Намазов,
Санкт-Петербургский Политехнический Университет Петра Великого,
Санкт-Петербург, Россия, kuem@list.ru

САМОКОНТРОЛЬ У СТУДЕНТОВ В ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Аннотация. Физическая культура и спорт стали неотъемлемой частью жизни современного общества. Уроки физкультуры в школах — не единственное место, где поощряется спорт. С каждым годом все больше людей посещают спортивные стадионы и залы и занимаются интенсивными физическими упражнениями. В связи с этим все большее значение приобретает медицинский контроль за состоянием здоровья спортсменов. Целью данной статьи является изучение особенностей контроля и самоконтроля на занятиях физической культурой и спортом.

Ключевые слова: комплексный контроль, физическая культура, самоконтроль, врачебный контроль, педагогическое наблюдение.

K.A. Namazov

Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University, St. Petersburg, Russia, namazov2@list.ru

Scientific director: A.K. Namazov
Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University, St. Petersburg, Russia, kuem@list.ru

SELF-CONTROL OF STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Annotation. Physical culture and sports have become an integral part of the life of modern society. Physical education classes in schools are not the only place where sports are encouraged. Every year more and more people visit sports stadiums and

halls and engage in intense physical exercise. In this regard, medical monitoring of the health of athletes is becoming increasingly important. The purpose of this article is to study the features of control and self-control in physical education and sports.

Keywords: complex control, physical culture, self-control, medical control, pedagogical supervision.

Комплексный контроль требует от учителя специальных знаний и умений для обеспечения правильного наблюдения, анализа и оценки действий учащихся, выявления недостатков в собственных действиях и определения целесообразности и эффективности средств, методов и форм организации работы в конкретных условиях и ситуациях обучения. Исходя из этого, можно устранить или предотвратить замеченные недостатки на следующих уроках.

Педагогический мониторинг — это систематический процесс получения информации о физическом состоянии учащихся, занимающихся физической культурой и спортом. Он служит для проверки того, насколько адекватны педагогические действия для повышения эффективности занятия.

Цели педагогического мониторинга:

1. Оценить эффективность используемых средств и методов обучения;
2. Реализовать план обучения;
3. Установить контрольные нормативы, оценивающие физическую, техническую и тактическую подготовку спортсменов;
4. Выявить динамику развития физической, технической и тактической подготовки спортсменов;
5. Выявлять динамику развития спортивных результатов и прогнозировать достижения отдельных спортсменов
6. Отбирать талантливых спортсменов.
7. Содержание педагогического контроля:
8. Контроль за посещаемостью занятий;
9. Мониторинг тренировочных нагрузок;
10. Контроль за состоянием обучаемых;
11. Контроль техники выполнения упражнений; регистрация спортивных результатов;
12. Наблюдение за поведением во время соревнований.

Виды педагогического контроля:

1. Поэтапный — для оценки состояния спортивной и технико-тактической подготовки обучающихся на данном этапе
2. Текущий — для определения ежедневных изменений в подготовке ученика;
3. Оперативный — быстрая оценка текущей ситуации ученика.

Главное в педагогическом мониторинге — оценка психофизического состояния занимающихся физической культурой.

Специалисты выделяют три типа состояний:

1. Постоянный, длящийся длительное время (состояние спортивной формы организма уровня его тренированности);
2. Текущий, с изменениями в ходе одного или нескольких видов деятельности;
3. Оперативный, который изменяется под влиянием специфических физических упражнений.

Методы педагогического контроля включают: анкетирование обучающихся и тренеров, анализ учебной документации, педагогическое наблюдение во время учебных занятий.

Врачебный (медицинский) контроль — это комплексное медицинское обследование физического развития и функциональных способностей занимающихся физической культурой и спортом [2, 3].

Его целью является изучение состояния здоровья и влияния регулярной физической активности на организм. Основной формой медицинского контроля является медицинский осмотр.

Частота медицинских осмотров зависит от квалификации и вида спорта. Студенты проходят обследование в начале учебного года, а спортсмены — два раза в год.

Медицинские осмотры в школе проводятся в следующих формах:

1. Регулярные медицинские осмотры и наблюдение за лицами, занимающимися физкультурой и спортом;
2. Медицинское и педагогическое наблюдение за учениками во время уроков и соревнований;
3. Санитарно-гигиенический надзор за местами проведения тренировок и соревнований;
4. Санитарно-просветительская работа по пропаганде здорового образа жизни в сфере физической культуры и спорта; 5) профилактика травм и спортивных заболеваний
5. Профилактика спортивных травм и заболеваний
6. Комплексные и корректирующие мероприятия.

Медицинское обследование подразделяется на первичное и повторное [3, 5].

Первичный осмотр позволяет определить, может ли человек регулярно заниматься физическими упражнениями и спортом.

Второе обследование проводится для проверки соответствия объема и интенсивности физических упражнений состоянию здоровья и корректировки тренировочного процесса

Самоконтроль используется для отслеживания изменений в организме во время упражнений или тренировок. Это дополняет медицинскую поддержку и позволяет человеку своевременно принять меры для изменения или отмены упражнений, а также скорректировать план [1]. Некоторые люди хотят улучшить свое здоровье с помощью физических упражнений, другие предпочитают настоящий спорт. Так или иначе, самоконтроль во время физической активности используется для регистрации изменений параметров здоровья. Он используется для определения состояния физиологических параметров, выносливости, улучшения или ухудшения функций. Выполняемый отдельным человеком, он помогает врачам получить общую картину. А тренеры могут вносить коррективы в режим упражнений.

Самоконтроль спортсмена — это регулярное использование ряда простых методик для самонаблюдения за изменениями в состоянии здоровья и физическом развитии под влиянием физической активности [4].

Благодаря самоконтролю спортсмен получает возможность самостоятельно контролировать тренировочный процесс. Кроме того, самоконтроль имеет большое воспитательное и образовательное значение, так как приучает спортсмена к активному наблюдению и оценке своего состояния, анализу используемой методики тренировок.

Тренер и инструктор по физической подготовке могут помочь тренеру и инструктору по физической подготовке скорректировать тренировочную нагрузку, а врач — правильно оценить изменения в состоянии здоровья и физическом развитии спортсмена [3].

Тренер и врач должны объяснить спортсменам важность регулярного самоконтроля для укрепления здоровья, правильного построения тренировочного процесса и улучшения спортивных результатов и рекомендовать использование определенных методов наблюдения, объясняя, как должны изменяться определенные показатели само-

контроля (например, сон, пульс, вес) при правильном построении тренировки и случаи нарушения режима [4].

Тренер и преподаватель по физической подготовке вместе с врачом должны обеспечить правильное понимание спортсменами изменений различных функций организма под влиянием физических нагрузок. Спортсменов следует предостеречь от поспешных выводов по поводу аномальных показаний самотестирования, поскольку за неправильными выводами могут последовать неадекватные тренировки и возможное самовнушение болезни, которой на самом деле у спортсмена нет. Важно разъяснить спортсменам, что в случае обнаружения отклонений в результате самоконтроля они должны проконсультироваться с врачом и учителем или тренером, прежде чем предпринимать какие-либо действия.

Очень важно вести дневник самоконтроля, который является частью дневника тренировок, который должен вести каждый спортсмен. Просматривая этот дневник, врач, учитель или тренер смогут увидеть зависимость изменений в состоянии здоровья спортсмена от содержания и характера тренировок [1, 6].

Показатели самоконтроля обычно делятся на субъективные и объективные.

В группу субъективных показателей входят самочувствие, оценка работы, отношение к тренировкам, сон, аппетит и т.д. Важность каждого из этих качеств в самоконтроле заключается в следующем.

Ощущение — это сумма признаков: наличие (или отсутствие) каких-либо необычных ощущений, локализованной боли, чувства настороженности или, наоборот, усталости, вялости и т.д.

Ощущения могут быть хорошими, удовлетворительными или плохими. Если возникают какие-либо необычные ощущения, отметьте их характер и укажите причину их возникновения (например, мышечные боли после физических упражнений). Мышечная болезненность часто возникает при выполнении упражнений после перерыва или при очень быстром увеличении усилий — перегрузке. Во время бега спортсмены могут испытывать боль в правом подреберье (область печени) и левом подреберье (область селезенки) [1].

Боль в правом подреберье может быть вызвана заболеваниями печени и желчного пузыря или проблемами с сердцем. Спортсмены иногда жалуются на боль в области сердца. Если во время работы у спортсмена возникают боли в сердце, ему следует немедленно об-

ратиться к врачу. В случае усталости и перенапряжения могут также возникать головные боли или головокружения, которые следует фиксировать в дневнике самоконтроля.

Усталость — это субъективное чувство утомления, которое проявляется в нежелании или неспособности выполнять обычную рабочую нагрузку, а также запланированную физическую активность. Самоконтроль позволяет наблюдать, зависит ли усталость от деятельности или от чего-то другого, когда она возникает и какова ее продолжительность.

Спортсмен должен отметить степень усталости после тренировки («не устал», «немного устал», «перегружен»), а также на следующий день после тренировки: «не устал», «чувствует себя хорошо», «чувствует усталость», «не полностью отдохнул», «чувствует усталость».

Также важно учитывать настроение: нормальное, стабильное, подавленное, депрессивное; желание побыть в одиночестве, чрезмерное возбуждение.

Работоспособность зависит от общего состояния организма, настроения, усталости и предыдущей работы (профессиональной и спортивной). Трудоспособность оценивается как повышенная, нормальная и пониженная.

Отсутствие желания тренироваться и участвовать в соревнованиях может быть признаком перетренированности.

Нормальный сон восстанавливает работоспособность центральной нервной системы и обеспечивает свежесть и бодрость. При переутомлении, бессоннице или повышенной сонливости часто возникает беспокойный сон (часто прерывающийся, сопровождающийся тяжелыми сновидениями). После сна возникает чувство усталости. Спортсмен должен фиксировать количество часов сна (помня, что сон должен быть не менее 7-8 часов, 9-10 часов в случае интенсивной физической нагрузки) и его качество, а в случае нарушений сна — его проявления плохой сон, частые или ранние пробуждения, сновидения, бессонница и т.д.

Аппетит отмечается как нормальный, сниженный или повышенный. Ухудшение или отсутствие аппетита обычно указывает на усталость или болезнь.

Объективными признаками самоконтроля являются частота пульса, вес, потоотделение, спирометрия, динамометрия и, реже, ча-

стота дыхания (так как трудно подсчитать количество вдохов самому) или любой другой функциональный тест.

Также необходимо, чтобы спортсмен периодически считал пульс после определенных спортивных занятий. У хорошо тренированного спортсмена пульс обычно не превышает 180-200 ударов в минуту даже после очень интенсивных нагрузок. Время восстановления частоты пульса после определенных видов спортивной деятельности является важным показателем функционального состояния спортсмена.

Определение веса (путем взвешивания) достаточно проводить 1-2 раза в неделю. Исключение составляют те случаи, когда необходимо строго регламентировать вес в соответствии с весовой категорией периода соревнований (у боксеров, борцов, тяжелоатлетов). Лучше всего проверять вес утром, натощак (после опорожнения мочевого пузыря и кишечника). Если это не всегда возможно, всегда взвешивайтесь в одно и то же время дня на одних и тех же весах, без одежды.

Питание имеет первостепенное значение. Перекармливание в период фитнеса может вызвать необычное для данного состояния увеличение массы тела. Чрезмерная потеря веса, которая не связана напрямую с ошибками в технике выполнения упражнений и нагрузкой, может быть вызвана неправильным общим режимом и недостаточным питанием.

Тренер и преподаватель по физической подготовке должны проверять дневник самоконтроля спортсмена не реже одного раза в 1-2 недели. Врач должен просматривать дневник самоконтроля при повторных осмотрах.

Заключение. Нет большей ценности для каждого человека и для общества в целом, чем здоровье [7-10]. Физические упражнения являются неотъемлемой частью жизни человека. Она занимает довольно важное место в работе людей. Физические упражнения играют важную роль в работоспособности членов общества, поэтому знания и навыки физического воспитания должны вводиться на разных уровнях образования постепенно. Высшие учебные заведения также вносят свой вклад в дело физического воспитания и образования, где в основе преподавания должны лежать четкие методы, которые в совокупности представляют собой хорошо организованный и структурированный метод обучения и подготовки студентов.

Самоконтроль помогает студентам выработать разумное отношение к своему здоровью и физической активности, помогает им

лучше узнать себя, контролировать свое здоровье и развивать хорошие навыки гигиены и соблюдения правил. Самоконтроль помогает регулировать процесс тренировки и избегать перенапряжения. Самоконтроль особенно важен для студентов специальной медицинской группы.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Астахов, Н.Э. Самоконтроль для занимающихся физической культурой / Н. Э. Астахов. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2019. — № 18 (256). — С. 60-61.
2. Белых С.И. Самоконтроль студентов во время самостоятельных занятий физическим воспитанием и спортом // Ученые записки университета Лесгафта. 2015. №9 (127).
3. Ветков Н.Е. Основы врачебного контроля и самоконтроля в процессе физического воспитания // Наука-2020. 2016. №5 (11).
4. Задоя Н.В. Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом // Здоровье — основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. 2017. №1.
5. Намазов А.К., Керимов Ш.А., Шамрай Л.В., Намазов К.А. Важность врачебного и педагогического контроля на занятиях физической культурой и спортом / А.К. Намазов, Ш.А. Керимов, Л.В. Шамрай, К.А. Намазов // Физическая культура и спорт в профессиональном образовании: Межвузовский сборник научно-методических работ / Под редакцией В.А. Щеголева. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2020. — С. 185-189.
6. Мошарова П.С., Намазов А.К. Совершенствование саморегуляции в значимых ситуациях / П.С. Мошарова, А.К. Намазов // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 216-225.
7. Новиков, А. Б. Здоровый образ жизни личности: правовое понимание, регулирование, реализация / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Ученые записки юридического факультета. — 2021. — № 3. — С. 36-38.
8. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех : Материалы Международной научно-практиче-

ской конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года. — Москва: Московский гуман, 2022. — С. 172-176.

9. Рагозина, Н. А. Об оздоровлении нации и сбережении народа / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2022. — № 1. — С. 31-33.
10. Рагозина, Н. А. Евгеника и оздоровление нации: современные теоретические и правовые аспекты / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2021. — № 4. — С. 38-40.

УДК 796.032

¹Александра Денисовна Новосёлова,

^{1, 2}Наталья Александровна Рагозина

¹Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

²Санкт-Петербургский государственный экономический университет, Россия
Novoselova.03.03@mail.ru, Ragozina777@bk.ru

ВЛИЯНИЕ СОВРЕМЕННОГО ОЛИМПИЙСКОГО И ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВОГО ДВИЖЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ КУЛЬТУРЫ ОБЩЕСТВА И ЧЕЛОВЕКА

Аннотация. В статье рассматривается физическая культура, как духовная составляющая общества. Рассмотрены принципы олимпизма. Составлена таблица мероприятий олимпийских движений в России. Обозначена проблема перехода общества к олимпийскому сознанию. Составлена таблица актуальных мероприятий, которые внедряются в образовательный процесс высших заведений.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, олимпизм, физическая активность, социальное общество

¹Alexandra Denisovna Novoselova,

^{1, 2}Natalia Alexandrovna Ragozina

¹Saint-Petersburg Branch of Financial University, Saint-Petersburg, Russia

²St. Petersburg State University of Economics, Russia
Novoselova.03.03@mail.ru, Ragozina777@bk.ru

INFLUENCE OF MODERN OLYMPIC AND MASS PHYSICAL MOVEMENT ON THE DEVELOPMENT OF SOCIETY AND HUMAN CULTURE

Abstract. The article deals with physical culture as a spiritual component of society. The principles of Olympism are considered. A table of events of the Olympic movements in Russia has been compiled. The problem of society's transition to the Olympic consciousness is outlined. A table of current events that are being introduced into the educational process of higher institutions has been compiled.

Keywords: physical culture, sport, olympism, physical activity, social society

Физическая культура — это сфера социальной деятельности, предназначенная для сохранения и укрепления здоровья. Но физическая культура сочетает в себе не только физическую активность, но и материальные и духовные аспекты общественной жизни. В современном обществе физическая культура становится родоначальником для других уровней общекультурных составляющих: экономическая культура, мировоззренческая культура, политическая культура и т.д. История и практика олимпийских игр расширяют наше представление о спорте в целом, дает повод переосмыслить понятие физическая культура и разобраться что же такое «культура». Предпосылки возникновения и развития современного международного спортивного движения относятся к концу XIX и началу XX веков. В то время развивались многие виды современного спорта. Это был процесс объективный и закономерный, обусловленный всем ходом истории современного общества. Развитие гимнастики, спорта и игр, создание спортивных клубов и обществ успешно проходило во многих государствах. В это время возрастает общественное значение, и расширяются социальные функции спорта. Большая роль отводилась спорту в деле военной допризывной подготовки молодежи, особенно накануне первой мировой войны. Сейчас же, олимпийское движение и физическая культура выполняют функции социального института, которая направленные на поддержание оздоровительной, образовательной и воспитательной системы общества.

Олимпизм представляет собой философию жизни, возвышающую и объединяющую в сбалансированное целое достоинства тела, воли, разума. Он органично входит в состав физической культуры, которая является частью общей культуры. Следовательно, на олимпизм распространяются все основные законы присущие культуре. Физическая культура представляет собой особый социальный институт и отвечает всем требованиям институализации [4]. Она выполняет четко определенные социальные функции (оздоровительную, воспитательную, образовательную) и имеет развитую инфраструктуру и материальную базу (стадионы, спортивные залы, оздоровительные центры). В статье 11. «Олимпийское движение России. Олимпийский комитет России» федерального закона «О

физической культуре и спорте в Российской Федерации» прописано, что «Олимпийское движение России является составной частью международного олимпийского движения, целями которого являются пропаганда и внедрение принципов олимпийского движения, содействие развитию физической культуры и спорта, укрепление международного спортивного сотрудничества, участие в Олимпийских играх и других международных спортивных мероприятиях, проводимых Международным олимпийским комитетом, континентальными ассоциациями национальных олимпийских комитетов.». Мероприятия, которые проводились или проводятся в нашей стране предоставлены в таблице 1. Физическая культура и олимпийское движение в России.

Таблица 1

Физическая культура и олимпийское движение в России

Год	Мероприятие	Цель
1980	Летние Олимпийские игры в Москве	Сплочение и объединение народа, международная любовь к спорту, всеобщий интерес к спорту. По окончанию олимпийских игр все спортивные комплексы будут предоставлены населению для улучшения здорового образа жизни.
1991	Союз «Московский скаут»	Впервые российские скауты приняли участие в международных скаутских соревнованиях, которые объединяют множество стран.
1991	Северные игрища	Всероссийский праздник, которые собирает спортсменов с разных уголков Севера, включающий в себя национальные виды спорта. Показывает молодому поколению старые виды спорта, развивает любовь к русским традиционным забавам.

Год	Мероприятие	Цель
1993	ДСО «Спартак»	В программу входят такие народные виды физических упражнений как: гиревой спорт, перетягивание каната и др. Олимпийский комитет России высказался за проведение подобных соревнований в будущем.
2014	Зимние Олимпийские игры в Сочи	Сплочение и объединение народа, международная любовь к спорту, всеобщий интерес к спорту. По окончании олимпийских игр все спортивные комплексы будут предоставлены населению для улучшения здорового образа жизни.
Ежегодно	День Здоровья	Процесс прививания любви к спорту у детей дошкольного и школьного возраста. Массовое мероприятие, вызывающее интерес к спорту. Мероприятие, в котором может принять участие вся семья.
Ежегодно	Гонка Героев	Один из самых масштабных забегов. Участие принимают люди разных возрастов, что приводит к поднятию общего уровня физ. Подготовки.
Ежегодно	Лыжня России	Популяризация зимних видов спорта. Гонка с призовым местом, подъем активности населения.
Ежегодно	Всероссийский день ходьбы	Всероссийское мероприятие, которое охватывает всю территорию России, каждый город принимает участие.
Ежегодно	Фестиваль пляжных видов спорта «Соединяя берега»	Заплыв на дистанцию 4,5 км. Проводятся соревнования по пляжному футболу, волейбол, боксу, армрестлингу, перетягиванию каната, сдачу норм ВФСК «ГТО».

Для того, чтобы сформировать у общества олимпийское сознание мало проводить обычные физические упражнения и комплексы, необходимо применять новые педагогические технологии. Важно проводить с молодежью просветительскую работу по формированию

мотивации к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни посредством популяризации физической культуры и спорта, а также вовлечения подростков в спортивно-массовые мероприятия, особенно в сдачу норм комплекса ГТО [5-7].

Лишь при существовании олимпийской культуры человека и общества в целом, формируется олимпийское сознание. Мотивация на активное освоение спортивной практики, полнота знаний и идей олимпизма, проведение всевозможных мероприятий олимпийского типа — формируют олимпийский менталитет населения. К сожалению, на данный момент существует традиционное физическое воспитание, поэтому решить проблему становится сложнее. Исходя из вышесказанного, для успешного формирования олимпийского менталитета населения необходимо искать и создавать новые теоретические подходы, которые позволят изменить технологию проведения физических упражнений и направить на освоение культуры олимпизма, вводить дисциплины олимпийского типа в детские сады и школы, которые с самого раннего возраста будут прививать любовь к спорту у младшего поколения. Изучение научно-методической литературы показало, что олимпийское образование включено в учебные планы, как физкультурных вузов, так и вузов не физкультурного профиля. Сейчас проводится много мероприятий по внедрению олимпийского сознания в общество, задействованы некоторые школы и высшие учебные заведения, которые постепенно вводят дисциплины, связанные с олимпизмом табл.2.

Таблица 2

Внедрение олимпизма в высших заведениях

Город	Учебное заведение	Мероприятие
Санкт-Петербург	НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербурга	Студенты изучают олимпийские принципы «Фэйр Плэй». Специалистами академии издано учебное пособие «Олимпийское образование для всех».
Омск	Омский государственный университет физической культуры	Активно используется спецкурс «Олимпийское движение».

Город	Учебное заведение	Мероприятие
Воронеж	Воронежский государственный институт физической культуры	Внедрён спецкурс «История олимпийского движения».
Челябинск	Челябинский государственный педагогический институт	Проводятся «Олимпийское десятиборье».
Краснодар	Кубанский государственный университет физической культуры	Внедрён спецкурс «Современные проблемы международного Олимпийского движения». Регулярно проводится конкурс на знатока Олимпийских игр.
Омск	Сибирская государственная академия физической культуры	Разработан спецкурс «Олимпийское движение и методика преподавания олимпийского образования»
Оренбург	Оренбургский педагогический институт	Читаются такие курсы: «Ценности олимпизма и здоровый образ жизни», «Методика олимпийского образования». Студентами активно проводятся всевозможные спартакиады.
Красноярск	Красноярский педагогический университет	Создана система олимпийского образования.

В современном смысле физическая культура является неотъемлемой частью культурного общества. Она представляет собой сложную систему общественных явлений, которая решает вопрос о физическое и культурное развитие общества, а также выполняет социальные функции населения в области морали и этики. В настоящее время физическая культура охватывает все сферы жизни общества. Современные культурно-массовые мероприятия направлены на оздоровление и поднятие культурного уровня молодежи [8]. Главная цель — вызвать интерес к спорту у молодого поколения. Современ-

ные тенденции направлены на решение задач, связанных с развитием физических и культурных интересов молодого поколения. В интересах общества вырастить молодое поколение физически активным и развитым, здоровым и крепким. Культура представляет собой совокупность физического и психического сознания людей, деятельность человека, которая направлена на создание нового продукта. Основу и содержание культурно-психологического процесса развития «культуры» составляет, прежде всего, развитие физических и интеллектуальных способностей человека, его нравственных и эстетических качеств.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [Текст]: Распоряжение Правительства РФ от 04.12.2007 N 329-ФЗ (последняя редакция) (дата обращения: 15.04.2022).
2. Влияние современного олимпийского физкультурного массового движения на развитие культуры общества и человека [Электронный ресурс] <https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/441776-vlijanie-sovremenno-go-olimpijskogo-fizkulturn> — Текст: электронный. (дата обращения: 15.04.2022).
3. Олимпийское движение как фактор межкультурных взаимодействий в современном мире [Электронный ресурс] <https://pandia.ru/text/81/408/96158.php> — Текст: электронный. (дата обращения: 15.04.2022).
4. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
5. Сытник, Г. В. Внедрение и реализация комплекса ГТО в образовательных учреждениях / Г. В. Сытник // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 104-105.
6. Сытник, Г. В. Практико-ориентированный подход в привлечении студентов и сотрудников вузов в реализации комплекса ГТО / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание. — 2021. — № S3. — С. 116-121.
7. Сытник, Г. В. Комплекс ГТО в формировании мотивации к занятиям физической культурой и здорового образа жизни у студентов вузов (к 90-летию комплекса ГТО) / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, Н. А. Рагозина, А. Б. Новиков // Спортивный психолог. — 2021. — № 3(60). — С. 4-8.

8. Сытник, Г. В. Спортивно-массовые мероприятия как фактор оздоровления населения / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Ломоносовские чтения в Санкт-Петербурге. 310 лет М.В. Ломоносову: Тезисы Пятой научно-практической конференции, Санкт -Петербург, 24–26 ноября 2021 года / Санкт-Петербургский институт природопользования, промышленной безопасности и охраны окружающей среды. — Санкт -Петербург: Информационный издательский учебно-научный центр «Стратегия будущего», 2021. — С. 165-166.

УДК 796.8

Ботыр Кахраманович Нуралиев¹, Галина Владимировна Сытник²

^{1,2}Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Россия
¹botyr.nuraliev@mail.ru

Научный руководитель: Сергей Максимович Ашкинази

^{1,2}Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Россия

ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ ПРОВЕДЕНИЯ ОНЛАЙН-СОРЕВНОВАНИЙ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ У ЕДИНОБОРЦЕВ

Аннотация. В статье представлен разработанный комплекс тренировочных занятий по совершенствованию спортивного мастерства единоборцев в возрасте 7-17 лет в режиме «он-лайн». Решена проблема проведения соревнований в период самоизоляции с помощью современных цифровых технологий.

Ключевые слова: онлайн-соревнования, физическая подготовка, единоборства, инновации, цифровизация спорта, диджитал технологии в спорте, live вещание

Botyr Nuraliev¹, Galina Sytnik²

^{1,2}Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health,
St. Petersburg St. Petersburg, Russia
¹botyr.nuraliev@mail.ru

Scientific director: Sergey Ashkinazi
Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health,
St. Petersburg St. Petersburg, Russia

INNOVATIVE APPROACHES TO CONDUCTING ONLINE COMPETITIONS IN GENERAL PHYSICAL TRAINING FOR MARTIAL ARTISTS

Annotation. The article presents a developed set of training sessions to improve the sportsmanship of martial artists aged 7-17 years in the “online” mode. The problem

of holding competitions during the period of self-isolation with the help of modern digital technologies has been solved.

Keywords: online competitions, physical training, martial arts, innovations, digitalization of sports, digital technologies in sports, live broadcasting

The relevance of the study is obvious. First of all, it is connected with the fact that in the modern conditions of the preparation of the sports reserve, when the whole world in 2020 faced the epidemic of the COVID — 19 coronavirus infection and the ban on holding competitions, the question of the preparation of the sports reserve in self-isolation mode and quantitative indicators of the transition of athletes from stage to stage is urgently overdue. In accordance with the policy of the Russian state, namely, the “Strategy for the Development of physical culture and sports in the Russian Federation for the period up to 2030”, approved by the Decree of the Government of the Russian Federation No. 3081-r dated 11/24/2020 [1], it was necessary to find a way out of the current situation as soon as possible [13]. To solve this problem, a complex of training sessions was developed to improve the sports skills of martial artists aged 7-17 years in the “online” mode, as well as conducting competitions in remote mode. When developing the complex, we used recommendations based in Russia on the development of martial arts, the formation of general and special qualities necessary in martial arts [2, 3, 4, 5, 6, 11, 12].

Organization and methods of research. 250 athletes of martial artists aged 7-17 years from 11 countries of the near and far abroad, representing 23 sports clubs of the Russian Federation, including pupils of the Youth Sports School “Olympus”, registered in online competitions organized by the Youth Sports School “Olympus” in Tver.

The main feature of online competitions is their remote nature. All participants performed exercises at home on a video camera. The live broadcast of the competitions was broadcast on the Zoom platform, which has proven itself reliably during mass video conferences and online training.

For the competition, the regulations were defined, where the conditions and rules of the competition were prescribed.

Winners and prize-winners among boys and girls were determined in five age groups, both in individual and team competition.

Age groups:

- born in 2003 — 2005,

- born in 2006 — 2007,
- born in 2008 — 2009,
- born in 2010 — 2011,
- born in 2012 and younger.

For the correct conduct of the competition, the mandatory conditions and rules of the competition were prescribed.

Competition conditions:

- Registration and entry into the Zoom program conference strictly under the names and surnames of the participants;
- The participant's sound must be turned off during the competition;
- The participant must be fully visible on the monitor screen;
- The camera of the device should not be located opposite the window;
- The lighting in the room should be bright so that the participant can be clearly seen;
- There should be no foreign objects near the participant to avoid accidental injuries;
- The participant must independently warm up before the start of the competition;
- The duration of one exercise is 1 minute. For the age group born in 2012 and younger — 30 seconds.

Rules of the competition:

1. A separate conference has been created for each age group in the “Zoom” program at a certain time.
2. The coach of each registered team was sent links with passwords to enter the conference.
3. Coaches must independently forward links to their students, according to the age of the participant.
4. Participants must follow the link to the conference no earlier than 2 minutes before the start of the competition in their age group.
5. To start each exercise, the judge must call the participant by name and surname, after which the athlete takes the starting position and waits for the judge's command.
6. The athlete starts and finishes the exercise at the command of the judge.
7. Upon completion of the exercise, the referee must announce the result and enter it into the competition protocol.

8. Athletes leave the conference only after the referee announces the end of the competition.
9. The coach of each team who has registered in the tournament is sent a video containing a visual demonstration of the exercises for the competition and the requirements for their implementation.
10. Winners and prize-winners of competitions are awarded with electronic certificates of the corresponding degrees.

Types of exercises.

The competition program included the performance of five exercises (Fig. 1) for the maximum number of times per minute (for the youngest — in 30 seconds):

1. Flexion-extension of the arms lying down with a clap. Technique of the exercise: starting position — emphasis lying on straight arms, back straight, body and legs make up one line. Bending your arms at the elbows and bringing your chest closer to the floor, lower yourself to the lowest point. Push-ups, pushing the body up with such force that it will be enough to have time to clap your hands in front of you and not fall. Make a cotton and return to the IP.

2. Squats. Technique of the exercise: starting position — standing, feet on the width of the pelvis, arms along the body. Bend the legs to a right angle, pull the pelvis back, arms straight, parallel to the floor. Go to the starting position [8].

3. “Burpee”. The correct execution of the exercise is the following sequence: straight stance — emphasis — squatting (squatting position on socks with palms on the floor) — transition by pushing the legs back at point-blank range lying on outstretched arms — one push-up — return to point-blank squatting with a jerk of the legs to yourself — jumping up with raised hands [7].

4. “Fold”. Technique of the exercise: starting position — lying on your back, arms stretched out behind your head, palms facing up, legs straight, socks stretched out. Simultaneous movement is necessary to raise the upper part of the trunk and legs, touching the toes with the fingers of the toes. Buttocks serve as a support for the whole body. Go to the starting position.

5. “Boat”. Technique of the exercise: starting position — lying on your stomach, arms extended forward, palms pointing down; legs straight, socks stretched out. Simultaneous movement is necessary to raise the upper part of the trunk and legs to the maximum height. The support is the pelvic and abdominal area. Go to the starting position [9].

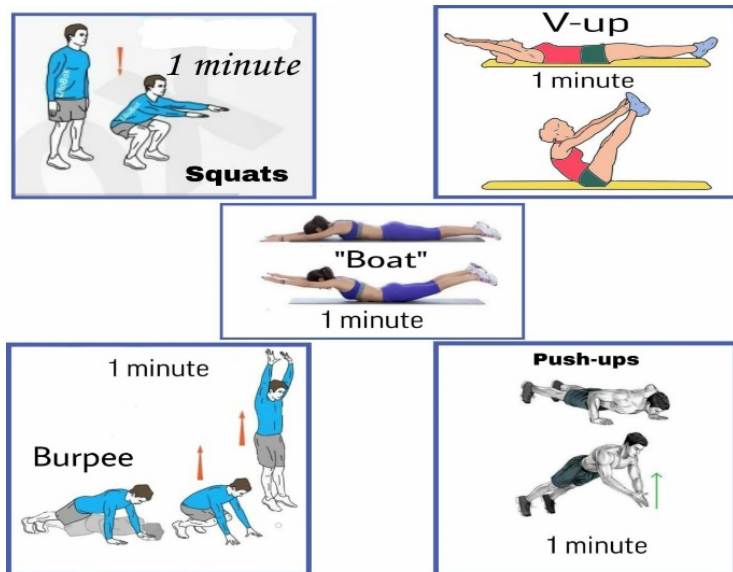


Figure 1. Five exercises

A detailed explanation, demonstration and requirements for each exercise were also contained in the video, which was sent to each coach of the martial arts team.

The results of the study and their discussion. In total, the online competitions lasted more than four hours. An international team of arbitrators, sitting in front of computer and laptop monitors, evaluated each performance using the ZOOM platform and entered all the data into EXCEL tables. The table was updated in real time by the competition secretary. Winners and prize-winners were determined in each age group, both in individual and team competition.

In the older age groups, the participants who took the first 4 places in the amount of exercises were awarded.

In the younger age groups, there was a division into divisions of 4 people. And in this case, ALL participants of the competition took prizes. Additionally, the 4 best athletes among all divisions were awarded special prizes.

The organizers of the online competitions sent certificates and diplomas by e-mail to all participants of the competition.

Conclusion. It is particularly worth noting that the International Online Tournament caused a wide public response. In particular, articles about online competitions were published in the press, social networks of Uzbekistan, Italy, Latvia and the Republic of Belarus and on several state TV channels of participating teams.

Of course, online training and distance competitions cannot completely replace live communication with a coach, real sparring with a strong partner or opponent. But in the conditions of a pandemic, as an additional innovative means of preparing martial artists for competitions, it has many advantages.

Advantages of online competitions:

1. Accessibility for participants worldwide.
2. Low financial cost.
3. Convenience and ease of use for judges.
4. The speed of the competition.
5. Novelty in the educational process.
6. The possibility of holding competitions in quarantine or isolation.
7. Comparison of the results of the OFP of athletes from other regions and countries.

Conclusions.

1. Online competitions have proven to be a good way to monitor and compare the physical fitness of athletes from different cities and countries.

2. Holding online competitions between clubs from different cities and countries during the pandemic contributes to the development and strengthening of long-distance and international relations.

3. Athletes from different sports can participate in general physical training competitions, which makes it possible to compare the physical abilities of children and their educational and training process. Also, the presented type of competition contributes to an increase in the number of participants.

4. Low cost, short running time and the opportunity to compete directly from home make these competitions accessible to many athletes around the world.

5. Online competitions are applicable not only in quarantine conditions, but also as an additional innovative method of monitoring the physical fitness of athletes.

6. Minimal financial costs for conducting online competitions and awarding participants, which makes the competition accessible to both participants and organizers.

7. Monitoring, comparison and analysis using digital technologies of the results of athletes competing in online competitions makes it possible to timely adjust the training process.

REFERENCES

1. On approval of the Strategy for the Development of Physical Culture and Sports in the Russian Federation for the period up to 2030 : Decree of the Government of the Russian Federation № 3081-р dated November 24, 2020 // <http://www.consultant.ru/law/hotdocs/66040.html> / (accessed 06.11.2021).
2. Ashkinazi, S.M. Results of an experimental study of the methodology for the development of special physical qualities of athletes engaged in mixed martial arts / S.M.Ashkinazi, A.A.Accusantsev, E.A.Bavykin, A.B.Taymazov // Actual problems of physical and special training of power structures. 2016. № 1. P. 118-128.
3. Ashkinazi, S.M. The development of the content, theory and methods of teaching hand-to-hand combat from antiquity to our times. Materials for lectures / Ashkinazi S.M.; Military Institute of Physical Culture. St. Petersburg, 1998. — 42 p.
4. Ashkinazi, S.M. Pedagogical conditions, rules and factors of effective training in hand-to-hand combat/ 5. Ashkinazi S.M. // Theory and practice of physical culture. — 2014.- № 9. — P. 14-18.
5. Ashkinazi, S.M. The development of the content, theory and methods of teaching hand-to-hand combat from antiquity to our times. Materials for lectures / Ashkinazi S.M.; Military Institute of Physical Culture. St. Petersburg, 1998. — 42 p.
6. Bavykin, E.A. The problem of choosing means of physical training in mixed martial arts/ E.A.Bavykin, S.M.Ashkinazi // Scientific substantiation of physical education, sports training and training in physical culture, sports and tourism. Materials of the XIV International Scientific Session on the results of research for 2015, in three parts. Ministry of Sports and Tourism of the Republic of Belarus, Belarusian State University of Physical Culture. — 2016. — P. 115-118.
7. How a fitness test for military personnel became a super exercise [Electronic resource] // Triskirun. Access mode: <https://triskirun.ru/5910-burpi-burpee-kak-fitness-test-stal-superuprazhneniem>

8. Contreras B., Anatomy of strength exercises using their own weight as a burden / B. Contreras; translated from English by S. E. Borich. — 4th ed. — Minsk: Potpourri, 2021. — 224 p.
9. Lauren, Mark. Fitness for home. All exercises without equipment / Mark Lauren; [trans. from the English A.M. Rudycheva]. — Moscow: Publishing House “E”, 2015. — 176 p.
10. Ozolin N.G., The trainer’s handbook. The science of winning. / N.G. Ozolin — Moscow: AST, 2011. — 864 p.
11. Taymazov, V.A. On the attitude of young people to martial arts and martial arts and the degree of their popularity in a number of countries of the world / V.A.Taymazov, S.M.Ashkinazi, A.A.Accusantsev // Theory and practice of physical culture. — 2016. — № 2. — P. 40-42.
12. Ashkinazi, S.M. Effects of Interval Training Modes on Development of Special Physical Qualities of Athletes Involved in Mixed Martial Arts / S.M. Ashkinazi, X. Zhang, E.A. Bavykin, K.V. Klimov // Archives of Budo Science of Martial Arts and Extreme Sports. 2016. T. 12. № 1. — P. 131-138.
13. Sytnik, G. Socio-psychological training as an innovative form of psychological and pedagogical support in the preparation of sports reserves / G. Sytnik // The place and role of physical culture in the modern world : A collection of articles and abstracts of reports of the All-Russian Scientific and Practical Conference, St. Petersburg, May 19-20, 2021. — St. Petersburg: Scythia-print LLC, 2021. — P. 181-186.

УДК 338, 342

Наталья Александровна Рагозина¹, Никита Игоревич Орлов²

¹Санкт-Петербургский государственный экономический университет, Россия

¹Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия,
ragozina777@bk.ru;

²Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия
nikitaorlov2003b@gmail.com

АНАЛИЗ СТРАТЕГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ, ПРОФИЛАКТИКИ И КОНТРОЛЯ НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ НА ПЕРИОД ДО 2025 ГОДА

Аннотация. Статья посвящена изучению плана по стратегии формирования здорового образа жизни населения и снижению неинфекционных заболеваний в РФ включительно до 2025 года. На основе исследования доли лиц, ведущих активный образ жизни, количеству употребления алкоголя и табака у разных групп населения, социально-психологических условий были выявлены основные проблемы, препятствующие росту общественного здоровья.

Статья несет собой цель выявить план стратегии по снижению и контролю неинфекционных заболеваний путём создания региональных и муниципальных программ, повышению информированности населения и созданию кадров, специализирующихся на работе с населением. Осуществляется программа при непосредственном участии министерства Здравоохранения РФ.

Тема исследования имеет огромную важность для всей страны. Грамотная социальная политика позволит значительно снизить детскую смертность, увеличить число репродуктивного населения, а также уменьшить экономический ущерб, поверенный государству за счет потери трудоспособных граждан.

Реализация подобного плана в конечном итоге способствует увеличению естественного прироста населения и повышению его благосостояния.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, отечественная демография, социальная политика, благосостояние населения, заболевания, социальное страхование, вредные привычки, оздоровление нации

Natalia Alexandrovna Ragozina¹

¹Saint-Petersburg State Economic University, Russia

¹St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia,
ragozina777@bk.ru;

Nikita Igorevich Orlov²

²St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia,
nikitastalker2003@inbox.ru

ANALYSIS OF THE STRATEGY FOR THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE OF THE POPULATION, PREVENTION AND CONTROL OF NON-COMMUNICABLE DISEASES FOR THE PERIOD UP TO 2025

Annotation. The article is devoted to the study of the plan for the strategy of forming a healthy lifestyle of the population and reducing non-communicable diseases in the Russian Federation inclusive until 2025. Based on the study of the proportion of people leading an active lifestyle, the amount of alcohol and tobacco use in different population groups, socio-psychological conditions, the main problems hindering the growth of public health were identified.

The article aims to identify a strategy plan for the reduction and control of non-communicable diseases by creating regional and municipal programs, raising public awareness and creating personnel specializing in working with the population. The program is implemented with the direct participation of the Ministry of Health of the Russian Federation.

The topic of the study is of great importance for the whole country. A competent social policy will significantly reduce child mortality, increase the number of reproductive population, as well as reduce the economic damage caused to the state due to the loss of able-bodied citizens.

The implementation of such a plan ultimately contributes to increasing the natural growth of the population and improving its well-being.

Keywords: healthy lifestyle, domestic demography, social policy, welfare of the population, diseases, social insurance, bad habits, improving the health of the nation

Поддержание здоровья в рамках современного общества имеет огромную важность для населения, к сожалению, из-за популярности различных негативных тенденций, наблюдается рост обратных процессов вредных для народа. Поскольку процессы самоорганизации чаще всего основываются на финансовой основе, то на смену им приходит единое государственное стимулирование. Наглядным примером может послужить утверждаемая на десятилетия вперёд единая и стандартизированная по государственным нормам программа формирования здорового образа жизни с широким спектром решения проблем, обобщённых термином неинфекционные заболевания.

По причине ряда сложившихся демографических проблем, правительство крайне заинтересовано в основательном решении этого вопроса, проблема ЗОЖ проникла и в законодательство Российской Федерации. Так, ещё с 21 ноября 2011 г. Пункт 3 ст. 30 Федерального закона закреплял собою необходимость формирования здорового образа жизни у граждан, начиная с детского возраста, который обеспечивается путем проведения мероприятий, направленных на информирование граждан о факторах риска для их здоровья. Также правительство ставит целью дать мотивации к ведению здорового образа жизни и созданию условий для ведения здорового образа жизни, в том числе для занятий физической культурой и спортом [1,3-5].

Однако, законодательство не совсем ясно смогло выразить определение здорового образа жизни, отсутствие конкретных формулировок приводит к терминологической путанице [6, 9].

Чтобы полностью раскрыть поставленную проблему нашего анализа необходимо четко понимать какое определение даёт научная литература.

Здоровый образ жизни включает в себя «совокупность духовных ценностей и реальных видов, форм и благоприятных для здоровья эффектов деятельности по обеспечению оптимального удовлетворения потребностей человека», которая в синтезе «биологического и социального представляет собой социальную ценность, укрепление которой — важнейшая задача любого цивилизованного общества и основа формирования здоровой личности» [7,8, 12]. Таким образом социальная значимость ЗОЖ выступает первостепенным фактором в определении степени физической подготовки населения, что, в свою очередь, говорит о социальном благополучии любого человеческого сообщества. Как было замечено ранее, преобладание негативных тенденций в обществе постепенно сказывается на уровне его физического развития, тем самым, способствуя его понижению, в тот момент, когда создание необходимых условий наоборот облегчает формирование физического здоровья населения [2].

Перейдём к комплексной структуре документа и основных общеоздоровительных мероприятий, и методик.

На основе содержания текста можно выделить следующие пункты:

- 1) программа ставит задачу повысить грамотность населения в области знаний о вредных привычках, увеличить осведомленность

об основных проблемах со здоровьем. К достижению цели привлекается широкая агитация в средствах массовой информации, включение проблем со здоровьем в общее образование, связанных с программами, известных спортсменов, актеров, писателей и т. д.;

2) программа также вводит ограничительные меры, препятствующие воздействию негативных факторов на общественное здравоохранение, например, принятие дополнительных правовых мер, полностью запрещающих продажу алкоголя в определенных местах, проведение строгого контроля над расположением точек алкоголя, ужесточение контроля за незаконным производством и распространением алкогольной продукции и т.д.;

3) программа достигается в том числе путём социальной политики, направленной на повышение благосостояния населения, особое внимание уделяется семьям с детьми. Среди мер можно выделить субсидии семьям с детьми при посещении спортивных секций, бассейнов, снижение цен на здоровую пищу и, наоборот, создание 30-дневных условий для увеличения количества продуктов, содержащих высокие концентрации сахара и поваренной соли.

Помимо этого, весь представленный комплекс мер направлен и на повышение внимания к ответственности среди местного административного руководства в регионах [11,13].

Касаемо эффективности самого плана и его перспектив нет единого мнения, интересен вывод из исследования Г. Э. Улумбековой, согласно которому производится процентный расчёт доли причин смертей и состояния здоровья населения.

Автор пришел к выводу [11], что недостаток репродуктивного и трудоспособного населения объясняется высокой смертностью от артериального давления, а также избыточным употреблением алкоголя, это в свою очередь является следствием совокупности социально-экономических факторов. Следовательно, основной акцент программы, по мнению авторов, должен быть уделён борьбе с алкоголем, общим повышением благосостояния населения РФ, а не кратко временными субсидиями и льготами, а также увеличением численности медицинских учреждений.

Подобные утверждения справедливы на фоне статических показателей. Однако разработанная программа не обходит стороной вопрос алкоголизма и, более того, ставит чётко выделенные нормы его потребления, ограниченные до 9 литров. В тоже время, для под-

держания сбалансированной стратегии плана необходимо помнить и о других негативных тенденциях, не преуменьшая их роли. Сравнимые с потреблением алкоголя данные свидетельствуют о несоизмеримом проценте потребления табака, — двумя крайностями, пользующимися спросом на рынке и обществе.

Не менее важно обратить внимание и на детское воспитание, поскольку помимо взрослых, негативные тенденции всесторонне затрагивают отечественное сообщество. Эта обеспокоенность может быть подкреплена статическими данными, которые в количественном и процентном соотношении, отличаются лишь относительно. Профилактические меры должны затрагивать все те общественные сферы для чего и требуется популяризация физической культуры.

Если говорить в общем, то такая не приятная картина вызвана в первую очередь экономическим положением страны, от которого и исходят все трудности. Исследование авторитетного отечественного специалиста в области демографии и экономики Леонида Леонидовича Рыбаковского убедительно показало, что неуклонное падение численности репродуктивного населения исходит от того, что молодежь вынуждена постоянно думать именно о работе, пренебрегая своим здоровьем и склоняясь к вредным привычкам от депрессии, пытаясь отвлечься от переживаний.

По мнению исследователей, путь решения проблем, связанных с предотвращением роста неинфекционных заболеваний нужно искать через повышение обеспеченности населения жильем и повышением социального страхования. И зависит это целиком от руководства страны, у которого есть возможность нормализовать вредные факторы, которые вызывают эти заболевания [10, 13].

Итак, правительство делает неуклонные шаги в сторону развития методов лечения проблем, препятствующих развитию общественно-го развития, был выработан стратегический план до 2025 года.

К сожалению, не все специалисты отмечают его перспективность, но показать эффективность задач, поставленных правительством задач может только время.

Каждая страна так или иначе периодически сталкивается с подобными проблемами, поэтому нельзя сказать, что с такими трудностями столкнулась только РФ. Однако всегда полезно учиться опыту других, нельзя не заметить эффективность методов европейских стран, которые порой могут послужить полезным примером и для нас.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Собр. законодательства Рос. Федерации. 2011. № 8, ст. 6724; 2012. № 26, ст. 3446.
2. Медик В. А., Юрьев В. К. Общественное здоровье и здравоохранение : учебник / В. А. Медик, В. К. Юрьев. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : ГЭО-ТАР-Медиа, 2012. — с. 139-140.
3. Новиков, А. Б. Здоровый образ жизни личности: правовое понимание, регулирование, реализация / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Ученые записки юридического факультета. — 2021. — № 3. — С. 36-38.
4. Новиков, А. Б. О правовой концепции развития физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 176-180.
5. Новиков, А. Б. Конституционно-правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Спорт, человек, здоровье: Материалы X Международного Конгресса, посвященного 125-летию со дня создания НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 08–10 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2021. — С. 351-354.
6. Отставнова Е.А., Конституционно-правовое обеспечение здорового образа жизни в России // Вестник СГЮА. 2013. №4 (93). [Электронный ресурс] — <https://cyberleninka.ru/article/n/konstitutsionno-pravoe-obespechenie-zdorovogo-obraza-zhizni-v-rossii> — текст электронный. (дата обращения: 15.04.2022)
7. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех: Материалы Международной научно-практической конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года. — Москва: Московский гуман, 2022. — С. 172-176.
8. Рагозина, Н. А. Об оздоровлении нации и сбережении народа / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2022. — № 1. — С. 31-33.
9. Рагозина, Н. А. Евгеника и оздоровление нации: современные теоретические и правовые аспекты / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2021. — № 4. — С. 38-40.
10. Рыбаковский Л.Л., Савинков В.И., Кожевникова Н.И. Особенности демографического развития России: прошлое, настоящее, будущее // Социально-трудовые исследования. 2021. №2 (43).

11. Улумбекова Г.Э. Актуальность Стратегии по формированию у населения РФ приверженности здоровому образу жизни и рекомендации по доработке Межведомственной стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 г. // ОРГЗДРАВ: Новости. Мнения. Обучение. Вестник ВШОУЗ. 2018. №1 (11).
12. Шумакова Ю. А. Здоровый образ жизни // Система ценностей современного общества. 2010. №11.
13. ОРГЗДРАВ: новости, мнения, обучение № 1. 2018. — с. 38. // <https://orgzdrav.vshouz.ru/>

УДК 796

¹Дали Магометовна Патиева,

^{1,2}Наталья Александровна Рагозина

¹Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

²Санкт-Петербургский государственный экономический университет, Россия
dali.patieva@mail.ru, ragoza777@bk.ru

РАЗВИТИЕ СПОРТА В СЕВЕРО-КАВКАЗСКОМ ФЕДЕРАЛЬНОМ ОКРУГЕ С УЧЕТОМ НАЦИОНАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ

Аннотация. В статье приведена краткая характеристика Северо-Кавказского федерального округа, описываются исторические виды спорта на Кавказе, проанализированы основные проблемы, связанные с развитием спорта в СКФО, а также выделены приоритетные направления развития физической культуры и спортивной инфраструктуры в данном регионе. В ходе анализа было установлено, что в Северо-Кавказском федеральном округе прослеживается слабое развитие ФКиС и спортивной инфраструктуры в связи с географическим положением региона, национально-религиозными особенностями, низким уровнем федерального финансирования, отсутствием инвестиционной привлекательности в силу экономической нестабильности и социально-политической обстановкой регионов. К приоритетным направлениям развития спорта на Северном Кавказе были отнесены: привлечение средств из бюджетов на развитие спорта в регионах, формирование культуры здорового образа жизни, развитие спортивной базы, а также модернизация имеющихся спортивных учреждений и привлечение внимания молодежи к занятию спортом.

Ключевые слова: физическая культура и спорт, Северо-Кавказский федеральный округ, спортивная инфраструктура, национальные особенности, регион России, инвестиционная привлекательность, финансирование в сфере спорта.

¹*D.M. Patieva,*

^{1,2}*N.A. Ragozina*

¹St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

²St. Petersburg State University of Economics, Russia

Dali.patieva@mail.ru, Ragozina777@bk.ru

DEVELOPMENT OF SPORTS IN THE NORTH CAUCASIAN FEDERAL DISTRICT, TAKING INTO ACCOUNT NATIONAL PECULIARITIES

Annotation. The article provides a brief description of the North Caucasus Federal District, describes historical sports in the Caucasus, analyzes the main problems associated with the development of sports in the North Caucasus Federal District, and identifies priority areas for the development of physical culture and sports infrastructure in this region. During the analysis, it was found that in the North Caucasus Federal District, there is a weak development of the FCIs and sports infrastructure due to the geographical location of the region, national and religious characteristics, low level of federal funding, lack of investment attractiveness due to economic instability and the socio-political situation of the regions. The priority areas of sports development in the North Caucasus included: attracting funds from budgets for the development of sports in the regions, the formation of a healthy lifestyle culture, the development of a sports base, as well as the modernization of existing sports institutions and attracting the attention of young people to sports.

Keywords: physical culture and sports, North Caucasus Federal District, sports infrastructure, national characteristics, regions of Russia, investment attractiveness, financing in the field of sports.

Северо-Кавказский федеральный округ представляет собой административное формирование Российской Федерации, расположенное на юге европейской части России, в центральной и восточной части Северного Кавказа. Республика Ингушетия, Республика Дагестан, Чеченская Республика, Карачаево-Черкесская Республика, Республика Северная Осетия, Кабардино-Балкарская Республика, Ставропольский край — все это входящие в его состав субъекты. Здесь, несмотря на высокий уровень миграционного оттока, отмечаются самые высокие показатели рождаемости и плотности населения в стране, это в свою очередь связано с религиозными и национальными особенностями жителей, проживающих на территории данного округа [8].

С давних времён различные виды физических упражнений и спортивных состязаний являлись важнейшим элементом традиционной культуры народов Северного Кавказа. Физическое воспитание всегда имело большое значение, поскольку повседневная жизнь горцев требовала постоянных физических усилий. Это объясняется тем, что они проживали в основном в предгорьях и высокогорьях и находились в постоянной борьбе с природными стихиями [11]

Спортивная подготовка начиналась в раннем детстве. Молодёжь развивала ловкость, выносливость, силу, гибкость и быстроту с помощью различных спортивных состязаний. Одними из самых популярных видов спорта были: борьба, соревнования по бегу, стрельба из лука и ружья, езда верхом, скачки, единоборства.

Неотъемлемой частью физической подготовки было хорошее владение оружием и верховой ездой. На лошадей сажали в 7-8 летнем возрасте. От наездника требовалось в совершенстве управлять лошадью и держаться на ней. Подрощих девочек также учили верховой езде, но это выходило из обычновения во второй половине 19 века.

Известна также такая разновидность хоккея, которая издревле существовала на Кавказе, как ночной хоккей. Отличительная особенность игры состоит в том, что шарик пропитывали горючим веществом и поджигали. Или, например, регби. На Кавказе в него играли двумя мячами, а не одним [11].

У населения СКФО по прошествии веков интерес к единоборствам не угас. Здесь занимаются боксом, дзюдо, греко-римской борьбой, вольной борьбой, смешанными боевыми искусствами. Кавказ славится своими спортивными достижениями. И это могут доказать результаты спортсменов на олимпийских играх, европейских играх, чемпионатах мира. Например, обладателями золотой медали на олимпийских играх являются: Муса Евлоев (греко-римская борьба), Хасан Халмурзиев (дзюдо), Беслан Мудранов (дзюдо), Абдулрашид Садулаев (борьба), Аниуар Гедуев (борьба), Сослан Рамонов (борьба), Альберт Батыргазиев (бокс). Конечно, большое уважение заслуживают тренеры в этих видах спорта [9].

Можно заметить, что на современном Кавказе не развит женский спорт. Дело в том, что в кавказской культуре женщина должна следить за домом и воспитывать детей. Однако, как уже упоминалось, их повседневная жизнь требует больших физических нагрузок и посто-

янного движения. И именно это помогает им оставаться в хорошей физической форме.

Также стоит упомянуть, что в основной своей массе кавказцы не курят, имеют хорошую наследственность и правильно питаются. Эти факторы и характеризуют феномен кавказского долгожителя.

Современный Кавказ имеет большой потенциал для развития многих видов спорта, однако данный регион не обладает инвестиционной привлекательностью в связи с социально-политической обстановкой. Стоит также учитывать, что субъекты, входящие в состав СКФО, обладают низким социально-экономическим уровнем развития.

В связи с природно-климатическими условиями и низкой заселенностью, развитие спортивной инфраструктуры в СКФО имеет дисбаланс в отдельных территориях. Количество спортивных сооружений в СКФО по данным Министерства спорта Российской Федерации на 2021 год составляет всего 16231, из них 102 стадиона, 8406 плоскостных сооружений, 4250 залов, 231 бассейн [10].

Одной из главных причин замедленного развития спорта на Кавказе является низкий уровень финансирования ФКиС, что влечет за собой слабое развитие инфраструктуры и материально-технической базы, а также низкую заработную плату работников сферы физической культуры и спорта [1].

Для дальнейшего разрешения ситуации могут быть предложены следующие пути решения проблем:

- привлечение внимания государства к проблеме развития спорта в регионах;
- выделение средств из федерального и региональных бюджетов на развитие спортивной инфраструктуры;
- постройка отдельных женских спортивных комплексов;
- повышение заработной платы работников в сфере физической культуры и спорта.
- создание спортивных досуговых центров и кружков;
- модернизация имеющихся спортивных учреждений;
- поддержка строительства спортивных сооружений и профессиональных спортивных центров, в том числе и для подготовки олимпийского резерва по национальным видам спорта [3,4,5];

- привлечение внимания молодежи к занятию спортом посредством СМИ [2,6].

В заключение стоит отметить, что современный Кавказ обладает большим потенциалом для развития физической культуры и спорта, и формирования здоровой молодежи, и при реализации всех вышеперечисленных путей решения проблем возможно его дальнейшее совершенствование.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24.11.2020 № 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года» // Собрание законодательства Российской Федерации, № 49, 07.12.2020 (дата обращения: 15.04.2022)
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 6.09.2010 № 1485-р «Стратегия социально-экономического развития Северо-Кавказского федерального округа до 2025 года» (с изменениями и дополнениями от 28.10.2014) // Собрание законодательства Российской Федерации, № 40, 04.10.2010 (дата обращения: 15.04.2022).
3. Новиков, А. Б. Публичный и коммерческий менеджмент: современное интегральное понимание / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Вопросы российского и международного права. — 2020. — Т. 10. — № 8-1. — С. 108-112.
4. Новиков, А. Б. О координации внешнеэкономических связей субъекта Российской Федерации / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Журнал правовых и экономических исследований. — 2013. — № 3. — С. 53-57.
5. Рагозина, Н. А. Стратегия правового регулирования инвестиционной деятельности на федеральном и региональном уровне / Н. А. Рагозина // Научные труды Московского гуманитарного университета. — 2006. — № 72. — С. 133-141.
6. Смородов, А. А. Инфотейнмент как способ формирования имиджа в спортивных СМИ / А. А. Смородов, М. С. Голокова, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Универ-

ситет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 210-215.

7. Ибрагимова З.Х. Горцы // М., ПРОБЕЛ-2000. — 2010. — С. 503
8. Тюфтяков А.А. Развитие спортивной инфраструктуры в Северо-Кавказском федеральном округе с учетом национальных особенностей // Иннов: электронный научный журнал, 2018. №5 (38).
9. Олимпийские чемпионы России. Olympтека. [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://olympteka.ru/olymp/athlets/by_country/rus.html?md=gold (дата обращения: 15.04.2022)
10. Показатели развития физической культуры и спорта в 2021 году. Министерство спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/> (дата обращения: 15.04.2022)
11. Этнография традиционного спорта у народов Северного Кавказа : (Ист.-этнол. исслед.) / К.У. Тайсаев; Моск. гос. акад. физ. культуры. — М., 2001. — С. 203. (дата обращения: 15.04.2022)

УДК796.011.1

¹Иустин Владиславович Петрика,

^{1,2}Наталья Александровна Рагозина,

³Галина Владимировна Сытник,

¹Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

²Санкт-Петербургский государственный экономический университет, Россия

³Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СОЦИАЛЬНЫЕ ЯВЛЕНИЯ ОБЩЕСТВА

Аннотация. Цель данной статьи рассмотреть физическую культуру как социальное явление с помощью ее воздействия на личность, общество и государство. Степень развития физической культуры показывает уровень воспитания населения, экономическое превосходство, моральный и этический прогресс.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, развитие, воспитание, личность, общество, государство, игра, соревнование, труд, экономика, ГТО

¹*Iustin Vladislavovich Petrika,*

^{1,2}*Natalia Alexandrovna Ragozina,* ³*Galina Sytnik*

¹St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

²Saint-Petersburg State Economic University, ragozina777@bk.ru

³Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health,
St. Petersburg, Russia
ragozina777@bk.ru

PHYSICAL EDUCATION AND SPORT AS SOCIAL PHENOMENA IN SOCIETY

Abstract. The purpose of this article is to examine physical education as a social phenomenon through its impact on the individual, society and the state. The degree of development of physical culture shows the level of education of the population, economic excellence, and moral and ethical progress.

Keywords: physical education, sport, development, education, personality, society, state, play, competition, work, economy

Физическая культура и спорт играют немаловажную роль в жизни каждого человека, общества и государства в целом. Физкультурно-спортивная деятельность развивает личностные качества человека, строит здоровое социальное общество и оказывает влияние на разные сферы страны. Вопрос здорового образа жизни и физической культуры населения как никогда актуален в силу сложившихся неблагоприятной для жизнедеятельности человека экологической обстановки [4].

Физическая культура и спорт развивает в человеке положительные качества, необходимые ему для становления в обществе как личности. Рассмотрим данную тему на примере обращения к истории.

Первые задатки физической культуры были связаны с игровой деятельностью, основанной на выполнении ряда действий, имитирующих трудовой процесс. Игра направлена на развитие физических (ловкость, сила, скорость,) и моральных качеств (коллективное мышление, целеустремленность, дисциплина). Однако, игровой метод больше подходит для детей, так как именно игровые моменты помогают сделать ребенку первые шаги в социализации и формировании личности. Со временем игры эволюционировали, роли участников делились по половому и возрастному признаку, использовались разного вида атрибуты, создавались специальные площадки, прописывались правила, а также организовались команды, что привело к появлению соревновательного настроя. Такого рода режим заставляет придерживаться определенных алгоритмов (нахождение уязвимостей противоположной команды, анализ действия, построение плана для победы). Факт соперничества подразумевает наличие стресса, что воспитывает в участниках умение контролировать свои эмоции, не поддаваться провокациям, ответственно относясь к поставленной задаче. Цель соревнований допустить меньше ошибок и привести свою команду к победе. Соревновательный метод формирует такие личностные качества как решительность, целеустремленность, выносливость, самообладание [1].

Физическая культура изначально сформировалась как самостоятельное выполнение упражнений (бег, плавание, метание ядра, прыжки в длину), избавившись от статуса «игры» и приобретя воспи-

тательный, образовательный характер, что способствовало привлечению подрастающего поколения и взрослого населения к труду [2].

Тем не менее, вне зависимости от исторического времени, физически подготовленный человек лучше справляется с поставленными задачами. Сегодня невозможно представить общество без социальных явлений, связанных с физической культурой. Например, студент, в жизни которого присутствует спорт и здоровый образ жизни, отличается высоким уровнем внимательности, что помогает ему воспринимать и анализировать информацию в полном объеме; терпеливо и усидчиво выполнять поставленную задачу и проявлять настойчивость в достижении цели, умение контролировать свои эмоции во время выступления или при возможной неудаче, способность работать в команде, выстраивать тактику, брать на себя ответственность за успех коллектива, а также смелостью, выносливостью и многими другими положительными, полезными для учебы и жизни качествами [3].

Физическая подготовленность и здоровье граждан также напрямую влияет на жизнь и развитие государства. Физкультурно-спортивная деятельность граждан, выполняющая культурно-социальную роль, способствует решению современных вопросов, касающихся социальной, политической и экономической сфер страны.

Физическая культура и спорт, способствующие повышению физических и моральных качеств человека, позволяют подготовить наилучшие рабочие кадры. Занимающиеся физической активностью сотрудники отличаются высоким уровнем производительности труда, эффективностью и высоким качеством работы, исключая брак и способствующим экономическому росту [7]. Свои плюсы в рабочем процессе имеет способность человека работать в коллективе, что часто встречается в командных видах спорта. С помощью командной работы, путём анализа, построения стратегии, распределения обязанностей и лидерских качеств отдельных личностей коллектив добивается успеха, качественно выполняя свою работу [6].

Также здоровый образ жизни и занятия спортом способствуют увеличению трудоспособного возраста граждан и снижает частоту возникновения ситуаций, когда сотрудник покидает своё рабочее место и не выполняет поставленных задач по причине болезни, что приводит к экономическому упадку [5].

Будущее страны определяют уровень здоровья и физической культуры населения, поэтому правительство нашего государства в лице комитета Российской Федерации по физической культуре предпринимает ряд действий, решающих данную актуальную проблему. Для увеличения значимости здорового образа жизни и спорта в системе нравственных ценностей современного общества создаются специальные государственные программы, направленные на физическое воспитание населения страны, проводятся массовые мероприятия образовательного, пропагандистского, методического и организационного характера, подготавливаются квалифицированные специалисты в области физкультуры и спорта. Вносятся положительные коррективы в инфраструктуру городов и поселений страны, позволяющие стать физической культуре и спорту общедоступными, для населения разных возрастов и социальных групп: обустраиваются спортивные площадки с разного рода тренажёрами и необходимыми условиями для занятия спортом на свежем воздухе, стадионы, тренажерные залы, бассейн, физкультурно-оздоровительные комплексы, в которых организуются спортивные секции для детско-юношеского и взрослого физического развития.

Одной из программ, разработанных комитетом Российской Федерации по физической культуре, является Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», коротко известный, как «ГТО». Стоит отметить, что на сегодняшний день благодаря выполнению физических нормативов каждый человек может принять участие в данном всесоюзном испытании и заработать почетный знак «ГТО». В зависимости от подготовленности участника, ему будет присваивается определённая степень. Комплекс ГТО — это движение, направленное на развитие массового спорта и оздоровление нации в нашей стране [9]. Получение знака ГТО считается почётным. Система ГТО является мощным стимулом для занятий физической культурой и спортом, меняет ценностные ориентации, повышает жизненный тонус, физическое и психическое здоровье, а также творческую и трудовую активность среди молодёжи [10-12]. С помощью отличительного знака выпускник школы может получить заветные бонусные баллы ЕГЭ, что в дальнейшем поможет ему при поступлении в высшее учебное заведение, а студенты, в свою очередь, могут претендовать на повышенную стипендию. Нормативы способен выполнить каждый, для этого требуется пройти медицинское обследо-

дование, зарегистрироваться на сайте, ответственно отнестись к подготовке для успешного прохождения испытания и непосредственно присутствовать на месте проведения.

Победы Российской Федерации в международных спортивных состязаниях и олимпиадах также играют большую роль в жизни нашего государства, так как демонстрируют уровень развития физической культуры нации; повышают статус страны на международной арене; путем эмоционального воздействия на зрителей прививают им нравственные и этические идеалы, патриотизм и любовь к спорту как у старшего, так и у подрастающего поколения; положительно влияют на общественные отношения разных социальных групп.

Подводя итог, можно с уверенностью утверждать о значимости физической культуры и спорта, которые играют важную роль в разных сферах жизнедеятельности человека, общества, государства [7]. С каждым годом данная тема все больше привлекает внимание людей, стремящихся укрепить и улучшить свое здоровье, физическое и моральное состояние. Стремление отдельных личностей говорит об развитии уровня физкультурно-спортивного воспитания и всего общества. Благодаря развитой сфере физической культуры в подрастающем поколении закладывается стремление иметь здоровое тело и дух, достигать успехов для блага страны.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Барчуков, И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта / Игорь Барчуков. — Москва: КноРус, 2016. — 77 с.
2. Бондаревская, Е.В. Теория и практика личностно-ориентированного образования / Елена Бондаревская. — Ростов-на-Дону : Булат, 2000. — 218 с.
3. Каган, М.С. Философия культуры / Моисей Каган. — Санкт-Петербург : ТОО ТК Петрополис, 1996. — 414 с.
4. Лубышева, Л.И. Спортивная культура в средней общеобразовательной школе / Людмила Лубышева. — Москва: Теория и практика физической культуры и спорта, 2011. — 240 с.
5. Мазов, Н.Ю. Спорт как социокультурный феномен: автореферат докторской диссертации: 07.09.09 / Николай Мазов. — Уфа., 2009. — 44с. — Библиогр.: С. 34-36.
6. Гончаров, В.Д. Физическая культура в системе социальной деятельности: автореферат докторской диссертации: 10.03.10 / Валерий Гончаров. — СПб, 2007. — С. 162-164.

7. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // Экономика. Налоги. Право. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103
8. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98
9. Сытник, Г. В. Спортивно-массовые мероприятия как фактор оздоровления населения / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Ломоносовские чтения в Санкт-Петербурге. 310 лет М.В. Ломоносову : Тезисы Пятой научно-практической конференции, Санкт -Петербург, 24–26 ноября 2021 года / Санкт-Петербургский институт природопользования, промышленной безопасности и охраны окружающей среды. — Санкт -Петербург: Информационный издательский учебно-научный центр «Стратегия будущего», 2021. — С. 165-166.
10. Сытник, Г.В. Комплекс ГТО в формировании мотивации к занятиям физической культурой и здорового образа жизни у студентов вузов (к 90-летию комплекса ГТО) / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, Н. А. Рагозина, А. Б. Новиков // Спортивный психолог. — 2021. — № 3(60). — С. 4-8.
11. Сытник, Г. В. Внедрение и реализация комплекса ГТО в образовательных учреждениях / Г. В. Сытник // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 104-105.
12. Сытник, Г. В. Практико-ориентированный подход в привлечении студентов и сотрудников вузов в реализации комплекса ГТО / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание. — 2021. — № S3. — С. 116-121.

УДК 796.011.1

Екатерина Игоревна Прилепская, Диана Хасановна Тешаева
Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия
jedaharrisonmike@yandex.ru
nefstrix1717@gmail.com

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина
Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия,
ragozina777@bk.ru

КОНЦЕПЦИЯ ЗДОРОВЬЯ В КИТАЕ: ФИЛОСОФСКИЙ И ПРАВОВОЙ АСПЕКТЫ

Аннотация: Статья посвящена исследованию концепции здоровья с точки зрения философии и права в Китайской Народной Республике. В статье приводится краткий историко-философский анализ понятия «здоровье» в китайской культуре истории и современности. Рассматривается политика КНР в сфере здравоохранения, медицины и здоровья. Обобщаются мероприятия, которые проводились для улучшения показателей качества жизни: уровня здоровья граждан, продолжительности жизни. Авторами статьи даётся оценка степени влияния философского аспекта на правовой и комментарий по теме.

Ключевые слова: здоровье, философия Китая, медицина, здравоохранение, традиционная китайская медицина, социальная политика КНР

Ekaterina I. Prilepskaya, Diana H. Tshaeva
Saint-Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia
jedaharrisonmike@yandex.ru
nefstrix1717@gmail.com

Scientific director: Natalya A. Ragozina
St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia, I@mail.ru,
ragozina777@bk.ru

THE CONCEPT OF HEALTH IN CHINA: PHILOSOPHICAL AND LEGAL ASPECTS

Abstract: The article is devoted to the study of the concept of health from the point of view of philosophy and law in the People's Republic of China. The article provides a brief historical and philosophical analysis of the concept of "health" in Chinese culture of history and modernity. The policy of the PRC in the field of healthcare, medicine and health is considered. The activities that were carried out to improve the quality of

life indicators are summarized: the level of citizens' health, life expectancy. The authors give an assessment of the degree of influence of the philosophical aspect on the legal one and a commentary on the topic.

Keywords: PRC, health, Chinese philosophy, medicine, healthcare, traditional Chinese medicine, social policy of China.

На 2022 год КНР является четвёртым государством в мире по количеству долгожителей среди населения, а средняя продолжительность жизни на начало 2010 года составляет 73 года. Однако ещё в 1940-х гг. данный показатель в Китае не превышал значения 35-ти лет [6]. С самого основания КНР государство придавало большое значение здоровью и благосостоянию граждан. По сей день в стране популяризируется спорт, здоровый образ жизни, а также создаются долгосрочные планы по развитию и улучшению здравоохранения.

Сам термин «здоровье» в Китае обозначается двузначным иероглифом, в котором первый символ дословно переводится как «крепкий», а второй — «спокойствие», таким образом, даже само слово показывает наличие в культуре двойного состава этого понятия. И физическое и психическое здоровье в китайской концепции опирается на функционирование человеческого тела и разума благодаря балансу различных энергии. Основными выделяются энергии цзин, ци и шэнь. Понятие здоровья в Китае тесно связано с понятием тела в философии, так в даосизме «шэнь» отражает телесную составляющую здоровья.

Сочетание ци, цзин и шэнь по-китайски называется «цсань-цсхань», что означает «три драгоценности». Единство этих субстанций знаменует просветление шэнь (физического духа), и здоровье в данном контексте приобретает значение «достижение ясности» (освобождение). В даосизме прозрение человека делает его духовно бессмертным, то есть независимым от собственного физического тела [7]. В буддизме же «ясность» (самопросветление) рассматривается как достижение состояния Будды (избавления от желания). В свою очередь конфуцианство трактует о необходимости саморегуляции человека для сохранения баланса энергий и функций организма [8], что объясняется свойственным данной философии социальным детерминизмом, в то время как даосизм и буддизм основываются на природном детерминизме.

Воспитание добродетели рассматривается основой хорошего здоровья в учении Конфуция и в традиционной медицине Китая, которая испытала большое влияние конфуцианства. Причиной болезни в китайской философии является нарушение баланса энергий и функций организма. Таким образом, исходя из специфики понимания здоровья в Китае, можно заключить, что концепция медицины в КНР также связана по большей мере с лечением «духа» человека, а не непосредственно тела, с которым ассоциируется здоровье в европейской культуре. Так жители Китая употребляют выражение «ден шэнь», когда они говорят о здоровье в данном контексте. Данное выражение имеет значение близкое к «лечить телесную оболочку, которая улучшит душу»

При этом здоровье в современной китайской системе ценностей не позиционируется как самостоятельная ценность, что происходит в большей части европейских стран, а часто рассматривается в совокупности с материальными ценностями, которые ассоциируются с денежным богатством [9]. Однако богатство, как и нищета, часто влияет негативно на физическое и психическое здоровье человека, так как в Китае существует идея усталости человека от обладания богатством, согласно которой человек тратит своё здоровье для достижения и удержания богатства.

Рассматривая проблему здоровья в Китае с правовой точки зрения, можно отметить, что вопросы, касающиеся права гражданина КНР на тело, здоровую жизнь, и здоровье в целом, относятся к личным неимущественным правам на законодательном уровне [2]. В главе Гражданского Кодекса КНР, посвященной здоровью и жизни китайских граждан, правительство Китая официально узаконило некоторые базовые права граждан в сфере здоровья и здравоохранения, а также установило некоторые первенствующие нормы, касающиеся здоровья граждан. Для темы здоровья и благополучия граждан страны в Гражданском кодексе Китайской Народной Республики отведена вторая глава: «Право на жизнь, право на тело и право на здоровье» [1]. Руководство Китая утверждает, что в стране термин прав человека должен включать в себя как экономические показатели уровня жизни, так и само состояние здоровья и экономического процветания каждого гражданина. За последние годы правительство отмечает прогресс в этой области.

Во второй половине XX в. уровень медицины и здравоохранения в Китае был достаточно слаб. КНР было необходимо быстро устранить эту проблему. Для этого государство приняло решение планомерно усиливать и развивать медицинскую сферу, а также фармацевтику и здравоохранение.

В 2009 Китай приступил к реформированию систем здравоохранения и медицины. На официальном уровне была сформулирована идея о том, что медицинская помощь, а также услуги здравоохранения должны предоставляться гражданам КНР в качестве общественного продукта. Был также определен характер общественной медицины и сформулирован как общественно-полезный. Руководство КНР также призвало образовать в стране четыре главные системы, в которые входили бы такие сферы, как медицинское обслуживание, общественное здравоохранение, своевременное снабжение граждан лекарственными средствами и общее медицинское обеспечение. Для устойчивого выполнения поставленных задач правительство выпустило в свет документ «Приоритетный проект реализации реформы системы медицины, фармацевтики и здравоохранения на ближайший период времени», в котором были обозначены основные задачи вводимых преобразований [3]. Уже в 2015 году руководство страны официально внесло задачу по строительству «здорового Китая» в коммюнике 5-го пленума ЦК КПК 18-го созыва. Правительство все чаще выдвигало мысль о том, что в сфере здоровья китайских граждан необходимо придерживаться правильного курса, использовать в качестве движущей силы инновации и реформы, соединять некоторые приемы и знания китайской и западной медицины, а также приобщать народ к совместному улучшению здоровья нации, популяризировать идею всеобщего строительства «здорового Китая». В 2016 году был опубликован стратегический план по повышению уровня здоровья китайского народа «Программа «Здоровый Китай — 2030» [4].

В результате проводимых правительством реформ средняя продолжительность жизни китайских граждан увеличилась с 67 лет в 1981 году до 76,5 лет в 2016 [5]. К этому моменту также был преодолен уровень стран со средним уровнем доходов по всем основным показателям здоровья граждан. В тот же период в КНР образовалась новая система здравоохранения, в которой главенствующую роль играет Конституция Китая. В процессе реализации данной системы основой послужили следующие официальные документы:

- гражданские законы;
- гражданско-правовые акты;
- административно-правовые акты;
- местные законоположения.

Также в стране активно принимаются новые программы и планы в области здоровья граждан, для того чтобы находить баланс в отношениях между больницами и пациентами, своевременно разрешать конфликты и проблемы в сфере медицины и на практике реализовать право граждан КНР на здоровье.

Таким образом, рост средней продолжительности жизни, качества здравоохранения и повышение здоровья китайской нации связано с активной и эффективной деятельностью правительства КНР в развитии данной сферы. Однако официальная медицина в Китайской Народной Республике в равной степени сочетает в себе как идеи западной медицины, так и постулаты традиционной китайской медицины. В заключении следует отметить высокую степень оказываемого на современную концепцию здоровья в Китае влияния наиболее распространённых философских мыслей: даосизма, буддизма, конфуцианства, — на медицину и здравоохранение, в том числе на правовые основы данных. Помимо этого, культурный аспект оказывает влияние и на быт населения Китая в наши дни.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Гражданский кодекс КНР от 28.05.2020. — М.: Синосфера, 2020. — 431 с.
2. Применение международного права в дипломатических инцидентах: Россия и Китай / В. К. Дмитриев, А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина, Г. З. Щербаковский // Юридическая наука. — 2019. — № 12. — С. 135-39.
3. Развитие дела здравоохранения и прогресс в деле охраны прав человека в Китае / Пресс-канцелярия Госсовета КНР. — Пекин: Издательство литературы на иностранных языках, 2017. — 68 с.
4. Здоровый Китай 2030. План: Информационное агентство Синьхуа 25 октября 2016 года. [Электронный ресурс] // URL: http://news.xinhuanet.com/health/2016-10/25/c_1119786029.htm (Дата обращения 01.05.2022 г.)
5. Ключевые словосочетания о реформах и открытости. — Пекин: Издательство литературы на иностранных языках, 2020. — ISBN: 978-7-119-11794-2 [Электронный ресурс] // URL: 中国改革开放关键词 (俄文) — Google Books (Дата обращения 01.05.2022 г.)

6. Zhaori, Ge-tu. Face challenges with confidence when we review the great achievements at the 60th birthday of the people's republic // Chinese Medical Journal. — 2009. — Vol. 122, no. 19. — P. 2205–2208.
7. Дао дэ Цзин: трактат /Лао-Цзы; перевод: Д. Конисси, Л. Толстого. — М.: АСТ, 2019. — 157 с.
8. Трактат Желтого императора о внутреннем. Часть первая: Вопросы о простейшем / перевод: Б. Виногородского — М.: Издательский Дом «Профит Стайл», 2007. — 384 с.
9. Цзян Шань. Концепт «здоровье» в русских и китайских паремиях: магистерская диссертация / Цзян Шань. Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина. — Екатеринбург, 2015. — 84 с. — Библиогр.: с. 65–84. [Электронный ресурс] // URL: https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/31709/1/m_th_s.jiang_2015.pdf (Дата обращения 01.05.2022 г.)

УДК 611.

Влада Вадимовна Протасова

Омский филиал Финуниверситета, Омск, Россия
Ladapro@yandex.ru

Научный руководитель: Елена Александровна Одинцова
Омский филиал Финуниверситета, Омск, Россия
Oden.el@mail.ru

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ ПРИ ГИПОДИНАМИИ (ВОССТАНОВЛЕНИЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ)

Аннотация. В данной статье рассматриваются последствия пандемии и её влияние на организм человека, а также физическая реабилитация с применением соответствующих упражнений. Целью является проведение опроса среди студентов Омского филиала Финансового университета, для статистического анализа и более точного определения имеющихся проблем и подвести итоги по полученным данным.

Ключевые слова: пандемия, физические упражнения, реабилитация, здоровье, дыхательная система.

Vlada Vadimovna Protasova

Omsk Branch of the University of Finance, Omsk, Russia
Ladapro@yandex.ru

Scientific director: Elena Aleksandrovna Odintsova
Omsk Branch of the University of Finance, Omsk, Russia
Oden.el@mail.ru

THE ROLE OF PHYSICAL ACTIVITY DURING A PANDEMIC WITHIN ACTIVITY (RESTORATION OF THE RESPIRATORY SYSTEM)

Abstract: This article discusses the consequences of the pandemic and its impact on the human body, as well as physical rehabilitation with the use of appropriate

exercises. The purpose is to conduct a survey among students of the Omsk branch of the Financial University, for statistical analysis and more accurate identification of existing problems and to summarize the data obtained.

Keywords: pandemic, exercise, rehabilitation, health, respiratory system

31 декабря 2019 года мир узнал о новом вирусе COVID-19, данный вид пневмонии поразил большую часть населения и, как итог, не многие смогли легко победить эту болезнь. Ввиду этого было разработано множество методик для реабилитации с разной степенью поражения дыхательной системы [3] с целью предотвращения возникновения гиподинамии, которая возникает ввиду малоактивного образа жизни и снижения мышечной активности, причина ее возникновения заключается в длительном постельном режиме. И следует начать самостоятельно давать нагрузку самыми простыми упражнениями [4].

Время восстановления у всех протекает по-разному, так как перенесение тяжелой болезни и пребывание в больнице могут быть чрезвычайно напряженными. Некоторые люди быстро оправляются от COVID-19 и не нуждаются в большой поддержке. Другим людям потребуется больше времени и помощи.

Пациенты с коронавирусной болезнью 2019 (COVID-19), острая дыхательная недостаточность (С-ARF), поступающие в отделение интенсивной терапии с гипоксемией, обычно нуждаются в той или иной форме респираторной поддержки. Острый респираторный дистресс-синдром (ОРДС), связанный с COVID-19, может отличаться от других причин ОРДС, поскольку у пациентов может наблюдаться глубокая гипоксемия. Однако вопрос о том, является ли ОРДС, вызванная COVID-19, клинически сходной с другими формами ОРДС, остается предметом дискуссий. Следовательно, нет единого соглашения об оптимальном лечении дыхательной недостаточности, включая наиболее подходящие стратегии оксигенации и вентиляции, которые ограничивают или предотвращают дополнительное повреждение легких или другие осложнения у этих пациентов [1].

В то время как эксперты продолжают изучать людей, выздоравливающих от COVID-19, на время восстановления могут влиять ранее существовавшие состояния, такие как астма, высокое кровяное давление или ослабленная иммунная система. Если у вас был легкий случай COVID-19, вы можете чувствовать себя лучше через пару не-

дель, в то время как при более тяжелом случае может потребоваться от трех до шести недель или более, чтобы чувствовать себя лучше.

Если вы находились в отделении интенсивной терапии, у вас может возникнуть синдром после интенсивной терапии (PICS)-физические, когнитивные и психологические изменения, которые происходят после перенесенной болезни или травмы, требующей лечения в отделении интенсивной терапии.

Реабилитация пациентов после выписки может происходить как самостоятельно, но с рекомендациями лечащего врача, так и при посещении учреждений здравоохранения, а именно кабинета ЛФК. Для самостоятельного восстановления дыхательной системы рекомендуют дыхательные гимнастики и легкие упражнения из категории ЛФК. Немаловажным является и поддержание водного баланса организма, а именно 2 литра воды в день, питание должно быть сбалансированным и обогащенным витаминами, способствующими ускорению восстановления иммунитета [2].

По моему мнению, в данной статье невозможно расписать подробную последовательность реабилитации, ввиду того, что это подбирается индивидуально каждому, с учетом особенностей организма и степени тяжести осложнений. Поэтому можно проанализировать данные опроса и на основании выводов дать некое оценочное суждение.

Был проведён опрос среди 55 студентов Омского филиала Финансового Университета. Предлагалось 12 вопросов как конкретных, так и стандартных. Результаты опроса представлены в виде диаграмм, и на основании полученных данных сформулированы краткие выводы. Более 80% респондентов были женского пола, по большей части в возрастном диапазоне от 18 до 25. На вопрос: «Какой % поражения легких был?» (рисунок 1), 87,5% опрошиваемых ответили 10-20%, что свидетельствует о перенесении болезни в легкой форме и быстрой реабилитации.

Получив такие результаты опроса, следует уточнить, у 12,5% поражение легких было от 50 до 65 %, это обусловлено тем, что в опросе участвовали по большей части молодые люди, которые по статистике переносили в легкой форме болезнь, им был предложен вопрос: «Болели ли ваши родственники и в какой форме?», следовательно, у более старшего поколения организм не смог самостоятельно справиться и перебороть данный вирус.

Далее, хотелось бы сделать акцент на одном из важных вопросов: «Занимались ЛФК самостоятельно или по назначению врача?» (рису-

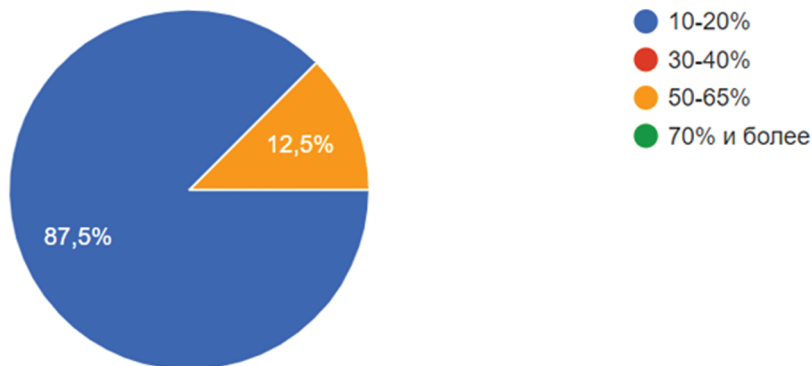


Рисунок 1. Ответ на вопрос: «Какой % поражения легких был?»

нок 2), по его результатам стало ясно, что опрошиваемые в равных долях занимались ЛФК как самостоятельно (имеется ввиду совершенно самостоятельно, без посещения больниц), так и по назначению врача (в стенах мед. учреждений).

Статистика показала хороший результат, так как люди самостоятельно заинтересованы в восстановлении дыхательной системы и, следовательно, если индивидуальные занятия ЛФК дают неплохую динамику, то процесс реабилитации будет значительно ускорен. В за-

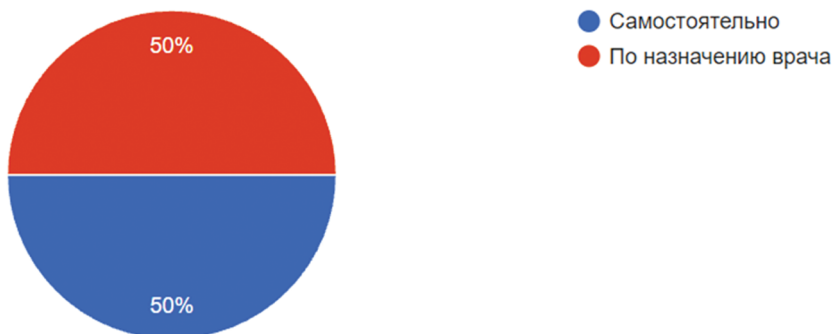


Рисунок 2. Ответ на вопрос: «Занимались ЛФК самостоятельно или по назначению врача?»

нения лечебной физической культурой может входить и дыхательная гимнастика, и упражнения, направленные на стабилизацию дыхания и нормализацию работу мышц.

Из всех опрошиваемых, только 1/8 часть были подключены к аппарату ЭВЛ, что свидетельствует о том, что дыхательная система не сильно пострадала. Так же у 1/2 части опрошиваемых, восстановление заняло не больше месяца, а у 1/3 восстановление продлилось от 2 до 3 месяцев. Значит, физические упражнения поспособствовали скорейшей реабилитации и организм смог быстрее вернуться в привычную форму.

Следующий вопрос был о последствиях перенесенного заболевания (рисунок 3), по итогам которого видно, что особо тяжелых последствий у большинства не наблюдается. Однако, одинаковое количество ответили в равных соотношения о потере обоняния и тяжести дыхания, что касается обоняния, это является самым распространенным последствием, восстановление которого занимает самый большой промежуток времени, от месяца до года. Как мне кажется, это связано с тем, что в отличие от проблем с дыханием, здесь мы физически никак не можем ускорить процесс восстановления обоняния. Есть некоторые рекомендации врачей, как условно «разрабатывать» обонятельные органы, но эффективность данного метода не выявлена, ввиду того, что не у всех это чувство может вернуться или функционировать в полноценном режиме. Главным показателем является ответ «никаких последствий», который составил 37,7% опрошиваемых, значит, напрашивается вывод, у более молодого поколения организм оказался более устойчив ко внешним возбудителям (вирусам).

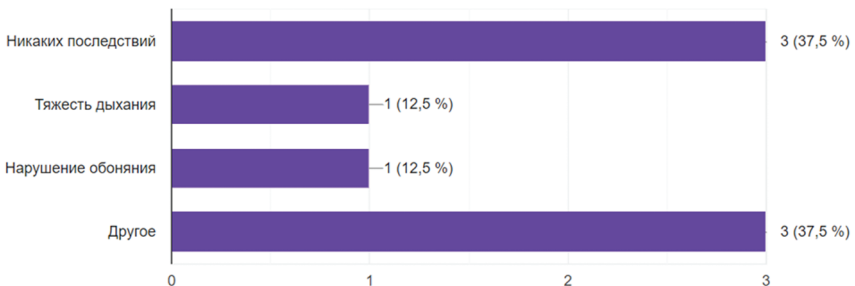


Рисунок 3. Ответ на вопрос: «Какие последствия за собой повлекло заболевание?»

Подводя итог, мы видим, что более молодая часть анкетированных оказалась более устойчива к новому сильнейшему вирусу — Covid-19. Основные вопросы, которые были оснащены выводами, дают положительную статистику, и студенты Финансового университета на момент выздоровления вели активную реабилитацию и были заинтересованы в поддержании своего здоровья. Также, окунувшись в теоретические аспекты данной темы и изучив в нескольких источниках материалы по теме статьи, сложилось впечатление о том, что человеческий организм, так же быстро, как и вирус, подстраивается под новую окружающую среду. Организм становится крепче, а иммунитет сильнее, благодаря вакцинациям, что впоследствии помогает нам с менее тяжелыми последствиями победить новую форму Covid-19, новые штаммы становятся не такими страшными и без серьезных последствий. Лёгкие людей перестают принимать весь удар на себя, что способствует более активной борьбе иммунитета с инфекциями. Данный возбудитель в настоящее время угасает и процент заболевших в омской области уменьшается с каждым днём.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Зайратьянц О.В., Малявин А.Г., Самсонова М.В. и др. Патоморфологические изменения в лёгких при COVID-19: клинические и терапевтические параллели / О.В. Зайратьянц, А.Г. Малявин. — Терапия, 2020. — С. 35-46.
2. Малявин А.Г., Бабак С.Л., Горбунова М.В. Респираторная реабилитация пост-COVID-19 пациентов / Малявин А.Г., Бабак С.Л., Горбунова М.В. — Архив внутренней медицины. 2021. — №11(1). — С. 22-33.
3. Сорокин, В. П. Дыхательная гимнастика как средство реабилитации студентов после острых воспалительных заболеваний органов дыхания / В. П. Сорокин, Н. С. Федюк, Г. В. Сытник // Физическая культура студентов : сборник материалов 70-й Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 09 июня 2021 года. — Санкт-Петербург: Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 2021. — С. 96-100.
4. Профилактика, диагностика и лечение новой коронавирусной инфекции (COVID-19) / Министерство здравоохранения Российской Федерации. — URL: <https://edu.rosminzdrav.ru/> (дата обращения: 18.03.2022).

УДК 349; 342.7; 796.032:32

Наталья Александровна Рагозина

¹Санкт-Петербургский государственный экономический университет, Россия

²Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия
ragozina777@bk.ru

ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ, РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В УСЛОВИЯХ САНКЦИОННОГО ПРОТИВОСТОЯНИЯ

Аннотация. С древних времен олимпийское движение являлось значимым атрибутом коммуникации государств и народов в гуманитарной сфере. Изначально олимпийское движение определялось как деятельность вне политики. Более того, олимпийские игры выступали мощным фактором мира, так как их проведение предусматривало приостановление конфликтов, вплоть до военных столкновений. Олимпийское движение следует рассматривать как базовую форму спортивных церемоний, состязаний, отражающих уровень физической культуры в обществе. В статье освещается тот факт, что олимпийское движение отразило зарождение международно-правовых норм гуманитарного характера и особую систему управления спортивным процессом высших достижений. В настоящее время эта система получила существенное развитие на уровне международных организаций. Сформировалось особое соотношение национального и международного права в рассматриваемой сфере. Однако в последнее десятилетие принципы олимпийского движения серьезно деформировались под влиянием политических процессов. В статье показано, что с 2014 года в международной олимпийской среде было сделано не мало для того, чтобы превратить сложившиеся гуманитарные связи в инструмент безнравственного воздействия не только на Российскую Федерацию как государство, но и на всю русскую нацию. При этом используются административные и экономические меры воздействия.

Ключевые слова: Олимпийское движение, физическая культура, спорт, гуманитарное право, санкции в сфере олимпийского движения

Natalia A. Ragozina,

¹Saint-Petersburg State Economic University, Russia,

²St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia,
ragozina777@bk.ru

LEGAL ASPECTS OF THE OLYMPIC MOVEMENT, THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN THE CONTEXT OF SANCTIONS CONFRONTATION

Annotation. Since ancient times, the Olympic movement has been a significant attribute of communication between states and peoples in the humanitarian sphere. Initially, the Olympic movement was defined as an activity outside politics. Moreover, the Olympic Games were a powerful factor of peace, as their holding provided for the suspension of conflicts, up to military clashes. The Olympic movement should be considered as a basic form of sports ceremonies, competitions reflecting the level of physical culture in society. The article highlights the fact that the Olympic movement reflected the emergence of international legal norms of a humanitarian nature and a special system of management of the sports process of the highest achievements. Currently, this system has received significant development at the level of international organizations. A special correlation of national and international law has been formed in this area. However, in the last decade, the principles of the Olympic movement have been seriously deformed under the influence of political processes. The article shows that since 2014, not a little has been done in the international Olympic environment to turn the existing humanitarian ties into an instrument of immoral influence not only on the Russian Federation as a state, but also on the entire Russian nation. At the same time, administrative and economic measures of influence are used.

Keywords: Olympic movement, physical culture, sport, humanitarian law, sanctions in the field of the Olympic movement

С древних времен олимпийское движение являлось значимым атрибутом коммуникации государств и народов в гуманитарной сфере [1].

Изначально олимпийское движение определялось как деятельность вне политики [3]. Более того, олимпийские игры выступали мощным фактором мира, так как их проведение предусматривало приостановление конфликтов, вплоть до военных столкновений [1].

Убеждены в том, что спорт — проявление «народной дипломатии» [11] движущая сила объединения людей разных стран.

Спорт и олимпийские состязания всегда выступали мирным делом. И в этой связи мы хотели бы видеть, например, отечественных и зарубежных спортсменов-стрелков не на поле боя, а в дружественных соревнованиях в искусстве на благо процветания человечества, его здоровых сил.

Олимпийское движение следует рассматривать как базовую форму спортивных церемоний, состязаний, отражающих уровень физической культуры в обществе. Невозможно отрицать, что указанная форма имеет существенную правовую составляющую. Олимпийское движение отразило зарождение международно-правовых норм гуманитарного характера и особую систему управления спортивным процессом высших достижений.

В настоящее время эта система управления мировым спортивным процессом получила существенное и одновременно противоречивое развитие на уровне международных организаций [9, с. 396-444; 16]. Сформировалось особое соотношение национального и международного права в рассматриваемой сфере. Более того, можно говорить о выделении международного спортивного права как составляющей международного публичного права [15], сверх рамок права международных вне правительственных организаций различного назначения.

Однако в последнее десятилетие принципы олимпийского движения серьезно деформировались под влиянием политических процессов. С 2014 года в международной олимпийской среде было сделано не мало для того, чтобы модифицировать сложившиеся гуманитарные связи в инструмент безнравственного воздействия не только на Российскую Федерацию как государство, но и на всю русскую нацию.

К сожалению, приходится констатировать, что после Зимних олимпийских игр в Сочи 2014 года, показавших высокий позитивный уровень продвижения олимпизма на отечественном пространстве (несмотря на противоречивые оценки экономической и социальной стороны проекта [4, 6], государственный переворот на Украине и вхождение Республики Крым в состав Российской Федерации вызвали резкую реакцию западных государств, затронувшую олимпийскую сферу, спорт высоких достижений. При этом используются разнообразные административные и экономические меры воздействия. Стратегическим направлением воздействия «коллективного запада» (как сейчас принято говорить) стало воспрепятствование участию

российских спортсменов в спортивных соревнованиях мирового уровня, пресечение выступлений российских олимпийских команд под флагом Российской Федерации, дисквалификация российских спортсменов под надуманными предлогами (в том числе в рамках антидопингового процесса), отказ в проведении соревнований (чемпионатов) мирового уровня на территории Российской Федерации и др. [7, 10].

Необходимо отметить, что приведенные меры стали возможны именно в сложившейся среде управления олимпийским движением и международными соревнованиями, которая смело пренебрегает международно-правовыми принципами, нормами спортивной этики. При этом подчеркнем, что национальное отечественное регулирование развития физической культуры и спорта, включая проведение общероссийских, национальных состязаний, поддержание и укрепление спортивной инфраструктуры, возрождение и массовое продвижение движения ГТО [12–14] обеспечивает национальную стратегию оздоровления нации. В этой связи полагаем, что весьма актуальной является постановка вопроса о развитии концепции спортивной безопасности [5, с.13–22] в рамках общей стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

Принципиальным аспектом оздоровления нации в современных условиях выступает не столько формирование когорты здоровых и физически крепких граждан, спортсменов, сколько создание российского психически развитого социума, готового противостоять современному мировому, глобальному фашизму и национализму, обрушивавшегося на Россию в различных реваншистских и русофобских [2; 8, с.151–154] проявлениях, которые вызревали чрезвычайно долго и сейчас остро снова «вылезли наружу».

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Богданова, М.А. Культурное содержание олимпизма: от Античности к современности // Вестник Томского государственного университета. — 2010. — № 336. — С.55–59.
2. Ги Меттан. Запад-Россия :тысячелетняя война. История русофобии от Карла Великого до украинского кризиса. Почему так любим не любить Россию. — Изд-во Paulsen, 2017. — 468 с.

3. Грачев, С.И. Спорт как фактор политической деятельности / С.И. Грачев, А.С. Аксянов // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. — 2015. -№8. — С. 76-80.
4. Гуреева Е.А. Социально-экономический эффект и наследие мегаспортивных мероприятий // Вестник Российского экономического университета им. Г.В. Плеханова. — 2014. — № 11(77) — С.136-144.
5. Казаринова, Л.В. Обеспечение безопасности граждан, их прав и законных интересов в сфере физической культуры и спорта посредством реализации концепции спортивной безопасности (теоретические, методологические и практические аспекты): монография / Л.В. Казаринова, С.И. Петров, А.А. Смирнов; Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. [б.и.], 2021. — 239 с.
6. Намазов А.К., Шамрай Л.В., Скороходов А.А., Намазов К.А. Система управления физической культуры и спортом в России на современном этапе развития государства / А. К. Намазов, Л. В. Шамрай, А. А. Скороходов, К. А. Намазов // Физическая культура и спорт в профессиональном образовании : Межвузовский сборник научно-методических работ / Под научной редакцией В.А. Щеголева. — Санкт-Петербург : Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2020. — С. 239-242.
7. Намазов А. К., Корягина Я.К., Намазов К.А. Проектное управление в сфере спорта высших достижений / А.К. Намазов, // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях : Материалы Международной научно-практической конференции, Чебоксары, 25 марта 2021 года. — Чебоксары: Чувашский государственный аграрный университет, 2021. — С. 47-52.
8. Логачева Д.А., Рагозина Н.А., Сытник Г.В. Сбережение нации: концепция Солженицына и ее понимание // Человек в мире спорта: материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (27 сентября — 8 октября 2021 г.): в 3 ч. Ч.1. / Министерство спорта Российской Федерации, Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург; гл. ред. С.И. Петров. — Санкт-Петербург: НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. -224 с.
9. Противодействие коррупции: конституционно-правовые подходы: коллективная монография / отв. редактор и руководитель авторского

коллектива доктор юридических наук, профессор Авакьян С.А. — М.: Юстицинформ, 2016. — 512 с.

10. Путьтова Э.Г., Рожкова Е.Д. Влияние политики на проведение олимпийских игр «Токио-2020» // Человек в мире спорта: материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (27 сентября — 8 октября 2021 г.): в 3 ч. Ч.1. / Министерство спорта Российской Федерации, Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург; гл. ред. С.И. Петров. — Санкт-Петербург: НГУ им. П.Ф Лесгафта, 2021. -224 с. С. 205-210.
11. Татоли Т.В., Карпунов В.Н. О соотношении понятий «публичная дипломатия», «общественная дипломатия», «народная дипломатия» // Экономика. Право. Печать. Вестник КСЭИ. — 2019. — №4 (84). — С.146-150.
12. Сытник, Г.В. Комплекс ГТО в формировании мотивации к занятиям физической культурой и здорового образа жизни у студентов вузов (к 90-летию комплекса ГТО) / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, Н. А. Рагозина, А. Б. Новиков // Спортивный психолог. — 2021. — № 3(60). — С. 4-8.
13. Сытник, Г. В. Практико-ориентированный подход в привлечении студентов и сотрудников вузов в реализации комплекса ГТО / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание. — 2021. — № S3. — С. 116-121.
14. Сытник, Г. В. Внедрение и реализация комплекса ГТО в образовательных учреждениях / Г. В. Сытник // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 104-105.
15. Физическая культура и спорт в системе международных отношений: монография / В.В. Ермилова, Э.Г. Путьтова, С.Г. Мальцева, Г.Х. Муртазина. — Санкт-Петербург: Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург; 2019, -241 с.
16. Энциклопедия международных организаций: В 3-х т. Том 1. Международные межправительственные организации / Под ред. проф.. Л.Н. Галенской, проф. С.А. Малинина. — СПб.: Издательство юридического факультета С.-Петерб. ун-та, 2003. — 524 с.

УДК 796.08

Алина Евгеньевна Родина¹, Екатерина Романовна Санникова²

^{1,2} Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург,

¹san.katren@gmail.com

²rodina-a-e@yandex.ru

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина
ragozina777@bk.ru

ЗОЖ В ЭПОХУ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Аннотация. Статья посвящена исследованию влияния цифровых технологий на развитие и поддержания здоровья людей. В ней раскрывается влияние и значение использования цифровых устройств в медицине и спорте, проводится опрос, который показывает открытость людей к использованию современных технологий для поддержания здоровья.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, технологии, развитие, приложения, физическая активность.

Alina Evgenievna Rodina¹, Ekaterina Romanovna Sannikova²

^{1,2} St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

¹san.katren@gmail.com

²rodina-a-e@yandex.ru

Scientific director: Natalia Alexandrovna Ragozina
ragozina777@bk.ru

HEALTHY LIFESTYLE IN THE DIGITAL AGE

Annotation. The article is devoted to the study of the impact of digital technologies on the development and maintenance of human health. It reveals the impact and importance of the use of digital devices in medicine and sports, a survey is conducted that shows people's openness to using modern technologies to maintain health.

Keywords: healthy lifestyle, technology, development, applications, physical activity

В наше время принято считать, что физическая культура, спорт и здоровый образ жизни — сложность, которая требует больших усилий [2]. В нашей работе мы постараемся опровергнуть это, ведь у нас есть множество цифровых и не только “помощников”. Хотя и считается, что поколение Z поглощают технологии и различные гаджеты, мы докажем, что из этого можно извлечь огромную пользу.

В настоящее время общество выработало определенные векторы развития системы здравоохранения, а также технологий, которые будут направлены на охрану здоровья людей и лечение пациентов, а также на профилактику и поддержания общего физического здоровья [1,3,4].

Первый вектор — это генетика. Медицинское сообщество учится управлять процессами, связанными с генами, и в ближайшем времени достигнет определённых успехов в этом. Уже существуют методы расшифровки генов человека.

Второй вектор — фитнес, который предлагается не только в классическом его понимании, но и вводится такое понятие, как *mental fitness* — для мозговой деятельности, который включает в себя занятия ментальными упражнениями, такими, как изучение иностранного языка, освоение новых активностей.

Третий вектор — здоровое питание. Современный мир, численность которого перешагнула отметку в 7 миллиардов человек, требует новых технологий для обеспечения необходимым питанием столь высокого числа людей. Важно отметить, что оседлый образ жизни требует определенных корректировок в питании .

Пятый вектор — телемедицина. Современные технологии дарят новые возможности, благодаря которым можно дистанционно управлять здоровьем, обращаться к различным специалистам.

Еще один вектор — шестой — Интернет медицинских вещей. Равно как существует Интернет обычных вещей для дома, так выделяются и приборы, ответственные за сбор информации, касающейся здоровья, и за контроль над ней [8].

Седьмой вектор — робототехника. Сегодня всё чаще производственные процессы выстраиваются таким образом, что человек перестает в них участвовать, помогают ему в этом специальные роботы. В медицине существует не только классическая робототехника со специальными приборами, помогающими врачу во время операции,

но и различные экзоскелеты, способствующие передвижению мало-подвижных пациентов.

Отдельно можно выделить искусственный интеллект — восьмой вектор. Он основывается на больших данных (Big Data). Речь идет о «разрывных» технологиях, которые могут разорвать все устоявшиеся связи и комплексы. Это касается не только медицины, но и других отраслей. Такие технологии активно появляются в нашей жизни, их темпы постоянно возрастают. Если говорить о disruptive-разрушительной технологии, которую мы сейчас переживаем, то это, в первую очередь, касается интернета. Он оказал существенное влияние на абсолютно все сферы жизни. Следующие «разрывные» технологии, которые повлияют на развитие в том числе и медицинского сообщества, будут касаться искусственного интеллекта, основанного на анализе больших данных и способного изменить весь наш образ жизни [5].

Тенденция перехода к здоровому образу жизни прослеживается на всём пути развития человечества и на сегодняшний день идея поддержания своего тела и здоровья становится всё актуальнее [6]. С момента входа человечества в эру цифровых отмечается переход человека к сидящему образу жизни, что негативно влияет на состояние здоровья.

Наиболее значимыми проблемами являются:

1. Проблемы с опорно-двигательным аппаратом.
2. Ухудшение зрения
3. Нарушение сна
4. Негативное влияние на психику человека.

Прослеживая тенденции источников этих негативных факторов, можно сделать вывод, что основной причиной для их возникновения является сидящий образ жизни и отсутствие физической активности. Можно ли сказать, что технологии приносят нам вред? Определённо, они имеют негативные стороны, но развитие человечества и наших цифровых «спутников» не стоит на месте. Из-за невозможности полного отказа от технологий, люди начали находить новые пути для того, чтобы они приносили пользу.

Следует начать с того, что многие откладывают планы на переход к здоровому образу жизни из-за огромного количества предубеждений, таких как: отсутствие времени, чтобы пойти в зал, сложность структуры правильного питания, необходимость в профессиональном тренере и спорт комплексе, за которые нужно в последствии пла-

тить немаленькие суммы, недостаток мотивации, а также стеснение заниматься в зале среди людей, у которых физическая форма лучше. Эти суждения можно часто услышать от людей любых возрастов, но, к счастью, данные проблемы можно решить, используя девайсы, которые есть уже у каждого человека.

Мы провели опрос среди 100 человек, в котором выяснили, с какими проблемами они чаще сталкиваются в своих попытках перехода к ЗОЖ. Для большей эффективности и объективности, опрос был проведён среди людей разных возрастов и социального положения. На основе данного опроса мы составили диаграмму и попытались найти способы преодоления этих барьеров, используя цифровые технологии.

По данным опроса, мы выявили, что большинству не хватает бюджета на регулярные занятия спортом и регулирование своего питания. Данную проблему можно решить благодаря паре простых действий:

1. Скачать на свой смартфон приложения, которые помогут бесплатно и качественно выполнять упражнения прямо из дома. В таких приложениях вы можете найти множество функций

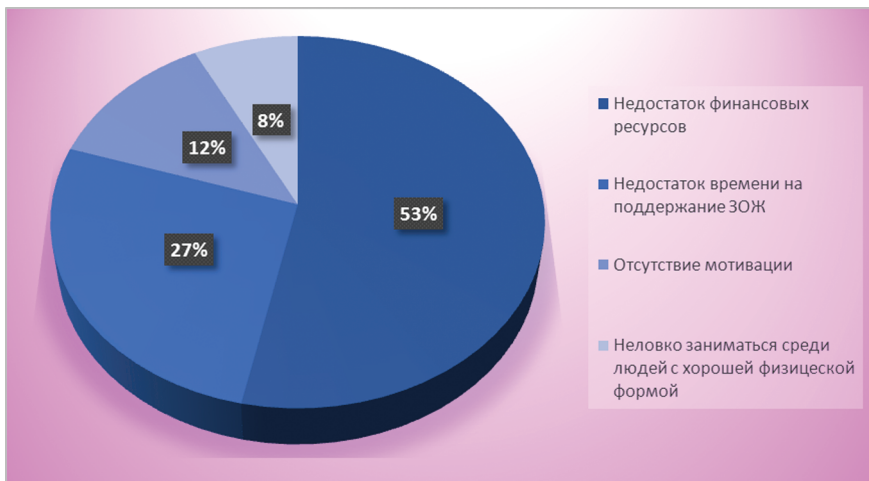


Рисунок 1. Опрос о преградах введения ЗОЖ

- и разнообразных тренировок, составленных профессионалами, которые также можно настроить под желаемые результаты и цели.
2. На просторах веб паутины также можно найти мастер классы и полноценные комплексы упражнений, рассчитанные на недели и даже месяцы, которые подойдут людям с разной физической подготовкой.
 3. Для контроля калорий и урегулирования питания имеется ряд сайтов и приложений, в базе которых добавлено большинство продуктов, которые есть на полках наших магазинов с точностью до отечественных и зарубежных марок.
 4. Проводить пробежки рядом с домом, используя Смарт часы или шагомер в приложении на телефоне, чтобы отслеживать свой прогресс и пульс
 5. Благодаря актуализации здорового образа жизни, можно найти огромное разнообразие тренеров, которые проводят бесплатные мастер-классы и тренировки в разных спортивных направлениях. Таким образом, каждый сможет найти что-то для себя.

Используя возможности своего устройства и затрачивая при этом минимальное количество времени, расходы на абонемент в спортзал, личного тренера и диетолога сводятся к нулю.

Следующей по популярности была проблема нехватки времени на занятие спортом из-за большой загруженности после учебы/работы. Для решения этого помогут все те же пункты, ведь используя различные приложения, необходимость затрачивать время на дорогу до спорткомплекса и обратно отпадает, также заниматься спортом можно в любое удобное время, ведь ограничений в виде часов работы спортзала нет.

Развитие технологий шагнуло дальше, позволяя нам следить за здоровьем даже во время работы. Существует огромное множество приложений, которые напоминают человеку о том, что нужно сделать перерыв для разминки, напоминают вовремя пить воду/таблетки. Помимо этого, существуют ресурсы, которые помогают планировать своё время, чтобы сохранять концентрацию и работоспособность на протяжении всего дня.

Нельзя забывать и про отдых. Согласно отчётам, World Health Organization [9], уровень стресса в мире возрастает с каждым годом.

Именно поэтому вопрос о качественном отдыхе является актуальным для поддержания здоровья. Цифровые технологии не игнорирую и эту проблему: на просторах интернета можно найти огромное множество мантр, медитаций и звуков природы, которые помогут расслабиться даже на работе или в дороге.

Третьим по популярности был недостаток мотивации. В данном случае технологии тоже могут стать хорошими помощниками. Во-первых, существует множество форумов, где собираются люди со схожими интересами и обсуждают с какими трудностями они столкнулись, делятся как их можно решить или же совещаются с другими участниками форума, чтобы найти варианты решения данной проблемы. Вдобавок, есть возможность следить как продвигается прогресс у друг друга. Во-вторых, на сайтах знакомств можно найти напарника для занятия спортом, с которым будет легче проходить через трудности и приближаться к своей жизни.

На четвертом месте по результатам опроса стоит стеснение заниматься с другими людьми, которые имеют лучшую физическую подготовку. Данный психологический фактор значительно влияет на комфорт людей при занятиях и сказывается на результате. Используя возможности цифровых технологий, можно избежать этого фактора, ведь устройства гарантируют вашу конфиденциальность, что поможет людям начать придерживаться здорового образа без чувства стеснения. Возможность заниматься в комфортной обстановке положительно влияет на результате и стремлении совершенствоваться, что с большой вероятностью скажется позитивно на самооценке человека и его желанию знакомиться с людьми, которые имеют схожие интересы.

Анализируя данные опроса, можно сделать вывод, что развитие современных технологий предоставляют возможность для комфортного поддержания здорового образа жизни, учитывая все желания и особенности каждого человека.

Нельзя не упомянуть, что наша научная работа актуальна и с точки зрения вошедшего в наши жизни covid-19, ведь технологии позволяют смотреть тренировки на различных сайтах, в приложениях и прочих вышеупомянутых источниках. Таким образом можно заниматься спортом, не контактируя с другими людьми по дороге в зал и непосредственно в нем. Тем самым это может помочь не только людям, которые по каким-либо причинам хотят заниматься дома,

но и тем, у кого нет возможности из-за эпидемиологической обстановки в мире.

Для наглядного примера технологий и приложений, которые могут быть полезны для поддержания здорового образа жизни, мы проанализировали общедоступных платформы и составили список наиболее популярных приложений. Для наибольшей объективности мы рассматривали бесплатные приложения, руководствуясь тезисом «спорт доступен для всех».

1. Forest: Будь сосредоточенным — данное приложение помогает грамотно организовывать тайм-менеджмент для продуктивной работы.
2. Вода, здоровье и водный баланс — это приложение послужит хорошим напоминанием для того, чтобы пить воду вовремя и соблюдать водный баланс.
3. Lifesum: здоровое питание — планировщик рациона, который поможет спланировать здоровый рацион для поддержания физической формы или снижения веса. Также в данном приложении доступны рецепты, которые помогут разнообразить рацион.
4. Релакс-музыка — медитация — данное приложение позволяет расслабиться с помощью медитирующих звуков, улучшить сон и настроиться на продуктивный день.
5. World Class Coach — приложение для персональных/самостоятельных тренировок при удаленном контроле тренером. Наставник составляет программу занятий, и вы получаете ее в своем приложении, выполняете ее, отмечая все результаты. Тренер видит вашу активность и своевременно корректирует программу.

Подводя итог всему вышесказанному, можно сказать, что ЗОЖ — важная и полезная для здоровья тенденция, но у всех нас существуют те или иные преграды для внедрения его в повседневную жизнь. К счастью, описанные выше методы с применением современных технологий доступны каждому, просты в использовании и, безусловно, эффективны.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ РЕСУРСОВ

1. Актуализация стратегических направлений развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года / С. Е. Бакулев, В. А. Таймазов, С. М. Ашкинази [и др.] // Теория и практика физической культуры. — 2019. — № 2. — С. 3-5.
2. Ашкинази, С. М. Физическая культура и здоровье студентов вузов: анализ, опыт и приоритеты / С. М. Ашкинази, И. В. Соколова // Теория и практика физической культуры. — 2011. — № 5. — С. 104.
3. Логачева, Д. А. Сбережение нации: концепция Солженицына и её современное понимание / Д. А. Логачева, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 151-154.
4. Пастюк М.В. Здоровье в условиях диджитализации: как сделать технологии основой здорового будущего? // Наука и образование сегодня–2019. –№ 12 (47) — С.78-83/
5. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
6. Рагозина, Н. А. О балансе здорового духа и здорового тела / Н. А. Рагозина // Спорт, человек, здоровье : Материалы X Международного Конгресса, посвященного 125-летию со дня создания НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 08–10 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2021. — С. 360-362.
7. World Health Statistics [Электронный ресурс]–<https://www.who.int/data/gho/publications/world-health-statistics>–Текст: электронный// (дата обращения к ресурсу: 19.03.2022).
8. Comparative legal analysis of health systems in the Russian Federation and Switzerland / Yu. S. Gusakova, A. V. Krotov, A. V. Kuzmina [et al.] // Revista Género e Direito. — 2020. — Vol. 9. — No 4. — P. 947-954

УДК 342

Андрей Борисович Новиков¹, Намжил Цыденович Самбуев²

¹Санкт-Петербургский государственный экономический университет,
Санкт-Петербург, Россия;
docanovikov@mail.ru

²Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия,

АДМИНИСТРАТИВНО-ПРАВОВОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ СПОРТИВНЫХ ФЕДЕРАЦИЙ

Аннотация. В статье рассмотрены и охарактеризованы административно-правовые предписания спортивных федераций в соответствии с конституцией российской федерацией также затронуты цели, структура и задачи организации на которые опирается любая организация, конкурирующая в рыночном отношении.

Ключевые слова: Спортивная федерация, организация, законодательство, физическая культура, спорт

Andrey Borisovich Novikov¹

¹Saint Petersburg State University of Economics,
St. Petersburg, Russia
docanovikov@mail.ru;

Namzhil Tsydenovich Sambuev²

²St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

ADMINISTRATIVE AND LEGAL REGULATION OF SPORTS FEDERATIONS

Abstract. The article discusses and characterizes the administrative and legal prescriptions of sports federations in accordance with the constitution of the Russian Federation; the goals, structure and tasks of the organization on which any organization that competes in the market is based are also affected.

Keywords: Sports federation, organization, legislation, physical culture, sports

Каждая организация в любой сфере стремится к слаженной и продуктивной работе, где ясно прописаны все аспекты для эффективного управления и для этого существуют меры по регулированию деятельности организацией [4]. Для нормального функционирования административно-правовой базы существуют, как правило конституции, где прописаны права и обязанности, законы и нормативные предписания [5].

Для ясности картины приведем признаки любой организации, с помощью которых можно будет проецировать и опираться в последующем для анализа рассуждений

Во-первых, любая организация, так или иначе, имеет миссию как смысл существования данной организации.

Во-вторых, цель. То есть, то ради чего создавалась организация и тем, что является ориентиром

И в-третьих, ресурсы то что производится для достижения целей и задач. [6, с. 25-26].

Также стоит обратить внимание, что любая организация делит ресурсы на следующие виды такие как:

- технические ресурсы — это такие ресурсы, которые используются в качестве инструмента достижения целей в нашем случае это (спортзалы, спортивный инвентарь, оборудования)
- технологические ресурсы — это такие ресурсы, которые определяют способ и процесс комплексных работ, направленных на достижение общих целей (процесс тренировок для достижения результата, слаженное административно-правовое управление внутри спортивной организации, менеджмент)
- Кадровые ресурсы — это собственно работники организации (тренера, спортсмены)
- Финансовые ресурсы — это денежные источники организации, осуществляемые для достижения поставленных ей целей (акции, инвесторы, кредитные линии)

Выше мы обсудили признаки и ресурсы любой организации, которая так или иначе конкурирует с другими, в нашем же случае, в сфере спорта, но для полноты картины можно затронуть и задачи касаются только спортивной организации, которая функционирует и добивается положенных целей независимо от уровня подготовки спортсменов и тренеров, не смотря на уровень соревнований, где

участвует данная организация она добивается успеха исходя из своих возможностей и ресурсов, которыми она располагает.

Спортивная организация имеет ряд задач, которые она должна выполнять.

1. Организация соревнований в частности это нужно для привлечения спонсоров, чтобы была финансовая поддержка необходимая для развития организации.
2. Публикация календарей соревнований
3. Разработка определенных правил, критериев, правил проведения соревнований
4. Подготовка и повышение квалификации спортивных судей
5. Каждая спортивная организация составляет рейтинг спортсменов и судей, а также штрафует нарушителей определенными санкциями [2].
6. И наконец, самое главное и то ради чего создавалась та или иная спортивная организация это популяризация спорта на любом уровне будь то любителей или профессионалов.

Для конкретики можно отметить то, что спортивные организации общей классификации не имеют, но есть некие различия по типу внутренней административно-организационной формам. И принято различать на первичные спортивные организации это те в которых проводится тренировочные занятия и физкультурно-оздоровительные мероприятия, а в свою очередь из первичных и создаются более профессиональные и углубленные объединения, которые как правило более эффективные в плане административно-организационных структур направленные на коммерческую выгоду. Также по уставу спортивная федерация может захватывать не только один вид спорта, а несколько, таковой является ФИФА, она отвечает за футбол и мини-футбол. Данная организация несет ответственность перед двумя радикально отличающихся вариаций одного и того же вида спорта, но объединяет их только название, на самом деле структура и характер двух вариации спорта совсем разные, начиная от территории и покрытия где играют спортсмены, заканчивая финансированием, последние финансируются по остаточному принципу. Для наглядности примера можем разобрать структуру и основные признаки данной спортивной федерации [7, С. 231-255]/

ФИФА имеет разветвленную структуру, она разделена на шесть конфедераций, занимающихся управлением футбольными сорев-

нованиями на континентальном уровне и между регионами мира, каждое подразделение в какой-то степени самостоятельна, но так или иначе подчинена и зависима от международной федерации футбола. В число ФИФА входит 211 ассоциаций. Также ведется рейтинг сборных ФИФА, в нем определяются места исходя из достижений успехов международных соревнований на любом уровне [8].

В итоге из выше перечисленного, мы можем сказать, что термин «спортивная организация» означает организация, которая ведет деятельность в сфере спорта и одним из основных целей которой является подготовка спортсменов и проведение спортивных мероприятий, но тема не будет полностью раскрыта, если мы не обратимся к административно-правовому вопросу, которая контролирует деятельности работы спортсменов, судей, тренеров и самой организации, ведь секрет грамотной работы организации зависит в том числе, и от юридической составляющей осведомленность и хорошее знание своих прав и обязанностей, это залог исправной и грамотной деятельности и это касается не только спортивной сферы, но и любой другой поскольку ведя активную жизнедеятельность мы постоянно так или иначе сталкиваемся с законами и приняв эти правила которые необходимо соблюдать мы на шаг ближе к заветному успеху в любом деле.

При изучении правового статуса спортивных федераций необходимо четко определить и описать этот субъект, так как это важно для дальнейшей работы с данным термином и исследованием, основные компоненты которых будут изложены далее.

Спортивная Федерация — это общественная организация, которая создана на основе членства и целями которой являются развитие одного или нескольких видов спорта, их пропаганда, организация, а также проведение спортивных мероприятий и подготовка спортсменов — членов спортивных команд.

Общероссийские спортивные Федерации имеют устав. Прежде всего оно должно иметь наименование, цели и задачи, виды спорта, структуру, территорию и так далее.

Спортивные Федерации делятся на территориальную принадлежность: общероссийские, местные и региональные и на каждом уровне есть свои нюансы. Общероссийская спортивная федерация — общественная организация, которая создана на основе членства, получила государственную аккредитацию и целями которой являются

развитие одного или нескольких видов спорта на территории Российской Федерации.

Государственную аккредитацию спортивных Федераций для наделения их статусом общероссийской вправе только федеральный орган исполнительной власти Правительство Российской Федерации с учетом мнения Олимпийского комитета России, Параолимпийского Комитета России и осуществляется на срок не более чем четыре года.

Далее можно отметить, что по закону Конституции РФ использовать в наименованиях юридических лиц словосочетание «Общероссийская спортивная Федерация» вправе только общественные организации после приобретения статуса Общероссийской спортивной Федерации. Общероссийский уровень «О физической культуре и спорте в Российской Федерации № 329-ФЗ от 04.12.2007 [1] имеет 14 частей и предполагает, что создание, деятельность, реорганизация и ликвидация Общероссийских спортивных Федераций осуществляются в соответствии с законодательством Российской Федерации об общественных объединениях с учетом особенностей, предусмотренных настоящим Федеральным законом. Также спортивная Федерация имеет ряд прав и обязанностей, которые прописаны в соответствии с конституцией Российской федерацией статья 16. Этот пункт подробно прописан и изложен и располагает 13 пунктов 10 из которых подпункты [3].

В итоге краткого научного анализа спортивных организаций и ее организационно-правовую составляющую можно сделать вывод, что спортивная Федерация как и любая другая нуждается в грамотном составлении ее прав и обязанностей Устава и предписаний, что благополучие любой организации зависит от четкого и обширного правового сектора и это применимо не только на юридических лиц, но и на физических лиц, каждый день мы сталкиваемся, так или иначе с юриспруденцией и знание определенных законов и актов, что дает уверенность и самоконтроль прежде всего над своей жизнью, ведь знание нескольких законных актов никогда не помешает в любой деятельности, которая контролируется конституцией Российской Федераций. Можно с уверенностью сказать, что правовое регулирование и соблюдение правил самой организации доказывает свою эффективность взаимоотношения между государством и объектом в купе с набором прав и обязанностей пополнения с каждым годом новых видов спорта.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ // СПС консультант плюс.
2. Ашкинази, С. М. Физическая культура и здоровье студентов вузов: анализ, опыт и приоритеты / С. М. Ашкинази, И. В. Соколова // Теория и практика физической культуры. — 2011. — № 5. — С. 104.
3. Актуализация стратегических направлений развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года / С. Е. Бакулев, В. А. Таймазов, С. М. Ашкинази [и др.] // Теория и практика физической культуры. — 2019. — № 2. — С. 3-5.
4. Новиков, А. Б. Здоровый образ жизни личности: правовое понимание, регулирование, реализация / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Ученые записки юридического факультета. — 2021. — № 3.
5. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
6. Обожина Д.А. Управление физкультурно-спортивной организацией // Миссия и цели организации. 2017 — С. 25-26.
7. Рогачев Д.И. Спортивное право России // Правовой статус спортивных федераций. Виды спортивных федераций (ассоциаций), цели их деятельности. 2016 — С. 231-255.
8. Официальный сайт ФИФА. <https://www.fifa.com> // About us member Associations. (дата обращения:14 .03.2022 г.)

УДК 342

^{1,2}Наталья Александровна Рагозина,
¹Екатерина Дмитриевна Сагитова,
¹Анастасия Борисовна Солоненко

¹Санкт-Петербургский государственный экономический университет, Россия

²Санкт-Петербургский филиал Финансового университета, Россия
Ragozina777@bk.ru, katasagitova11062002@mail.ru, asolonenko24@mail.ru

ПРОГРАММА РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

Аннотация. В статье раскрываются конституционно правовые основы физической культуры и спорта в Российской Федерации, а также их конкретизация в других нормативно правовых актах России, определяется значение и уровень развития физической культуры и спорта в современном мире. Устанавливается роль государства и отдельных субъектов РФ в формировании спортивного образа жизни граждан. Рассматриваются и анализируются действующие на территории Санкт-Петербурга программа, проекты и подпрограммы, которые направлены на обеспечение населения всеми необходимыми условиями для занятий физической культурой и спортом.

Ключевые слова: физическая культура и спорт, государственная поддержка, программа развития в Санкт-Петербурге, создание условий, укрепление здоровья жителей города, развитие инфраструктуры.

^{1,2}Natalia Alexandrovna Ragozina,
²Ekaterina Dmitrievna Sagitova, ¹Anastasia Borisovna Solonenko

¹Saint Petersburg State University of Economics, Saint Petersburg, Russia

²St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia
katasagitova11062002@mail.ru, asolonenko24@mail.ru,
ragozina777@bk.ru

“PROGRAM FOR THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN ST. PETERSBURG”

Annotation: the article reveals the constitutional and legal foundations culture and sports in the Russian Federation, as well as their specification in other regulations legal acts of Russia, determining the meaning and level of development of physical culture and sports in the private world. The role of the state and individual subjects of the Russian Federation in the formation of a sports lifestyle of citizens is established.

Considered and analyzed operating in the territory Petersburg programs, projects and subprograms aimed at providing all places for physical culture and sports.

Keywords: physical culture and sports, state support, program development in St. Petersburg, creating conditions, strengthening the health of city residents, infrastructure development.

Физическая культура и спорт очень важны и значимы, так как присутствуют в жизни всех людей на планете и оказывают на нее огромное влияние. Каждый хотя бы раз занимался спортом, будь то бег, плавание или, например, волейбол, а может и участвовал в соревнованиях. Физическая культура является хорошим средством профилактики различных заболеваний, а также укрепления здоровья. Кроме того, спорт может улучшить общий демографический фон в стране. Именно поэтому любовь к спорту нужно прививать в раннем возрасте — в детстве.

Несмотря на то, что в России предпринимается множество действий, направленных на развитие физической культуры и спорта, тем не менее, эта сфера находится только на стадии своего активного развития [5]. Бесспорно, спорт в России всегда был и будет зрелищным, массовым, доступным практически каждому, так как преимуществами спортивной инфраструктуры можно воспользоваться практически в каждом городе Российской Федерации. Безусловно, в 21 веке государство совершило большой рывок в развитии спортивной индустрии. В настоящее время распространение спорта и активного образа жизни является одним из важнейших приоритетов социальной политики страны. В ближайшем будущем спорт должен быть доступен абсолютно всем людям, проявляющим желание, инициативу и стремящимся сделать его частью своей повседневной жизни. Сегодня физическая культура стала настоящим национальным и коммерческим достоянием, не имеющим границ [6].

Формирование спортивного образа жизни граждан — процесс непростой и постепенный, в котором важную роль играет государство. Помимо наличия коммерческих и частных физкультурно-спортивных организаций, и клубов, должны присутствовать и поддерживаться общедоступные спортивные программы, доступные для всех, в том числе инвалидов, малоимущих и других слоев населения. Желание граждан страны улучшить свои физические данные зависит от их

наличия. Наличие таких программ закладывает основу для дальнейшего развития физической культуры и спорта в стране.

Основной закон нашего государства уделяет особое внимание физической культуре и спорту. Конституция Российской Федерации устанавливает следующие положения: финансирование в России федеральных программ охраны и укрепления здоровья населения; применение мер по развитию государственной, муниципальной, частной систем здравоохранения; пропаганда мероприятий, способствующих укреплению здоровья человека, развитию физической культуры и спорта, экологического и санитарно-эпидемиологического благополучия [1, 8, 9]. Эти правила распространяются на всех без исключения граждан России.

Кроме того, Конституция определяет действия лиц, получающих образование в области физической культуры и спорта, а также права тех, кому спорт приносит доход, например, тренеров, спортсменов.

Государство поддерживает формирование и совершенствование физической культуры и спорта в стране, создает и финансирует федеральные программы физического воспитания, поощряет стремление населения развиваться в сфере физической культуры и спорта. Эти основы законодательно закреплены и охраняются государством [8].

Рассмотрим разработку, реализацию и регламентацию программ развития физической культуры и спорта на конкретной модели, а именно на примере города Санкт-Петербурга.

Санкт-Петербург — субъект Российской Федерации, город федерального значения и одновременно город-миллионник. Здесь проживает огромное количество людей, с каждым годом их количество все увеличивается и увеличивается. Власти города делают все необходимое для поддержания комфортного уровня жизни населения, а также принимают меры по его повышению. С этой целью создаются и реализуются различные программы и проекты, оказывающие влияние на все сферы жизни граждан, в том числе социальные, а именно на развитие физической культуры, укрепление здоровья и поддержание спортивного духа людей.

В настоящий момент на территории Санкт-Петербурга реализуется масштабная государственная программа «Развитие физической культуры и спорта в Санкт-Петербурге», основными целями которой являются создание возможностей для подготовки высококлассных спортсменов, проведение в Санкт-Петербурге значимых междуна-

родных, всероссийских, городских и районных спортивных соревнований, а также создание условий, обеспечивающих гражданам возможность систематически заниматься физической культурой и спортом. Задачами данной программы, посредством которых достигаются вышеуказанные цели, являются: обеспечение развития физической культуры и массового спорта, успешное выступление спортсменов Санкт-Петербурга на международных и всероссийских спортивных соревнованиях, реализация мероприятий и проектов, направленных при развитии механизма физической культуры и спорта. По предварительным оценкам, к 2024 г. реализация программных мероприятий приведет к увеличению доли жителей Санкт-Петербурга, систематически занимающихся физической культурой и спортом; повысить уровень удовлетворенности населения условиями для занятий физической культурой и спортом, а также довести долю занимающихся по программам спортивной подготовки в организациях ведомственной принадлежности физической культуры и спорта до 100% [3].

Однако спортивные программы могут регулироваться не только на федеральном уровне, но и на региональном. Эти положения закреплены в Федеральном законе от 04 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», принятом в марте 2008 г. Все субъекты Российской Федерации вправе определять основные задачи, направления развития культуры и спорта на своей территории и реализовывать их. Сюда входит возможность участвовать в подготовке и утверждении программ развития различных видов спорта; учреждение почетных званий, наград и премий в области физической культуры и спорта субъектов Российской Федерации. Кроме того, к полномочиям субъектов РФ относятся организация и проведение региональных и межмуниципальных официальных физкультурно-спортивных мероприятий; утверждение порядка формирования спортивных команд субъектов Российской Федерации; развитие детского и юношеского спорта; присвоение спортивных разрядов; создание региональных центров спортивной подготовки и многое другое [2].

Вышеизложенные положения подтверждают существующие региональные проекты на территории Санкт-Петербурга, реализуемые в рамках уже упомянутой нами государственной программы. К таким проектам относится региональный проект «Спорт — норма жизни», основными задачами которого является увеличение к концу 2024 г.

до 55,9 % доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, путем создания системы мотивации населения, активизации физкультурно-массовой работы на всех уровнях, а также подбора спортивного инвентаря и улучшения спортивной инфраструктуры. Результатами этой программы уже стали увеличение спортивного инвентаря в спортивно-тренажерных организациях; установка спортивных тренажеров на улицах города; осуществление физкультурно-воспитательных мероприятий для жителей Санкт-Петербурга, в том числе проведение занятий по физической культуре и спортивно-массовые мероприятия на местном уровне [11], реконструкция и поставка оборудования для спортивных площадок, расположенных во дворах жилых массивов, а также мероприятия по продвижению и популяризации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) [4, 12, 13].

Помимо региональных проектов также реализуются некоторые подпрограммы, например, «Развитие физической культуры и массового спорта», которая направлена на стимулирование граждан к занятиям спортом и физической культурой, ведению здорового образа жизни; «Развитие системы подготовки спорта высших достижений и спортивного резерва» [7]. Его основной задачей является создание условий, направленных на увеличение количества перспективных спортсменов, способных войти в состав сборных команд Российской Федерации, их удвоение специальной подготовки и, как следствие, дальнейшее успешное выступление на соревнованиях различного уровня. Кроме того, реализуются подпрограммы «Развитие физкультурно-спортивной инфраструктуры» и «Подготовка Санкт-Петербурга к значимым спортивным мероприятиям».

Также следует отметить, что реализация государственной программы, а также региональных проектов и подпрограмм финансируется из бюджета Санкт-Петербурга, а также из федерального бюджета и внебюджетных источников.

Таким образом, физическая культура и спорт играют огромную роль в жизни всех людей, так как влияют на здоровье, самочувствие и внутренний покой человека. Их разработка, создание и реализация различных программ должны поддерживаться государством, чтобы физкультура и спорт были доступны всем слоям населения [10]. Государственная программа «Развитие физической культуры и спорта в Санкт-Петербурге» позволяет реализовать необходимые условия

для улучшения самочувствия и здоровья жителей города, увеличить развитие объектов, необходимых для занятий физической культурой и спортом, а также входящие в нее проекты и подпрограммы создают условия для занятий спортом лиц с ограниченными возможностями здоровья и привлекают население к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Конституция Российской Федерации: [принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г. с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01 июля 2020 г.]. — Текст: электронный // Официальный интернет-портал правовой информации. — URL: <http://www.pravo.gov.ru> (дата обращения: 30.04.2022).
2. Федеральный закон от 04.12.2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» // Официальный интернет-портал правовой информации. — URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/ (дата обращения: 30.04.2022).
3. Государственная программа Санкт-Петербурга «Развитие физической культуры и спорта в Санкт-Петербурге» // Официальный интернет-портал правовой информации. — URL: https://www.gov.spb.ru/static/writable/documents/2020/04/07/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%BC%D0%B0_%D0%A4%D0%9A%D0%B8%D0%A1_2019-2024_%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B5%D0%BA%D1%82_%D0%BD%D0%BE%D0%B224.03.2020.pdf (дата обращения: 08.05.2022).
4. Региональный проект «Спорт-норма жизни» // Администрация Санкт-Петербурга. — URL: https://www.gov.spb.ru/gov/otrasl/c_physic/regionalnyj-proekt-sport-norma-zhizni/ (дата обращения: 08.05.2022).
5. Актуализация стратегических направлений развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года / С. Е. Бакулев, В. А. Таймазов, С. М. Ашкинази [и др.] // Теория и практика физической культуры. — 2019. — № 2. — С. 3-5.
6. Ашкинази, С. М. Физическая культура и здоровье студентов вузов: анализ, опыт и приоритеты / С. М. Ашкинази, И. В. Соколова // Теория и практика физической культуры. — 2011. — № 5. — С. 104.
7. Комплекс ГТО в формировании мотивации к занятиям физической культурой и здорового образа жизни у студентов вузов (к 90-летию комплекса ГТО) / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, Н. А. Рагозина, А. Б. Новиков // Спортивный психолог. — 2021. — № 3(60). — С. 4-8.

8. Новиков, А. Б. О правовой концепции развития физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Место и роль физической культуры в современном мир : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 год
9. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
10. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // Экономика. Налоги. Право. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103
11. Сытник, Г. В. Спортивно-массовые мероприятия как фактор оздоровления населения / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Ломоносовские чтения в Санкт-Петербурге. 310 лет М.В. Ломоносову : Тезисы Пятой научно-практической конференции, Санкт -Петербург, 24–26 ноября 2021 года / Санкт-Петербургский институт природопользования, промышленной безопасности и охраны окружающей среды. — Санкт -Петербург: Информационный издательский учебно-научный центр «Стратегия будущего», 2021. — С. 165-166.
12. Сытник, Г. В. Внедрение и реализация комплекса ГТО в образовательных учреждениях / Г. В. Сытник // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 104-105.
13. Сытник, Г. В. Практико-ориентированный подход в привлечении студентов и сотрудников вузов в реализации комплекса ГТО / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание. — 2021. — № S3. — С. 116-121.

УДК 342

Мадина Рустамовна Саибова¹, Анастасия Дмитриевна Чижова²

^{1,2} Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

¹Madinasaibova18@mail.ru

²AnastasiaMoon776@gmail.com

Научный руководитель: Ирина Валерьевна Трунцева
Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета,
Санкт-Петербург, Россия, IVTruntseva@fa.ru

РОССИЙСКОЕ КИНО КАК ФАКТОР, ФОРМИРУЮЩИЙ У МОЛОДЁЖИ ПОТРЕБНОСТЬ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Аннотация. В статье рассматривается российское киноискусство в области спорта и физической культуры, даётся характеристика популярных фильмов, российского киноискусства, приводятся мнения самих личностей, принимающих непосредственное участие в съемках, или спортивных звёзд, которые стали знаменитыми, о подвигах и достижениях, которые описаны в их биографии. В рамках исследования представлены результаты опроса-анкетирования. Анализ данных опрошенных, выводы по результатам исследования и теоретической базы.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, патриотическое воспитание, киноискусство, медийность, известность, взаимовыручка, здоровый образ жизни, упорство.

Madina R. Saibova, Anastasia D. Chizhova

^{1,2} St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

¹Madinasaibova18@mail.ru

²AnastasiaMoon776@gmail.com

Scientific director: Irina V. Truntseva
St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia, IVTruntseva@fa.ru

RUSSIAN CINEMA AS A FACTOR FORMING YOUTH'S NEED FOR PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Abstract. The article examines the Russian cinema art in the field of sports and physical culture, gives a description of popular films, Russian cinema art, gives the

opinions of the personalities themselves who are directly involved in the filming, or sports stars who have become famous, whose exploits and achievements are described in their biographies. The results of the survey are presented as part of the study. Analysis of the respondents' data, conclusions based on the results of the study and the theoretical basis.

Keywords: physical culture, sports, patriotic education, cinema, media, fame, mutual assistance, healthy lifestyle, perseverance

Целью проведённого исследования было выяснить могут ли в современных условиях кино о спорте и физической культуре быть не только способом проведения досуга, но и инструментом патриотического воспитания, пропаганды здорового образа жизни и мотивирующим фактором к занятию спортом.

В наше время физическая культура и занятие спортивной активностью приобретают первостепенное значение как метод патриотического воспитания, и система ценностей здорового образа жизни [1,2,3]. Физическая культура является открытой социальной системой, которая тесно переплетается с другими отраслями народного хозяйства как производственной, так и непроизводственной сферы [4]. Это влияние носит обоюдный характер.

Новый виток в развитии физической культуры и спорта как самостоятельной отрасли, бесспорно дают подготовка и проведение крупнейших международных спортивных соревнований. Системообразующим фактором физической культуры как общественного течения, по мнению профессора Н.А. Пономарева, выступает специально организованное и сознательно управляемое формирование и поддержание физических качеств людей. Первичным элементом структуры выступают физические упражнения, осознанная двигательная активность, направленные на формирование и поддержание определённых физических качеств [8, с. 55,58].

Свои труды по роли физической культуре в патриотическом воспитании, и полезным привычкам связанным с физическим упражнениями и спортом в повседневной жизни посвящали такие выдающиеся деятели физической культуры и спорта как П.Ф. Лесгафт, В.В. Гориневский, С.М. Ашкинази изучавшие понятие «физическая культура». Следует отметить, что новые термины по физической культуре и спорту создали и иностранные деятели культуры, такие как Д.

Несмит, который является автором правил по баскетболу. Одним из способов пропаганды физической культуры и спорта является российское киноискусство. С помощью кино можно передать послы о здоровом образе жизни, о полезных привычках занятий физической культурой, заложить определённые ценности таких понятий как упорство, смелость, амбициозность, решительность, взаимопомощь, воля к победе, уважение к людям старшего возраста [5,6].

Как можно классифицировать художественные фильмы о спорте? Возможно несколько подходов. Во — первых на зарубежные и отечественные. Во-вторых, по тому же принципу, как и классифицируют спортивную деятельность: фильмы о массовом спорте, о спорте детско-юношеском, о профессиональном спорте и о спорте высших спортивных достижений. В-третьих, можно классифицировать фильмы относительно того основаны ли они на реальных событиях или нет. И ещё один подход — периодизация по времени [7].

Для этого мы выбрали самые лучшие фильмы российского производства, на основе классификации и дали краткую характеристику каждого из них, с темами, которые в них поднимаются, и заканчивая какую практическую значимость они несут в себе для современного общества.

Легенда номер 17. Пожалуй, стоит начать с этого фильма. В нем идёт рассказ о советском спортсмене Валерии Харломове, под номером 17, который проявив мастерство, забил две шайбы в суперсерии тем самым шокировав североамериканских специалистов, в свою очередь американцы считали, что они не могут потерпеть поражение от Советского союза. Этим заблуждением они потеряли всякую осторожность, и были повержены. В дальнейшем именно данная игра стала судьбоносной и подарила легенде хоккея звёздное будущее. Основан на реальных событиях, в фильме рассказывается так же о личных переживаниях, и тех испытаниях, которые пришлось ему пройти, чтобы Харламов стал из простого ведущего нападающего ЦСКА, до лучшего игрока сборной СССР, таких как отсутствие возможности, на что-то повлиять, в результате аварии, до холодного и недоброжелательного отношения на поле со стороны соперников.

Ориентирован на все возраста, показывает, как надо добиваться цели, несмотря на то, как бы тяжело в жизни не приходилось, учит не опускать руки и идти до победной черты, вызывает эмоциональ-

ный отклик, раскрывает как прекрасен один из видов спорта хоккей и его значимость в целом для всей страны.

Сам актёр Даниил Козловский снимающийся в главной роли Валерия Харламова в своём интервью рассказывает, что был готов на всё ради того что бы его взяли на роль великого спортсмена, и примерить и пережить трагичную историю на собственном опыте, таким образом выразить дань уважения и восхищения его целеустремлённостью и многогранностью личности Валерия Харламова.

«Движение вверх» Второй фильм который имеет стимул к началу занятию физической культурой и спортом. Представляет собой спортивную драму центром, который является баскетбол. Борьба между командами, основан на реальных событиях. повествует о победе сборной СССР над сборной США в финальном матче мужского баскетбольного турнира XX летних Олимпийских игр в Мюнхене (ФРГ) в ночь с 9 на 10 сентября 1972 года.

В фильме многое придумано, и не соответствует событиям тех времён. Но благодаря этим выдумкам фильм приобрёл более сильный эмоциональный посыл, для понимания, что команда — это великая сила, способная сразить противника каким бы сильным и устрашающим он не казался. Много драмы, переживаний и мысленных терзаний героев. \подходит для категории детско-юношеской, и профессионального спорта. Сама игра показана красочно, ярко, заинтересует даже тех, кто равнодушно относится к спорту и физической культуре.

«Несломленные» Документальный фильм о двух парах талантливых фигуристов: Наталье Забияко и Александре Энберте из России, и Эшли Кейн-Гриббл и Тимоти ЛеДюке из США. Затрагивает такой вид спорта как фигурное катание. В нём раскрываются ответы на такие вопросы как этим юным спортсменам удастся не пасовать перед лицом трудностей? Где они находят силы бороться за свою мечту? История о тяжелом ежедневном труде, стремлении к цели, интернациональной дружбе и большом совместном деле. Относится к категории о детско-юношеском спорте. Наталья Забияко которая играла роль самой себя в фильме рассказывает о своих впечатлениях, и что, несмотря на претендующую документальность кино, можно отнести к художественному, и спортивной драме. Так же она отмечает ценность взаимопомощи между людьми разных национальностей, что не так важно где ты родился, нас всех объединяет стремление и желание помочь, поддержать, эти чувства не должны вызывать у че-

ловека отторжение и неприязнь, иначе наше будущее незавидно. Хотела, чтобы все, кто решит посмотреть этот запоминающийся фильм, получили частичку вдохновения.

Кино имеет огромное нравственное значение для современного мира. В нём отражаются взаимоотношения между представителями разных стран, их сплочённость, взаимовыручка, стремление к совместной спортивной деятельности. А также раскрываются ценности этих отношений, привязанность, возрастающая до любви к фигурному катанию, и желанная победа.

В картине «Поддубный» рассказывается о долгом и тяжёлом пути простого деревенского парня, который стал известен своей неординарной силой во всём мире. Фильм относится к историческо-художественному произведению, в основе лежит реальная история. Актёр играющий роль Поддубного приложил немало усилий что бы вжиться в роль, пережил травмы рук, и несмотря на это дошёл свою роль до кульминации. Здесь раскрываются стремление защищать то, что дорого, оберегать, и отстаивать свои права. Идти до конца к поставленной цели, не останавливаться на достигнутом, продолжать развиваться, становится день ото дня лучше самого себя, а не обращать внимание на успехи других людей. Всегда верить в лучшее и не забывать о том, кто ты есть, свою национальность, Родину. И хотя, он в итоге и уехал в Америку, в конце герой пришёл к осознанию, что лучше места, чем Россия, нет.

В словах актёра Михаила Пореченкова о Иване Максимовиче, прослеживается настрой, отстаивать своё дорогое и родное до конца, пока есть силы держаться на ногах, хвататься за любую возможность, не изменять себе и придерживаться своих идеалов до конца, как бы сильно жизненные обстоятельства не пытались тебя сломить и подчинить принятым порядкам.

«Околофутбола» Российский художественный фильм 2013 года режиссёра Антона Борматова. Фильм повествует о четырёх друзьях болельщиках, которые готовы на всё ради своей любимой команды. Показывает, как важно иметь духовную связь, чувствовать печали и радости, разделять их с друг другом, быть одним целым с командой. Весьма непривычный фильм, если сравнивать с предыдущими лентами, в нём показываются фанаты спорта, как они есть, без приукрашиваний, чётко прослеживается их любовь к своему делу, их стремление и амбиции «сражаться» до последнего вздоха. Их поддержка

заклучается в словах, в плакатах, с разными слоганами, относящиеся к спорту и поднимающие боевой и спортивный дух команды. Довольно мрачная история, и в этом её уникальность для Российского кино. В жизни не бывает всё гладко, и так как мы хотим, без определённых усилий, которые необходимо принять, чтобы достичь желаемого.

«Я хую» Последний, далеко не по значимости, фильм. В центре сюжета пара подростков, которые решают такой актуальный вопрос по приведению своего тела в лучшую форму, с помощью различных упражнений, определённых привычек, которые помогают героине, начать новую жизнь с чистого листа, привести в форму своё духовное и физическое состояние. Мотивацией стал молодой юноша, который, не смотря на косые взгляды и обсуждения, и поливание грязью за спиной человека, протянул руку одной девушке. И с этого момента закрутилась настоящая битва с самим собой. В ленте много трагичных и заставляющих сопереживать героям ситуаций, сами герои живые, близкие по типу обычные подростки, которые решают проблемы, совершают ошибки, спотыкаются, встают и прорываются к своей мечте, принимают участие в забеге и выигрывают. Не приукрашивает и не сгущает краски, каждый человек в подростковом возрасте, сможет сравнить себя с героями фильма, и найти сходства. Как порой нам трудно бывает найти в себе силы продолжать бороться и подниматься, несмотря на любые обстоятельства, которым мы можем противостоять, и всё что зависит от нас самих. И хотя у героини был человек, который помог сделать первый шаг, сама героиня прилагала ничуть не меньшие усилия, чтобы достичь успехов, и отказаться от мрачной жизни в тучном теле.

В рамках исследования было проведено анкетирование. Респондентов попросили назвать один фильм о спорте, первый который приходит в голову. Затем попросили назвать отечественный фильм о спорте, который понравился и произвёл наиболее сильное впечатление за последнее время. Были заданы вопросы о возрасте респондентов, их отношении к занятиям физической культурой и спортом.

Возраст, отвечающих на вопросы в основном находится в диапазоне 18-24 лет. Респонденты часто смотрят фильмы, как отечественные, так и зарубежные. Анализ ответов показал, что большинство (57%) занимаются спортом редко, около четвертой части респондентов спортом занимаются часто (27%), совсем не занимаются спортом 10% ответивших на вопросы анкеты.

Отвечая на вопрос о наиболее известном фильме о спорте большинство ответивших (32%) назвали «Движение вверх». Положительным моментов является то, что это отечественный фильм. Снят кинофильм в 2017 году, рассказана реальная история о победе сборной СССР над сборной США по баскетболу на Олимпийских играх в Мюнхене в 1972 году. Конечно же, советская сборная по баскетболу не была так популярна как хоккейная, но ситуация в игре сложилась очень драматично, финал переигрывали и победу буквально вырвали в последние три минуты.

Следующий по популярности ответ (его назвали 17 % респондентов) — это тоже российский фильм о хоккеисте Валерии Харламове — «Легенда номер 17». Фильм снят в 2013 году, а ключевое событие фильма, как и в «Движении вверх» происходит в 1972 году, это матч СССР — Канада.

Ещё до выхода на экраны и затем в процессе проката киноискусство пересекается со сферой спортивных медиа коммуникаций. Людям хочется быть похожим на своего спортивного кумира, а особенно это желание отчётливо проявляется в заинтересованности попробовать свои силы, реализовать себя как будущая звезда спорта, чтобы потом так же получить известность и распространение в спортивных кругах известных личностей. Конечно же, не в такой мере как собственно спортивные мероприятия. Следует отметить что научный разбор художественного фильма достаточно перспективное направление популяризации науки. Например, спортивные издания отмечают, что в фильме «Движение вверх» техника игры была несколько адаптирована для современного зрителя, много бросков сверху, которые не были в традициях советского баскетбола [9].

В рамках исследования мы пришли к выводу, что Российская киноиндустрия находится только на этапе зарождения и в то же время некоторые из представленных кинолент смогли завоевать признание такие ленты как Движение вверх и Легенда 17, произвели наиболее сильное влияние и впечатление на возрастной контингент от 18 до 20 лет, что говорит о большом прогрессе в области кино и спорта. Но есть и отрицательные стороны, например, интерес молодёжи в сторону зарубежных фильмов. Мы надеемся, что в ближайшем будущем интерес молодёжи к занятиям физической культурой и спортом вырастит благодаря хорошей качественной российской киноиндустрии.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Актуализация стратегических направлений развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года / С. Е. Бакулев, В. А. Таймазов, С. М. Ашкинази [и др.] // Теория и практика физической культуры. — 2019. — № 2. — С. 3-5.
2. Альмашев, Д. М. Современные проблемы физического воспитания молодежи в России / Д. М. Альмашев, А. С. Сидорович // Трансформация экономики и управления: новые вызовы и перспективы : Сборник статей и тезисов докладов 2 и 3 секций XI Международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 15–17 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2022. — С. 20-26.
3. Ашкинази, С. М. Физическая культура и здоровье студентов вузов: анализ, опыт и приоритеты / С. М. Ашкинази, И. В. Соколова // Теория и практика физической культуры. — 2011. — № 5. — С. 104.
4. Логачева, Д. А. Сбережение нации: концепция Солженицына и её современное понимание / Д. А. Логачева, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 151-154.
5. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
6. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех : Материалы Международной научно-практической конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года. — Москва: Московский гуман, 2022. — С. 172-176.
7. Смородов, А. А. Инфотейнмент как способ формирования имиджа в спортивных СМИ / А. А. Смородов, М. С. Голокова, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учрежде-

ние высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 210-215.

8. Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для вузов / С. С. Филиппов. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 234 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12771-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492462> (дата обращения: 15.05.2022).
9. Сайт газеты «Спорт-экспресс» [Электронный ресурс]. URL: <https://www.sport-express.ru/basketball/reviews/film-dvizhenie-vverh-chno-pravda-a-chno-vumysel-1355811/> (дата обращения: 15.05.2022).

УДК 369.032

Евгений Евгеньевич Саламин

Комсомольский-на-Амуре государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия

E-mail: kayzersal@mail.ru

ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕЛЕЙ, ЗАДАЧ, СРОКОВ И ПОКАЗАТЕЛЕЙ СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Аннотация. В статье рассматриваются — цели, сроки, показатели программ физической культуры и спорта в высшем учебном заведении.

Ключевые слова: физическая культура и спорт, программы, экономическая эффективность

Evgeny Salamin

Komsomolsk-on-Amur State University, Komsomolsk-on-Amur, Russia

E-mail: kayzersal@mail.ru

FORMATION OF GOALS, OBJECTIVES, DEADLINES AND INDICATORS OF SOCIO-ECONOMIC EFFICIENCY OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS PROGRAMS

Annotation: The article deals with the goals, terms, indicators of physical culture and sports programs in a higher educational institution.

Keywords: physical culture and sports, programs, economic efficiency

В условиях формирования в России рыночных отношений происходит интенсификация управленческой и экономической деятельности не только разнообразных по масштабам, организационно-правовых форм и функциональной направленности физкультурно-спортивных организаций, но и всех работников данной сферы услуг [5].

В этих условиях происходит глубокая перестройка ключевых пунктов экономической стратегии и тактики, переориентация в методах хозяйствования и факторах экономического роста. Происходят качественные изменения как в материальном производстве, так и в секторах непродовольственной сферы [9].

В области физической культуры и спорта качественные изменения проявляются в первую очередь в ее новой роли — в экономическом воспроизводстве. Физическая культура становится важным качественным фактором интенсификации общественного воспроизводства и развития здорового образа жизни: продлевает творческое долголетие, содействует рациональному использованию вне рабочего времени, способствует воспитанию здоровых потребностей человека, является важным компонентом всестороннего развития личности [1,2,3,10,11].

Рост материальных и финансовых затрат, вовлечение дополнительных трудовых ресурсов, повышение значимости физической культуры и спорта в общественном воспроизводстве делают актуальными вопросы определения эффективности данной сферы услуг в условиях развитой рыночной экономики [4].

Для определения эффективности физической культуры недостаточно опираться только на экономические или только на социальные факторы развития общества. Существование органической связи физической культуры и спорта с экономикой не означает, что деятельность данного сектора всецело поглощается производством, а лишь подчеркивает единство и взаимосвязь экономических и социальных факторов общественного воспроизводства. Так, возмещение затрат рабочей силы — важный момент развития экономики и в то же время сложный социальный и биологический процесс. Всестороннее развитие личности определяет морально-этический и культурный аспекты и в то же время является качественным компонентом воспроизводства рабочей силы [6-9]. Таким образом, возникает необходимость выделения двух аспектов эффективности — социального и экономического.

Социальная эффективность физической культуры и спорта в целом определяется тем, насколько сектор способствует перерастанию производственных отношений в личностные. Социальная эффективность непосредственно выражает результативность сектора, его воздействие на все стороны производственных отношений посред-

ством всестороннего развития личности, а также пути и методы этого воздействия. Производственные отношения — это совокупность материальных отношений между людьми в процессе общественного производства и движения общественного продукта от производства до потребителя. При этом социальную эффективность можно измерить по показателям снижения дней нетрудоспособности работников, а также другими частными экономическими показателями эффективности использования ресурсов физической культуры и спорта, способствующих оздоровлению всех групп населения, повышению работоспособности каждого работника.

Для оценки социальной эффективности физической культуры и спорта могут служить следующие компоненты социального развития общества: влияние физической культуры и спорта на состояние здоровья (20 %), заболеваемость и продолжительность жизни (15 %), влияние на структуру использования свободного времени (10 %), на сближение социально-экономических условий жизни городского и сельского населения (5 %), на процесс формирования и развития здорового образа жизни (40 %), уровень физического развития совокупного общественного работника (10 %). Снижение заболеваемости в организациях высшего образования и учреждениях подтверждается статистическими данными [11]. Эти показатели напрямую должны быть связаны с трудоспособностью населения, которые приносят существенный социально-экономический эффект на производстве путем повышения качества работы и количества выпускаемой продукции.

Следует учесть, что разграничение эффективности на социальный и экономический аспекты довольно условно, так как в реальной жизни тот или иной результат деятельности сектора имеет одновременно и социальное, и экономическое значение. Изучение экономического аспекта физической культуры и спорта приобрело особую актуальность, поскольку для современного общества важно знать не только сколько ресурсов отвлекается в сферу физической культуры, но и насколько рационально они используются, какова их отдача. При рассмотрении этой проблемы необходимо различать финансово-хозяйственную и экономическую эффективность физической культуры и спорта.

Экономическая эффективность физической культуры и спорта отражает результаты воздействия на производительность труда, на экономию затрат.

Для оценки экономической эффективности физической культуры и спорта могут быть использованы следующие показатели:

- рост общего объема потребления материальных и нематериальных благ как результат увеличения потребления физкультурно-спортивных услуг;
- рост производительности общественного труда как результат воздействия физической культуры и спорта на работоспособность;
- прирост валового дохода как результат воздействия физической культуры и спорта;
- рост численности занимающихся физической культурой и спортом и др.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Актуализация стратегических направлений развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года / С. Е. Бакулев, В. А. Таймазов, С. М. Ашкинази [и др.] // Теория и практика физической культуры. — 2019. — № 2. — С. 3-5.
2. Ашкинази, С. М. Физическая культура и здоровье студентов вузов: анализ, опыт и приоритеты / С. М. Ашкинази, И. В. Соколова // Теория и практика физической культуры. — 2011. — № 5. — С. 104.
3. Логачева, Д. А. Сбережение нации: концепция Солженицына и её современное понимание / Д. А. Логачева, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 151-154.
4. Мануйло, К. А. Логистика в сфере физической культуры и спорта / К. А. Мануйло, Г. В. Сытник // Физическая культура студентов : сборник материалов 70-й Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 09 июня 2021 года. — Санкт-Петербург: Националь-

- ный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 2021. — С. 114-117.
5. Новиков, А. Б. Право и экономика в сфере спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Право и современная экономика: новые вызовы и перспективы : Сборник материалов II научно-практической конференции с международным участием юридического факультета СПбГЭУ, Санкт-Петербург, 09 апреля 2019 года / Под научной редакцией Н.А. Крайновой. — Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный экономический университет, 2019. — С. 87-88.
 6. Новиков, А. Б. О правовой концепции развития физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 176-180.
 7. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
 8. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех : Материалы Международной научно-практической конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года. — Москва: Московский гуман, 2022. — С. 172-176.
 9. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // Экономика. Налоги. Право. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103.
 10. Рагозина, Н. А. Об оздоровлении нации и сбережении народа / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2022. — № 1. — С. 31-33.
 11. Сытник, Г. В. К вопросу о психологическом здоровье спортсменов в рамках национальных проектов оздоровления нации / Г. В. Сытник, А. А. Сытник // Трансформация экономики и управления: новые вызовы и перспективы : Сборник статей и тезисов докладов 2 и 3 секций XI Международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 15–17 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2022. — С. 154-159.

УДК 369.032

Евгений Евгеньевич Саламин

Комсомольский-на-Амуре государственный университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия

E-mail: kayzersal@mail.ru

АСПЕКТ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

Аннотация: Аспект экономической эффективности физкультуры и спорта имеет большое практическое значение для определения перспектив развития сферы услуг и обоснования темпов ее роста в рыночных условиях в высшем учебном заведении. Это свидетельствует о значимости социальной и экономической эффективности физической культуры и спорта.

Ключевые слова: физическая культура и спорт, студенты, высшее учебное заведение, социально и экономическая эффективность.

Evgeny Salamin

Komsomolsk-on-Amur State University, Komsomolsk-on-Amur, Russia

E-mail: kayzersal@mail.ru

ASPECT OF THE ECONOMIC EFFICIENCY OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN HIGHER EDUCATION

Abstract: The aspect of the economic efficiency of physical culture and sports is of great practical importance for determining the prospects for the development of the service sector and substantiating its growth rates in market conditions in a higher educational institution. This indicates the importance of the social and economic efficiency of physical culture and sports.

Keywords: physical culture and sports, students, higher educational institution, social and economic efficiency

Аспект экономической эффективности физкультуры и спорта имеет большое практическое значение для определения перспектив

развития сферы услуг и обоснования темпов ее роста в рыночных условиях в высшем учебном заведении [4].

Критериями доступности услуг по физической культуре и спорту, оказываемых населению, могут являться:

- наличие необходимого количества квалифицированных тренеров и тренеров-преподавателей физкультурно-спортивных организаций, работающих по специальности и осуществляющих физкультурно-оздоровительную и спортивную работу с различными категориями и группами населения в рамках гарантированного (законодательно установленного) объема оказываемых гражданам государственных услуг с учетом потребности в государственных услугах в сфере физической культуры и спорта;
- полнота, актуальность и достоверность информации о порядке предоставления услуг физкультурно-спортивными организациями в средствах массовой информации;
- наличие в физкультурно-спортивных организациях условий предоставления услуг студентам, инвалидам и другим лицам с учетом имеющихся у них стойких ограничений жизнедеятельности;
- возможность получения гражданами, студентами услуг физкультурно-спортивных организаций с учетом уровня их доходов и с учетом установления льгот для отдельных категорий граждан [6-10].
- Минимально необходимые объемы двигательной деятельности определяются:
- для учащихся учреждений начального профессионального образования и средних специальных учебных заведений — исходя из двух обязательных и одного факультативного занятия физическими упражнениями в неделю;
- для студентов высших учебных заведений — с учетом четырех академических часов занятий и т. д.) для работников, занятых различными видами труда.

В Хабаровском крае и в частности в Комсомольском-на-Амуре государственном университете указанные нормативы по причине изменения РПД (рабочих программ дисциплин) — идет постепенное снижение объёмов часов фактических занятий по физической куль-

туре, что вследствие чего неуклонно растет у студентов гиподинамия и т.д.

Показатели внутренней экономической эффективности имеют важное практическое значение для учета трудовых затрат в области физической культуры и спорта и служат основой для организации экономического стимулирования.

В настоящее время особую актуальность приобрели вопросы политэкономического исследования проблем экономической эффективности физической культуры и спорта, которые сводятся к определению прямого и опосредованного воздействия на восстановление, сохранение и развитие физической и моральной дееспособности совокупного работника. Задача состоит в определении воздействия физической культуры и спорта на глобальный показатель экономической эффективности физической культуры и спорта.

Чтобы определить влияние физической культуры и спорта на рост валового дохода, необходимо исследовать каналы воздействия данной сферы услуг на материальное производство как непосредственного создателя источника дохода. Физическая культура помимо прямых импульсов, интенсифицирующих материальное производство, активизирует функционирование других сфер социально-экономической инфраструктуры, чем оказывает опосредованное воздействие на материальное производство.

Кроме того, прямое воздействие сферы услуг физической культуры проявляется главным образом посредством более высокой работоспособности занимающихся физической культурой и спортом [11]. Обобщенные данные специальных исследований указывают на то, что у лиц, занимающихся физическими упражнениями, производительность как умственного труда, так и физического возрастает на 0,6-10 %. Прирост дохода за счет более высокой производительности труда занимающихся физической культурой в 2021 г. составил около 4 млрд руб.

В период 2020–2024 годов будут достигнуты следующие показатели:

- увеличение доли граждан Российской Федерации, систематически занимающихся физической культурой и спортом, в общей численности населения до 55 % в 2024 году;

- повышение уровня обеспеченности населения спортивными сооружениями исходя из единовременной пропускной способности объектов спорта до 60 % в 2024 году [1].

У занимающихся физической культурой и спортом потери учебного и рабочего времени в результате заболеваемости и травм в 4,5 раза меньше, чем у не занимающихся [2].

Это свидетельствует о значимости социальной и экономической эффективности физической культуры и спорта. В экономическом выражении на каждый вложенный в данную сферу рубль эффект составит от 14 до 29 руб. отдачи (снижение потерь дней нетрудоспособности, травматизма, затрат на лечение и т. д.) [5].

Приведенные данные наглядно демонстрируют необходимость дальнейшего динамичного развития массового студенческого физкультурного движения не только с социальной, но и с экономической точек зрения. Ведь только увеличение до 40 % удельного веса физкультурников, занятых в материальном производстве, в общей численности занятых в материальном производстве приведет к росту экономической эффективности до 13,6 млрд руб., а увеличение удельного веса физкультурников до 50 % повысит экономическую эффективность до 18,3 млрд руб [9].

Таблица 1

**Финансирование кафедры Физического воспитания и спорта
Комсомольского-на-Амуре государственного университета**

	2019 г.	2020 г.	2021 г.
ФОТ (Фонд оплаты труда)	12 193 547,91	10 363 877,26	9 395 242,40
Договора	0,00	99 900,60	312 411,80
Содержание имущества (ком.услуги), ремонт	2 937 217,40	2 704 807,00	2 859 201,71
Инвентарь	0,00	40 000,00	0,00
Аренда	0,00	18 000,00	0,00

Таким образом, в условиях развития рыночных отношений физическая культура и спорт становятся не только существенным компонентом здорового образа жизни, но и важным фактором экономи-

ческого развития, способным активно воздействовать на все сферы образовательного пространства [3].

Что касается кафедры Физического Воспитания и Спорта Комсомольского-на-Амуре государственного университета то объем финансирования можно увидеть в таблице 1 и на графике за 2019, 2020, 2021 гг. Как видно в таблице 1 и на рисунке 1 объем финансирования постепенно снижается. Необходимо увеличение объема финансирования кафедр физического воспитания и спорта в высших учебных заведениях.

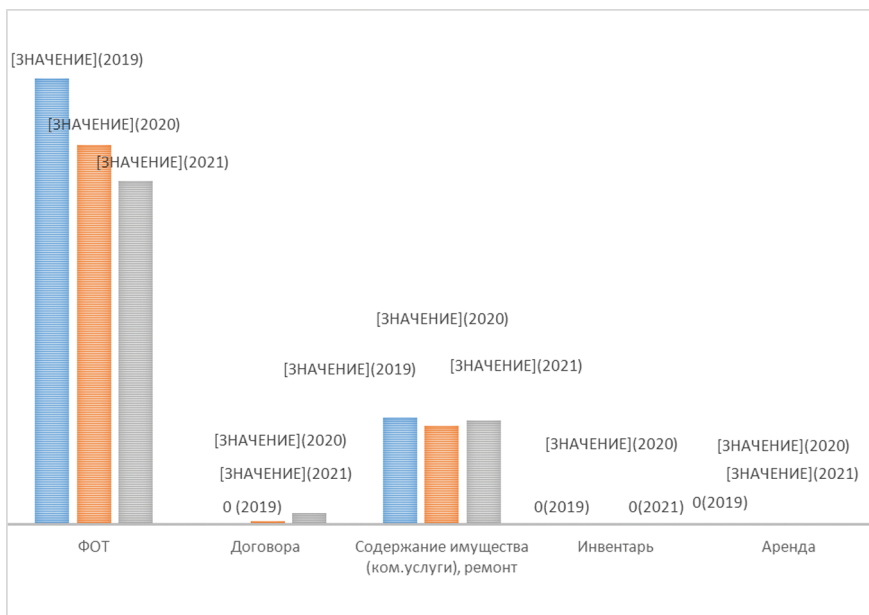


Рисунок 1. Объем финансирования кафедры Физического Воспитания и Спорта ФГОУ ВО Комсомольского-на-Амуре государственного университета

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Актуализация стратегических направлений развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года / С. Е.

- Бакулев, В. А. Таймазов, С. М. Ашкинази [и др.] // Теория и практика физической культуры. — 2019. — № 2. — С. 3-5.
2. Ашкинази, С. М. Физическая культура и здоровье студентов вузов: анализ, опыт и приоритеты / С. М. Ашкинази, И. В. Соколова // Теория и практика физической культуры. — 2011. — № 5. — С. 104.
 3. Логачева, Д. А. Сбережение нации: концепция Солженицына и её современное понимание / Д. А. Логачева, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 151-154.
 4. Мануйло, К. А. Логистика в сфере физической культуры и спорта / К. А. Мануйло, Г. В. Сытник // Физическая культура студентов : сборник материалов 70-й Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 09 июня 2021 года. — Санкт-Петербург: Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 2021. — С. 114-117.
 5. Новиков, А. Б. Право и экономика в сфере спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Право и современная экономика: новые вызовы и перспективы : Сборник материалов II научно-практической конференции с международным участием юридического факультета СПбГЭУ, Санкт-Петербург, 09 апреля 2019 года / Под научной редакцией Н.А. Крайновой. — Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный экономический университет, 2019. — С. 87-88.
 6. Новиков, А. Б. Конституционно-правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Спорт, человек, здоровье : Материалы X Международного Конгресса, посвященного 125-летию со дня создания НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 08–10 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2021. — С. 351-354.
 7. Новиков, А. Б. О правовой концепции развития физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Место и роль физической

культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 176-180.

8. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех : Материалы Международной научно-практической конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года. — Москва: Московский гуман, 2022. — С. 172-176.
9. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // Экономика. Налоги. Право. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103.
10. Рагозина, Н. А. Об оздоровлении нации и сбережении народа / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2022. — № 1. — С. 31-33.
11. Сытник, Г. В. К вопросу о психологическом здоровье спортсменов в рамках национальных проектов оздоровления нации / Г. В. Сытник, А. А. Сытник // Трансформация экономики и управления: новые вызовы и перспективы : Сборник статей и тезисов докладов 2 и 3 секций XI Международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 15–17 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2022. — С. 154-159.

УДК 94 (47)

Елена Васильевна Севостьянова

Читинский институт (филиал) ФГБОУ ВО «Байкальский государственный университет», Чита, Россия
Sevostyanova.elena@mail.ru

ИДЕЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ИМПЕРСКОЙ РОССИИ И ЕЕ РЕАЛИЗАЦИЯ В ВОСТОЧНОЙ СИБИРИ ВО ВТОРОЙ ПОЛОВИНЕ XIX — НАЧАЛЕ XX ВВ.

Аннотация. Рассматривается роль общественной инициативы в организации подвижных игр для детей. Выявлены причины интереса, динамика формирования идей и этапы реализации, основные тенденции. Обоснован вывод, что общественность Восточной Сибири вела небольшую по объему, но очень значимую работу формирования и реализации передовых педагогических принципов, методов и приемов физического развития детей, важной частью которых были подвижные игры.

Ключевые слова. Культурно-просветительные общества, физическое развитие детей, подвижные игры, детская площадка

Elena Vasilyevna Sevostyanova

Chita Institute (branch) of the Baikal State University, Chita, Russia
Sevostyanova.elena@mail.ru

THE IDEA OF OUTDOOR GAMES IN THE SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION IN IMPERIAL RUSSIA AND ITS IMPLEMENTATION IN EASTERN SIBERIA IN THE SECOND HALF OF THE XIX — EARLY XX CENTURIES

Abstract. The role of public initiative in the organization of outdoor games for children is considered. The reasons of interest, the dynamics of the formation of ideas and the stages of implementation are revealed. The conclusion is substantiated that the public of Eastern Siberia conducted a small, but very significant work on the formation

and implementation of advanced pedagogical principles, methods and techniques of physical development of children, an important part of which were outdoor games.

Keywords. Cultural and educational societies, physical development of children, outdoor games, playground

Для современной педагогики очевидно, что в физическом воспитании должны найти свое место как меры по укреплению здоровья ребенка, так и подобранные в зависимости от возраста и состояния здоровья подвижные игры [1]. Применение подвижных игр в практике физического воспитания дореволюционной России, генезис идей и классификации игр рассматривались многими авторами, которые констатировали, что во второй половине XIX — начале XX вв. в России появились фундаментальные, оригинальные как в теоретической, так и в практической части педагогические сочинения по теории и методике применения подвижных игр в физическом воспитании [2]. На материалах Восточной Сибири заявленная проблематика не рассматривалась, но некоторые ее аспекты интересовали исследователей. Так была проанализирована роль общественной инициативы в развитии физической культуры и массового спорта [3]. Обоснован вывод о том, что общественная инициатива в организации различных форм внешкольного физического воспитания обогнала правительственную, при этом первая была вызвана новыми педагогическими идеями и назревшей потребностью населения, тогда как вторая была стимулирована русско-японской и Первой мировой войнами, которые показали недостаток физической подготовки призывников. В циркуляре МВД о введении допризывной подготовки молодежи от 1916 г. говорилось, что продолжающаяся более полутора лет борьба с могущественным врагом, требовала непрерывного пополнения убыли в рядах сражающихся, между тем призывники по «своему физическому развитию, выносливости и дисциплине не всегда стоят на высоте требований, предъявляемых современными условиями войн» [4].

О необходимости для детей физических упражнений и игр писал еще И.И. Бецкой [5]. В 1876 г. газета «Сибирь» перепечатала статью из «Отечественных Записок» «Как нужно воспитывать», основным лейтмотивом которой был призыв уделять больше внимания физическому развитию, но восточносибирская общественность поначалу

осталась безучастной, находя применение своим силам в организации других форм просвещения и досуга. В конце XIX — XX вв. очень популярными среди сибирской интеллигенции становятся идеи П.Ф. Лесгафта о физическом воспитании как части всестороннего развития человека. К рубежу XIX — XX вв. эти идеи осознали многие культурно-просветительные общества Восточной Сибири [6]. Так, в 1893 г. Красноярское Общество попечения о начальном образовании (ОПНО), обсудив возможность введения в курс начальной школы гимнастики, решило, что из-за отсутствия специальных залов это дело далекого будущего. Однако поскольку потребность в физическом воспитании была высока, в 1896 г. к обсуждению не только вернулись, но и решили, по инициативе доктора Н.Г. Бенедиктова, организовать Общество физического развития. В состав учредителей вошли 20 человек. При существующих тогда формальных трудностях утверждения устава, можно предположить, что именно бюрократические препоны стали главной проблемой для организаторов. К началу XX в. во всех губернских городах были созданы специальные общества физического развития различных типов и наименований, рассчитанные на взрослых, а с начала XX в. моду на театральные досуг в городах Восточной Сибири сменила мода на спортивные соревнования. Например, в 1906 г. читинская газета «Даль» писала, что библиотеки пустуют, вся публика увлечена гонками и спортивными состязаниями. Тогда же в Чите было создано Общество любителей конного спорта, которое открыло ипподром и устраивало бега [7]. С 1908 г. были сообщения в прессе о регулярно устраиваемых на циклодроме в Иркутске гонках Общества велосипедистов, весьма популярных у горожан, при Обществе был организован и атлетический клуб. В 1912 г. зарегистрирован устав Читинского спортивного общества [8].

Хотя для российской практики школьной подготовки было характерно постепенное осознание важности подвижных игр и спортивных занятий (катание на коньках, гребля, плавание), но физическое воспитание как часть обучения развивалось в основном в средних школах и далеко не во всех. Так, по сведениям МНП подвижные игры были введены в 60% средних учебных заведений, из них площадки для подвижных игр имели 44%, каток — 42% учебных заведения. В начальных школах уроки физического воспитания практически отсутствовали. Отметим, что в силу специфики населения Забайкальской

области, в школах для казачьего населения старались вводить уроки физического развития. Так, в казачьем Сретенске в 1890 г. в приходском училище (50 детей) гимнастика была, поскольку считалась для казаков «более чем необходимой» [9].

Актуальность проявления гражданской инициативы в организации физической активности детей объяснялась современниками несколькими причинами. Во-первых, родителей и педагогов волновал вопрос сохранения здоровья детей при интенсивных школьных нагрузках. Весной 1890 г. корреспондент из Енисейска писал, что «интересующий теперь всю Россию вопрос о переутомлении учащихся» вызвал в городе инициативу окончания учебного года уже к 15 мая. С таким ходатайством к учебным властям обратились «наиболее видные по общественному положению» жители города [10]. Ответственность и педагоги были солидарны в том, что «все усилия педагогов подтянуть учащихся разбиваются, особенно к концу полугодия и при последних уроках, об их вялость, невнимательность, несообразительность и [...] это происходит от переутомления мозга» [11]. В 1910 г. школьный врач городских и начальных училищ Красноярска писал в отчете, что вес и окружность груди учащихся в школах города больше, чем в школах европейской России (Москвы, Петербурга, Вятки). Но при этом «неудовлетворительное состояние позвоночника» (сутулость, слабость мышц спины) наблюдается у половины [12]. Вопросы необходимости уроков физкультуры зачастую обсуждались в местной прессе. Так, в 1889 г. иркутский врач, пожелавший остаться анонимным, в статье для газеты «Восточное обозрение» предлагал освободить один день в неделю для занятий физической культурой: танцами, гимнастикой, маршировкой, фехтованием, музыкой, пением, плаванием, верховой ездой, ездой на велосипедах и т.д. Считал, главное — не заставлять, а заинтересовывать: «учите маршировке — непременно требуйте музыку, гимнастике — устройте состязание» [13]. В 1914 г. обсуждались те же недостатки школьного детства: «крайний интеллектуализм, влекущий за собой переутомление мозга», «постоянная сидячая жизнь и отсутствие движения», что вкупе с хроническим недосыпанием и недоеданием порождает усталость и «крайнюю нервозность».

Во-вторых, интерес к физической культуре подогревался необходимостью привить здоровые привычки трезвого образа жизни и досуга. Так, в 1884 г. в Забайкальской области заведений для изготовле-

ния и продажи вина было 860: винокуренные (2), пивоваренные (2) и водочные (5) заводы, оптовые склады (245), ренсковые погреба (61), трактиры (9), питейные заведения (528), буфеты (8) [14]. Употребление спиртных напитков детьми не было исключительным случаем, зачастую первый раз спиртные напитки давали попробовать детям сами родители во время больших торжеств — Пасхи, Масленицы. В 1912 г. учитель забайкальской школы провел опрос среди 35 учеников 8-9 лет об употреблении ими спиртных напитков. Выяснилось, что «совершенно не знают вкуса» спиртных напитков только двое, остальные «знают» с 5-6 лет, а некоторые уже по нескольку раз «напивались пьяными» [15].

В-третьих, целенаправленная деятельность по организации подвижных игр считалась мерой борьбы с детскими правонарушениями. Российская и восточносибирская общественность считала, что специально организованная деятельность поможет оградить детей от дурного влияния улицы. Об этом писал, например, И.М. Радецкий в статье «О необходимости подвижных игр в детских садах и влияние улицы на детей» [16]. Считалось, что пребывание в течение хотя бы части дня в педагогически организованной и контролируемой среде сублимирует интересы и, хотя бы отчасти, оздоравливает привычки. Изучался и зарубежный опыт, в частности, значение детских площадок как средства предупреждения детской преступности подчеркивалось рядом американских исследователей на примере опыта площадок в Нью-Йорке, Чикаго [17].

В целом подвижные игры рассматривались как «дидактический материал» всестороннего воспитания ребенка: физического, умственного, нравственного, эстетического, социального. П.Ф.Лесгафт считал, что игра — упражнение, при посредстве которого ребенок готовится к жизни, игра развивает дисциплину, чувство общности, получает элементарные понятия об общественном строе. Отметим, что некоторые активисты и педагоги призывали не забывать в пылу педагогической полемики и о развлекательном характере подвижных игр. Так «Вестник воспитания» в 1890 г. перепечатал статью F.Lagrange из «La Nouvelle Revue» «Удовольствие при физическом упражнении», в которой утверждалось, что основная ошибка всех сторонников физического воспитания в том, что они утверждают — цель физических упражнений укрепить здоровье и силы ребенка, а никак не в том, чтобы доставить ему удовольствие, развлечение и чувство радости [18].

Активным пропагандистом игр и «культуры человеческого тела» был И.М. Радецкий, его современники называли «пионером и апостолом идеи» [19]. По его инициативе был разработан устав первого в России Общества физического воспитания детей. И.М. Радецкий сам заведовал в Одессе городским «детским садом» — площадкой для игр и образовательных занятий [20]. Он развернул активную пропаганду: ездил по городам империи, выступал с публичными лекциями (за три года — более 100 лекций в разных городах), проводил частные встречи с педагогами, врачами. Как писал сам И.М. Радецкий, объездил всю Россию — от Енисейска до Варшавы, от Кронштадта до Батума, от Одессы до Рязани, от Таганрога до Москвы [21].

В Восточной Сибири пионером введения подвижных игр в систему обучения стала частная школа «Детский сад» Иркутска, открытая в 1876 г [22]. Здесь два раза в неделю для всех детей проходили уроки гимнастики, на которых «все движения сообразовывались с возрастом и полом», при этом главное внимание обращалось на развитие детей «путем различных игр, развивающих любознательность и сообразительность, независимо от уроков гимнастики» [23], [24]. В младших группах каждый получасовой урок сменялся подвижными играми.

С конца XIX в. городах Восточной Сибири появляются специально открытые по инициативе общественности детские площадки для проведения внешкольного физического воспитания детей. Первая была организована Красноярским ОПНО в 1888 г. Общество арендовало у города участок земли и устраивало на нем игры для детей, зимой — каток и горки. В 1901 г. «Восточное обозрение» поместив заметку об открытии детских игр в Иркутске написало, что «игры эти не имеют ничего общего с муштровкой». Их цель — гармоничное развитие телесных и духовных сил ребенка, ловкости, силы. Открыло площадку Общество распространения народного образования и народных развлечений (ОРНОиНР). С 16 января по 16 февраля 1904 г. детскую площадку посетили 7729 детей, пользовавшихся бесплатным прокатом коньков и входа [25]. После закрытия ОРНОиНР детская площадка была возобновлена обществом «Просвещение» в 1908 г. На ней играли в серсо, крокет, городки, пытались ввести лаун-теннис, занимались шведской гимнастикой. В 1910 г. играми руководил выпускник СПб курсов П. Лесафта И. Селиванов, организовавший и обучение игре в футбол.

Организация детской площадки требовала значительных материальных расходов, поэтому от инициативы до воплощения идеи иногда проходили годы. Так, сбор средств на открытие двух детских площадок в Чите велся с 1905 г, но открыты они были только в 1916 г. Наплыв детей был такой (до 500 человек), что пришлось разделить посетителей на три возрастные группы и каждой их них назначить для посещения отдельный день недели. Из уездных городов детские площадки были организованы ОПНО в Енисейске и Ачинске Енисейской губернии. В Верхнеудинске Забайкальской области организованная ОПНО площадка летом ежедневно принимала от 60 до 450 детей [26]. В селах и малых городах организация детских игр была единичным явлением и зависела от частной инициативы учителя. В 1896 г. корреспондент газеты «Енисей» писал о такой инициативе в больших сёлах Енисейской губернии, таких как с. Бирюса, с. Рыбное. В 1902 г. в Иркутское ОРНО и НР обратилась учительница г. Балаганска с просьбой выслать руководство по организации игр [27]. В Забайкалье детские подвижные игры устраивало общество Народного дома с.Кабанское, которое в 1917 г. решило организовать «Детский клуб», определив его целью комплексное эстетическое и физическое воспитание [28].

Заметно прослеживается разница понимания значимости подвижных игр. Общественность считала, что они оздоравливают (особенно на свежем воздухе), развивают личностные качества, инициативу и коллективность. В официальных же кругах существовало мнение, что такие игры вредны. Сомнительность их пользы видели в том, что «русскому народу игры как воспитательный элемент не были известны», а то, что общественность называла духом соревновательности, есть «пробуждение грубых инстинктов». По мнению властей, оптимальным альтернативным вариантом были гимнастика и строевые упражнения — это и способ отвлечения от вольнодумства, и способ воспитания патриотизма, особенно «если во время упражнений рассказывались батальные сцены, освещались страницы истории военного дела» [29].

В январе 1902 г. А.Э. Третьякова выступила на собрании иркутского ОРНОиНР с докладом «О внешкольном воспитании детей» в котором обосновала основные педагогические принципы внешкольного воспитания детей, основанные на исходном положении о том, что «общество, заботящееся о своих детях, создает для себя

прочное будущее». Рассматривая этапы и особенности организации работы, А.Э.Третьякова много внимания уделила важности содействия физическому развитию детей «путем устройства детских игр, прогулок, экскурсий, летних праздников, что несомненно тесно связано как с их умственным, так и нравственным воспитанием» [30]. По ее мнению, жизнь и наука выработали эффективные формы воспитания здоровых, свободных и самостоятельных личностей [31]. Заметна стала тенденция объединить усилия школы, семьи и общест-венности. Так в марте 1916 г. в Иркутске состоялось собрание роди-телей и педагогов всех средних школ города, на котором обсуждался вопрос о «школьном доме» — внешкольной образовательной органи-зации, предназначенной для объединения усилий учителей и обще-ственников. Планировались гимнастика, подвижные игры на свежем воздухе, экскурсии, катание на лыжах, коньках, лодке, ручной труд. В качестве развлечений спектакли, литературные утра, для самообра-зования — библиотека, кружки самообразования, издание журналов и сборников, детский клуб [32]. В Чите с 1914 г. действовали две пло-щадки, открытые с такими же широкими целями филиалом СПб Ро-дительского кружка.

Таким образом, в целом организация подвижных игр стала рас-сматриваться как необходимая часть не только физического разви-тия, но и духовно-нравственного воспитания. Хотя правительство преследовало не только цели физического развития, но и пыталось совместить его с формированием модели социализации консерва-тивного типа, однако при всей разнице понимания целей и спосо-бов физического воспитания и развития, общество и власть в этой сфере могли, на наш взгляд, найти достаточно точек соприкоснове-ния. Общественность Восточной Сибири вела небольшую по объему, но очень значимую работу формирования и реализации передовых педагогических принципов, методов и приемов физического разви-тия детей, важной частью которых были подвижные игры.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Ефимова, Е. А. О месте подвижных игр в жизни современных городских детей / Е. А. Ефимова // Педагогика городского пространства: теория, методология, практика : Сборник трудов по материалам Всероссийской научно-практической конференции, Самара, 25–26 марта 2015 года / Редакционная коллегия: Т.А. Чичканова (ответственный редактор),

- Н.С. Искрин, О.Ю. Козырь. — Самара: Общество с ограниченной ответственностью «Издательство АСГАРД», 2015. — С. 41-50.
2. Алимов, Г. М. Подвижные игры в системе физического воспитания Российской империи (вторая половина XIX — начало XX века) / Г. М. Алимов // Наука и школа. — 2012. — № 4. — С. 172-176.
 3. Севостьянова, Е. В. Общественная и правительственная инициатива в организации физического воспитания в Восточной Сибири во второй половине XIX-начале XX вв / Е. В. Севостьянова // Иркутский историко-экономический ежегодник: 2010. — Иркутск : Байкальский государственный университет экономики и права, 2010. — С. 200-204. —
 4. Допризывная подготовка молодых людей // Иркутская жизнь. — 1916. — № 67. — 9 марта.
 5. Основание воспитательных домов в России (Очерк из истории государственного призрения детей) // Трудовая помощь. — 1917. — № 4-5. С. 307.
 6. Севостьянова, Е. В. Культурно-просветительные общества городов Восточной Сибири как опыт социального взаимодействия и гражданской инициативы (вторая половина XIX — начало XX вв.) / Е. В. Севостьянова // Общественные науки. — 2011. — № 2. — С. 277-289. — EDN NOLGSD.
 7. Памятная книжка Забайкальской области на 1912 г. Чита., 1912. С. 31.
 8. Школа и жизнь. — 1912 — 13 августа.
 9. Нерчинск // Восточное обозрение. — 1890. — № 2. — 2 января.
 10. Енисейск // Восточное обозрение. — 1890. — № 13. — 25 марта.
 11. Восточное обозрение. — 1889. — № 52. — 24 декабря.
 12. Голос Сибири: Газета политическая, общественная и литературная. — 1910. — № 1. — 10 декабря.
 13. Физическое развитие детей в школе («mens sana in corpore sano») // Восточное обозрение. — 1889. — № 46. — 12 ноября.
 14. Акцизные сборы // Обзор Забайкальской области за 1884 г. Чита, 1885. 64 с. С. 85.
 15. Пьянство среди детей // Заря. — 1912. — 26 июля.
 16. Арепьев Н.Ф. Родительский кружок в Петербурге. СПб.: «Т-во худож. печати», 1906. 39 с. С. 13.
 17. Люблинский П.И. Движение преступности несовершеннолетних в России (до начала мировой войны) // Борьба с преступностью в детском и юношеском возрасте (социально-правовые очерки). М., 300 с. С. 79.
 18. М.В. Удовольствие при физическом упражнении // Вестник воспитания. Ред. Е.А.Покровский. 1890. № 4. С. 118-133.
 19. Обнинский П.Н. Значение воспитательных игр, организуемых И.М. Радецким для беспризорного и неимущего детства // За детей. Сборник

- статей и заметок по вопросам призрения, воспитания и защиты молодого поколения с приложением отзывов прессы о деятельности автора / И.М. Радецкий. Одесса: «Экон. тип-я и лит-я», 1896. 121 с. С. 5-11.
20. Детский сад на Молдаванке // За детей. Сборник статей и заметок по вопросам призрения, воспитания и защиты молодого поколения с приложением отзывов прессы о деятельности автора / И.М. Радецкий. Одесса: «Экон. тип-я и лит-я», 1896. 121. С. 71-73.
 21. Школы благотворительных обществ // За детей. Сборник статей и заметок по вопросам призрения, воспитания и защиты молодого поколения с приложением отзывов прессы о деятельности автора / И.М. Радецкий. Одесса: «Экон. тип-я и лит-я», 1896. 121 с. С. 21.
 22. Севостьянова Е.В. Идея общественного дошкольного воспитания и ее реализация в Восточной Сибири в конце XIX — начале XX в. // Научный вестник Байкальского государственного университета экономики и права (Чита). – 2008. — № 13. — С 34 — 42.
 23. Школа «Детский сад» // Иркутские губернские ведомости. — 1904. — № 3662. — 2 марта.
 24. Начальница Детского Сада М.Тюменцева. Отчет Иркутского Детского сада за 1877 г. // Сибирь. 1878. — № 7. — 19 марта.
 25. Детская площадка // Иркутские губернские ведомости. — 1904. — № 3652. — 24 февраля.
 26. НАРБ (Национальный архив Республики Бурятия). Ф. 211. Оп.1. Д.204. Л. 69.
 27. ГАИО (Государственный архив Иркутской области). Ф. 197. Оп.1. Д. 13. Л. 16.
 28. НАРБ. Ф. 279. Оп.1. Д. 12. Л.4.
 29. ГАЗК. Ф. 21. Оп.1. Д. 439. ЛЛ. 17, 23. Школа и жизнь — 1913 — 16 сентября.
 30. Фаръ Т. Доклад А.Э.Третьяковой // Восточное обозрение. — 1902. — № 7. — 9 января.
 31. Севостьянова, Е. В. Основные направления реализации общественных инициатив в сфере внешкольного просвещения детей в Восточной Сибири в последней четверти XIX — начале XX вв / Е. В. Севостьянова // Педагогика и просвещение. — 2021. — № 2. — С. 54-76. — DOI 10.7256/2454-0676.2021.2.32636. — EDN KRXYAO.
 32. К собранию родителей, учащихся в средней школе // Иркутская жизнь. — 1916. — № 78. — 20 марта.

УДК 616.1

Полина Вадимовна Сосновская

Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия
sosnovskayapolina.job@gmail.com

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина
Санкт-Петербургский филиал Финауниверситета, Санкт-Петербург, Россия

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ В РАБОТЕ СО СПОРТСМЕНАМИ В СФЕРЕ ПАУЭРЛИФТИНГА В РОССИИ И ЗА РУБЕЖОМ

Аннотация: Статья направлена на раскрытие темы психологических аспектов в работе со спортсменами, определение ее взаимосвязи между силовыми показателями с психологическими и психическими факторами, выделение основных методов обучения троеборцев в разные периоды деятельности, проведение практического исследования вопросов в подготовке троеборцев в предсоревнительный период.

Ключевые слова: спорт, пауэрлифтинг, психологическая подготовка, психологические факторы, интеллект.

Polina Vadimovna Sosnovskaya

St. Petersburg Branch of the University of Finance, St. Petersburg, Russia
sosnovskayapolina.job@gmail.com

Scientific director: Natalia Aleksandrovna Ragozina
St. Petersburg Branch of the University of Finance, St. Petersburg, Russia

PSYCHOLOGICAL ASPECTS IN WORKING WITH ATHLETES IN THE FIELD OF POWERLIFTING

Abstract: The article defines the relationship between the strength indicators of young men in powerlifting and the main psychological factors of personality development of young athletes, taking into account which the methodology of psychological training is proposed.

Keywords: sport, powerlifting, psychological training, psychological factors, intelligence

В пауэрлифтинге (или, как его обычно называют троеборье) основная цель состоит в том, чтобы собрать большую сумму очков в трех основных движениях. К основным движениям относятся: приседание со штангой на плечах; приседание со штангой на плечах, жим штанги лежа на горизонтальной скамье; становая тяга. Чтобы достичь своей цели, троеборец должен преодолеть ряд трудностей на своем пути, как физически, так и психологически [8].

Говоря о стадиях предсоревновательной подготовки, можно выделить следующие разделы:

1. Общая психологическая подготовка, которая проводится на протяжении всего тренировочного периода;
2. Специальная психическая подготовка к выступлению в конкретных соревнованиях [2,3,6,].

В ходе общей психической подготовки к соревнованиям формируется высокий уровень соревновательной мотивации, с соревновательными чертами характера, предсоревновательной и соревновательной эмоциональной устойчивостью, способностью к самоконтролю, саморегуляции, самоизменением в соревновательной среде [5]. На общий психологический фон спортсмена влияет множество факторов: степень тяжести тренировочного плана, уровень мотивации, отношение тренерского состава, боязнь равных соперников, страх оценок судей, боязнь «нулевой» оценки на соревнованиях и другие [9-12]. На спортсмена возлагается большая ответственность и не каждый способен не перегореть и достойно показать себя на соревновательном помосте. Более того, если рассматривать психологическое состояние троеборца непосредственно на соревнованиях, там возникает ряд трудностей отличных от тех, которые были в тренировочный период.

Общая психологическая подготовка направлена непосредственно на формирование волевых качеств самой личности троеборца, в частности, с помощью идеомоторной тренировки [4], а также на развитие специальных психических функций.

Существует ряд методов и методик по соблюдению специфических условий (таких как развитие физических сил, моральных сил, предсоревновательным настроем, спортивные достижения).

1. Метод сравнения. Такой метод необходим для изучения психологических различий в психических процессах.
2. Комплексный метод. Многогранное изучение троеборца с помощью совокупности методик.
3. Метод самонаблюдения. Троеборец самостоятельно оценивает свои показатели и правильность выполнения движения.
4. Метод “беседа”. Тренер должен быть максимально тактичным, расположить спортсмена к себе с помощью диалога, чтобы понять причины дискомфорта.
5. Метод анализа. Непосредственно данный метод направлен на обобщенный анализ психологического настроения спортсмена, благодаря этому методу можно четко выявить лидеров с максимально возможным уровнем морально-психического климата.

В ряде стран за рубежом психологическая помощь спортсменам реализуется не только на профессиональном уровне, но и на любительском. В США, Канаде, Великобритании спортсмены могут самостоятельно обратиться к психологу, но и психологическая помощь может быть предложена лично психологом, находящимся в спортивном клубе. Психологи часто присутствуют на тренировках и обязательно на соревнованиях. На соревнования в функции психолога входит недопущение эмоционального перенапряжения спортсмена и эмоционального выгорания [5].

Также во многих странах уделяется большое внимание непосредственно профессиональным спортсменам в вопросах психического состояния и психологического здоровья [7]. Это связано с высокими физическими и психическими нагрузками в предсоревновательный период, которые могут сопровождаться рисками различного уровня расстройств, вероятностью возникновения депрессии и другое. Поэтому Международное общество психологии спорта (International Society of Sport Psychology) поддерживает разработку и внедрение методов профилактики и коррекции психического здоровья спортсменов.

Можно подтвердить истинность и результативность данных методов посредством проведения практического исследования, который заключается в проведении анкетирования у тренерского коллектива в сфере пауэрлифтинга.

Анкетирование проводилось среди профессиональных спортсменов и тренеров по пауэрлифтингу 10.04.2022 г. на фестивале си-

ловых видов спорта “Открытый Кубок чемпионов Северной столицы” (NWPA), который проводился в ДС Юбилейный г. Санкт-Петербург. Испытуемым предлагалась анкета с различными показателями и было необходимо оценить спортсменов по 10-ти балльной шкале. В таблице 1 представлены средние значения, полученные в результате анализа.

Результаты исследования особенностей личности раскрывает некоторые психологические особенности, свойственные спортсменам в сфере пауэрлифтинга высоких достижений (звания МС, МСМК, Элита).

Таблица 1

Анализ показателей индивидуальных особенностей опрошенных троеборцев

Критерии оценивания	Среднее значение оценки (включая отклонение)
Высокая/ низкая самооценка спортсмена	5,0 ~ 0,5
Замкнутость/ общительность спортсмена	6,5~0,5
Конкретное/ абстрактность мышления	4,25~0,5
Эмоциональная стабильность/эмоциональная нестабильность спортсмена	4,25~ 0,5
Сдержанность/ экспрессивность спортсмена	6,5~ 0,5
Робость/ смелость	5,0~ 0,5
Практичность/ мечтательность	4,25~ 0,5
Прямолинейность/ гибкость	5,0~ 0,5
Спокойствие/ тревожность	5,5~ 0,5
Высокий уровень самоконтроля/ низкий уровень самоконтроля	5,5~ 0,5
Расслабленность/ эмоциональная напряженность спортсменов	3,5~ 0,5

Исследование заключалось в определении среднего значения психологических и психических показателей устойчивости личности. Представленные значения варьировались по 10-ти балльной шкале (от 1до 10) с учетом отклонений.

Выдвижение статистических данных справедливо в рамках данного исследования и несет практическую значимость для постановки результатов анализа.

По результатам анализа индивидуально-психологических особенностей спортсменов высокой квалификации указаны и дополнены аспекты психологической личности спортсменов сведениями об эмоционально-мотивационном и коммуникативном компонентах.

По сравнению с Россией профессиональная деятельность спортивных психологов за рубежом регулируется законодательством. К иностранным специалистам предъявляются более жесткие требования по образованию и компетентности в области спортивной психологии. Одна их проблем в сфере профессионального спорта в России связана с весьма консервативными взглядами на спорт. Психологические и психические проблемы недооцениваются и считаются мало важными, что весьма ошибочно. Благодаря анкетированию можно сделать отметить такие факторы как невысокий уровень самоконтроля и низкий уровень расслабленности. Эти факторы свидетельствуют о весьма нестабильном психическом состоянии спортсмена с вероятностью к спортивному профессиональному выгоранию.

Психологические и психические параметры интеллектуального блока свидетельствуют об относительной гибкости высококвалифицированных пауэрлифтеров, они обладают снижением эффективности мышления и трудностями в решении абстрактных проблем, что определяет жесткость мышления. Эта характеристика проявляется и в консервативности, стабильности по отношению к сложившимся в обществе традициям, обеспечивает сопротивление изменениям и ориентацию исключительно на конкретную реальную деятельность [1]. Исследование факторов влияния на эмоционально-волевое, интеллектуальное, коммуникативного состояния спортсменов позволило точно раскрыть психологические аспекты в работе со спортсменами в сфере пауэрлифтинга как в России, так и рассмотреть особенности деятельности за рубежом [8].

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Ашкинази, С. М. Агрессия в спорте : материалы к лекции / С. М. Ашкинази, В. Л. Марищук, Е. Н. Курьянович ; Военный институт физической культуры. — Санкт-Петербург, 2003. — 26 с.

2. Ашмарин, Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании [Текст] , 223 с.
3. Зацюрский, В. М. Физические качества спортсмена [Текст] : (основы теории и методики воспитания) / В. М. Зацюрский. 200 с.
4. Мезенцев, А. Ю. Идеомоторная тренировка как эффективный способ повышения уровня спортивного мастерства в пауэрлифтинге / А. Ю. Мезенцев, Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Человек в мире спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 69-73.
5. Особенности психологических кризисов и способы их преодоления спортсменами различных специализаций / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, В. В. Андреев, И. А. Воронов. — Санкт-Петербург : Издательский центр АГСПА, 2022. — 216 с.
6. Пауэрлифтинг. От новичка до мастера [Текст] : монография / Б. И. Шейко, П. С. Горулев, Э. Р. Румянцева, Р. А. Цедов; под общ. ред. Б. И. Шейко. 2013. ,560 с.
7. Рагозина, Н. А. О балансе здорового духа и здорового тела / Н. А. Рагозина // Спорт, человек, здоровье : Материалы X Международного Конгресса, посвященного 125-летию со дня создания НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 08–10 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2021. — С. 360-362.
8. Сосновская, П. В. Пауэрлифтинг как инновационная форма развития физических качеств и укрепления здоровья у молодых женщин / П. В. Сосновская, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Физическая культура студентов : сборник материалов 70-й Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 09 июня 2021 года. — Санкт-Петербург: Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 2021. — С. 61-65.

9. Сытник, Г. В. Диагностика психологических качеств у тяжелоатлетов во время проведения социально-психологического тренинга / Г. В. Сытник, В. В. Андреев // Спортивный психолог. — 2019. — № 3(54). — С. 60-63.
10. Сытник, Г. В. Социально-психологический тренинг как современный метод психологического сопровождения для повышения уровня мастерства спортсменов тяжелоатлетов / Г. В. Сытник // Рудиковские чтения : Материалы XV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Рудиковские чтения-2019», Москва, 28–29 мая 2019 года / под общ. ред. Ю.В. Байковского, В.А. Москвина. — Москва: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)», 2019. — С. 207-210.
11. Сытник, Г. В. Оценка «величины эффективности» социально-психологического тренинга «кризисные спортивные ситуации как фактор развития личности спортсмена» с квалифицированными спортсменами тяжелоатлетами / Г. В. Сытник, И. А. Воронов // Экстремальная деятельность человека. — 2020. — № 1(55). — С. 3-6.
12. Сытник, Г. В. К вопросу о психологическом здоровье спортсменов в рамках национальных проектов оздоровления нации / Г. В. Сытник, А. А. Сытник // Трансформация экономики и управления: новые вызовы и перспективы : Сборник статей и тезисов докладов 2 и 3 секций XI Международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 15–17 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2022. — С. 154-159.

УДК 342

*Наталья Александровна Рагозина¹, Алена Евгеньевна Старшинова²,
Дарья Аркадьевна Закарян³*

^{1, 2, 3}Санкт-Петербургский государственный экономический университет,
Санкт-Петербург, Россия
¹ragozina777@bk.ru
²9219828062@mail.ru
³zakaryan.dasha@mail.ru

К ВОПРОСУ ПРАВА НА ОХРАНУ ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКУЮ ПОМОЩЬ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Аннотация. В данной статье рассматриваются проблемы, касающиеся здоровья граждан, так как не все осознают важность его сохранения и то, как государство предоставляет эту возможность помочь каждому посредством внесения законов в Конституцию Российской Федерации.

Ключевые слова: жизнь, здоровье, медицина, закон, граждане, государство

N.A. Ragozina¹, A.E. Starshinova², D.A. Zakarian³

^{1, 2, 3}Saint-Petersburg State University of Economics, St. Petersburg, Russia

TO THE QUESTION OF THE RIGHT TO HEALTH PROTECTION AND MEDICAL CARE IN THE RUSSIAN FEDERATION

Abstract. This article deals with problems concerning the health of citizens, as not everyone is aware of the importance of preserving it and how the state provides this opportunity to help everyone through the introduction of laws in the Constitution of the Russian Federation.

Keywords: life, health, medicine, law, citizens, state

Жизнь и здоровье — безусловные ценности для каждого человека. Общее благополучие человека, его здоровье позволяет вести

активный образ жизни, свободно выбирать род деятельности и профессию, получать образование и т. д. В масштабах общества здоровье нации является залогом успешного развития страны, воспроизводства населения и трудовых ресурсов, преемственности поколений. В сфере здравоохранения активная социальная политика государства направлена не только на предоставление оказания медицинской помощи, но и на профилактику заболеваний, просвещение населения, популяризацию здорового образа жизни, спорта, избавление от вредных привычек, создание соответствующей инфраструктуры.

Статьёй 41 конституции РФ предусмотрено то, что у любого человека есть возможность получить все условия (в пределах разумного) для создания достойной жизни и свободного развития личности, поскольку все это обусловлено наличием конституционного права на охрану и мед. помощь. Также данного принцип закреплён конституционным статусом Российской Федерации [1].

В ней подробно описано, что любой человек вправе претендовать на получение медицинской помощи и охрану своего здоровья. Данное право выражается в предоставлении населению доступной медико-социальной помощи, а также гарантирование в инфекционной и эпидемической безопасности, создание подходящих условий труда, отдыха и быта, охрану окружающей среды и предоставление надлежащего и своевременного информирование граждан о факторах, отражающихся на их здоровье [3].

Стоит отметить, что Федеральный закон № 323-ФЗ также предусматривает регулирование основных прав и обязанностей в области здравоохранения и медицинского лечения [2]. Специфические особенности оказания медицинского обслуживания регулируются системой государственных гарантий предоставления гражданам бесплатной медицинской помощи.

Представленный конституционный закон является сложным по своему составу и включает в себя ряд правомочий, которые предусматривают принятие государством мер в муниципальной, государственной и частной систем развития здравоохранения [4].

Условия пандемии спровоцировали активную деятельность государства по реализации управленческих и правовых мер, направленных на обеспечение, защиту, охрану, а также наделение всеми полномочиями комплексного конституционного права на здравоохранение и медицинские услуги [5].

Это, в свою очередь, не только повысило значимость исследований, направленных на преобразование права на охрану здоровья и процесса реализации медицинских услуг, но и потребовало научно-го осмысления содержания этого права [6].

Проблемы определения и поддержания баланса ценностей в медицине при использовании искусственного интеллекта и исполнение прав человека по праву представляют научный интерес [7]. И это не удивительно, ведь данная сфера требует большего внимания, поскольку она оказывает прямое влияние на жизнь населения и сохранение страны от разрушения. Стоит соблюдать баланс ценностей, при котором искусственный интеллект активно используется в медицине и в реализации ряда прав человека.

Следует отметить, что оказание медицинской помощи является наиболее чувствительной и значимой сферой для человека, что обуславливает необходимость ее детального правового регулирования. Поскольку происходит процедура оказания медицинской помощи, которая связана с вмешательством в функционирование живого организма.

Существует дискуссия по поводу адекватности, разумности и эффективности правового регулирования для обеспечения права всех граждан на здравоохранение, проблемы цифровизации, эффективность юридической ответственности в случае несоблюдения закона в этих областях, а также цифровизацию государственных услуг [8].

Подводя итог краткому анализу принятых российским государством правовых мер в целях предоставить российским гражданам конституционное право на охрану здоровья и медицинскую помощь, данные меры имели весьма положительные последствия, также можно сказать, что в целом они были адекватны. Среди таких мер можно выделить правовые меры, вызвавшееся во внесении изменений и дополнений в отечественное законодательство и касающиеся:

- установление максимального роста цен на лекарства и контроль за ценами на них — все это входит в обязанности государства;
- обеспечения беспрепятственного доступа к приобретению лекарств за счёт разрешения дистанционных покупок лекарственных препаратов;
- усилена юридическая ответственность за попытку продажи некачественных и несанкционированных лекарств.

Важно отметить, что государство приняло эффективные меры, гарантирующие право граждан на медицинскую помощь во время пандемии. К более значимым мерам стоит отнести: меры, направленные на социальное дистанцирование, внедрение удаленной работы и дистанционного обучения, минимизация социальных контактов и обеспечение готовности организаций здравоохранения к возросшей нагрузке [9].

Законодательство, принятое во время пандемии, можно рассматривать как ключевой фактор в обеспечении права граждан на здравоохранение.

Однако в правоприменительной практике существует ряд трудностей, которые могут быть решены как путем совершенствования правил, так и путем изменения существующей практики. В целом, быстрая и «вынужденный» характер принятых мер, а также отсутствие прецедентного права по применению законов, принятых в контексте пандемии 2020 года, не позволяют оценить их социальное воздействие и экономические последствия с высокой степенью достоверности [11].

В целом, право на здоровье — это всеобъемлющее понятие, сутью которого является медицинское оказание помощи, вокруг которого строятся и другие государственные мероприятия, направленные на поддержание и сохранение здоровья населения, включая информирование о рисках заболеваний, профилактику заболеваний, укрепление здоровья граждан посредством пропаганды здорового образа жизни и решение экологических проблем [10, 12]. В то же время важна и собственная роль граждан в обеспечении охраны здоровья: они должны принимать активные меры, связанные с сохранением и поддержанием собственного здоровья: быть физически активными, следить за питанием, обладать информацией о болезнях и о том, как их предотвратить .

Граждане должны осознать важность внимания к собственному здоровью; государственные службы могут в основном только помочь человеку и предоставить ресурсы и информацию, которые человек должен использовать сам.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Конституция Российской Федерации от 12.12.1993 (с изменениями 2020 года). — М: Юридическое издательство, 2020. — Ст. 126.
2. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 05.04.2021) / КонсультантПлюс [Электронный ресурс]. — URL: <http://www.consultant.ru>.
3. Устав (Конституция) Всемирной организации здравоохранения (г. Нью-Йорк, 22 июля 1946 г.)
4. Данильченко А. В., Шумов П.В. Связь между правом на охрану здоровья и другими правами человека // Современные научные исследования и инновации. 2017. № 6 [Электронный ресурс]. URL: <http://web.snauka.ru/issues/2017/06/83453> (дата обращения: 14.05.2021).
5. Липчанская М.А. Правовое регулирование и защита конституционного права на медицинскую помощь и охрану здоровья в условиях пандемии и развития искусственного интеллекта // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Юриспруденция. 2021. № 4. С. 58–67
6. Новиков А. Б., Рагозина Н. А. Здоровый образ жизни личности: правовое понимание, регулирование, реалии. Ученые записки юридического факультета. 2021. № 3. С. 36–38.
7. Пучкова В. В. Реализация конституционного права граждан на охрану здоровья и медицинскую помощь в период распространения коронавирусной инфекции // Право и государство: теория и практика. 2021. № 3 (195). С. 121–126.
8. Новиков, А. Б. О правовой концепции развития физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Место и роль физической культуры в современном мире: Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 год
9. Рагозина Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека. В сборнике: Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех. Материалы Международной научно-практической конференции. 2022. С. 172–176.
10. Рагозина Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
11. Сильченко Н. П. Международно-правовые механизмы обеспечения права на охрану здоровья в контексте эпидемий, представляющих глобальную угрозу // Автореф. дисс. на соиск. уч. ст. канд. юр. наук — Москва. — 2012.

12. Шейман И.М., Шевский В.И., Сажина С. В. Приоритет первичной медико-санитарной помощи — декларация или реальность [Электронный ресурс]// Социальные аспекты здоровья населения. — 2019.– Режим доступа: <https://http://vestnik.mednet.ru/content/view/1043/30/lang,ru/> (дата обращения: 02.12.2020).

УДК 796.01:159.9

*Галина Владимировна Сытник¹, Анастасия Александровна Сытник²,
Кристина Александровна Мануйло³*

^{1,3}Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

²Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого

³Всероссийский государственный университет юстиции (РПА Минюста России)
galya2828@mail.ru

КОРРЕКЦИЯ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ В КОМАНДЕ С ПОМОЩЬЮ СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА

Аннотация. В статье рассматривается социально-психологический тренинг как современное средство коррекции девиантного поведения спортсменов в команде. Представленные результаты подтверждают острую необходимость вовлечения спортивного резерва в тренировочную программу по коррекции девиантного поведения в рамках учебно-тренировочного процесса.

Ключевые слова: психологическая превенция и психологическая интервенция (коррекция) девиантного поведения, психическое здоровье, социально-психологический тренинг, психологическое сопровождение спортивного резерва, команда, формирование личности, психологический кризис, конфликт, кризисные ситуации, спорт.

¹Sytnik Galina, ²Sytnik Anastasiia, ³Manuylo Kristina

^{1,3}Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health,
St. Petersburg, Russia, galya2828@mail.ru

²Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University, St. Petersburg, Russia,
anastasiiasytnik@mail.ru

³All-Russian State University of Justice, Moscow, Russia,
19.moloko@mail.ru

CORRECTION OF DEVIANT BEHAVIOR IN A TEAM WITH THE HELP OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL TRAINING

Annotation. The article considers socio-psychological training as a modern means of correcting the deviant behavior of athletes in a team. The presented results

confirm the urgent need to involve the sports reserve in the training program for the correction of deviant behavior within the framework of the training process.

Keywords: psychological prevention and psychological intervention (correction) of deviant behavior, mental health, socio-psychological training, psychological support of sports reserve, team, personality formation, psychological crisis, conflict, crisis situations, sports.

The relevance of the study is obvious. There are constant close attention to our athletes from foreign sports organizations, the media, the imposition of sanctions on the participation of Russian athletes in the European and World Championships caused indignation, panic, apathy, an increase in anxiety, mental stress, which in turn began to manifest deviant behavior among athletes: the conflicts became more frequent in the team, the manifestation of domestic aggression became noticeable, also the hostility and bitterness appeared. Coaches have a sense of anxiety that athletes have sharply decreased the effectiveness of training activities, their self-esteem has deteriorated and athletes are constantly in nervous tension on the verge of breakdown. This athletes' condition is alarming, because it can lead to the acquisition of bad habits to relieve stress and tension [1,11].

The solution of this problem requires a systematic approach and should be focus on two directions:

1. psychological prevention (psychoprophylaxis, prevention);
2. psychological intervention (overcoming, correction).

The main part. For the purpose of psychological prevention and identification of divergent behavior of athletes in the team, we suggest using the following techniques:

1. Eysenck's methodology for the study of individual typological characteristics of personality [4];
2. the Shmishek characterological test, designed to identify deviant behavior, the theoretical basis of which is K. Leonhard's concept of "accentuated personalities" [4];
3. The Spielberger-Hanin test to detect the level of anxiety [5];
4. Leary's method of diagnosing interpersonal relationships to represent the main social orientations: dominance-submission, friendliness-hostility, revealing adaptive or extreme interpersonal behavior [2];

5. The Bass-Dark method for identifying manifestations of motivational aggression and destructive tendencies inherent in the personality [12];
6. the method of N.P. Fetiskin and V.V. Kozlov to identify the perceptual assessment of the type of stress resistance [2];
7. the methodology of S.A. Budassi for quantitative measurement of the level of self-esteem of the individual [6].

Further study of this problem should go not only in line with the search for ways of psychological adaptation of the athlete's personality to the difficult conditions of training and competitive activity, but also training and correction, in particular, with the help of socio-psychological training (SPT) [7, p.8].

SPT is a method of correcting personal qualities, the nature of interaction in a group and interpersonal relationships, behavior and emotions. SPT is an active group method aimed at improving and developing attitudes, skills and knowledge of interpersonal communication. Socio-psychological training is a means of developing competence in communication [7-10].

Taking into account the empirical data obtained, with the aim of psychological intervention of deviant behavior in the team, increasing the adaptive capabilities of athletes, harmonious personality development and the formation of mental health of athletes together with the Candidate of Sciences. psychological Sciences, Andreev V.V. developed the SPT program "Crisis sports situations as a factor in the development of an athlete's personality", aimed at teaching athlete's constructive behavior in crisis situations, which indirectly contributes to the growth of their sports achievements [7-10].

The purpose of the SPT is to solve the following tasks: from a personal problem → to a strategy of behavior in it and learning pragmatic approaches to its resolution → harmonious development of the athlete's personality and improving the level of sportsmanship [7-10].

The main theoretical premise, which, in our opinion, should be incorporated into the program, is teaching positive ways for an athlete to overcome a psychological crisis and crisis situations, contributing to the self-improvement of an athlete, i.e. the ability to tolerate negative states through transformation into personal and athletic growth. At the same time, the main essential characteristic of the phenomenon of overcoming psychological crisis and crisis sports situations is to improve the personal qualities of an athlete, to develop their professionalism, to increase the

level of their socio-psychological maturity. In fact, these properties mean the presence of an adaptive potential of the individual, which determines its capabilities in overcoming crisis situations. Its main components are: a high level of motivational-target and emotional-volitional spheres of the athlete's personality, constructive behavioral activity, both during and after a psychological crisis and a crisis situation, the dominance of overcoming methods of overcoming over protective ones; positive self-esteem, a high degree of meaningfulness of life, a developed internal type of control, satisfaction with self-realization, purposefulness, "low anxiety and conflict", trust as a global attitude towards the world, oneself, people [7-10].

The potential advantage of psychological intervention of deviant behavior in a team with the help of SPT is the possibility of receiving feedback and assistance from training participants who have similar problems or experiences. In the process of group interaction, when modeling crisis and conflict situations, a negative state is transformed into personal growth, acceptance of the values and needs of other members of the group. It is particularly worth noting that during the training, each participant has a mental process of reflection and introspection, i.e. self-knowledge, as a result of which self-identification with others occurs, it becomes possible to use an emotional connection when evaluating their own experiences and behavior, as a result:

1. Getting rid of destructive thoughts,
2. Increased control over their own actions;
3. Awareness of your uniqueness and shortcomings;
4. Formation of skills to analyze actions and consequences;
5. Identifying hidden talents and abilities;
6. Personal growth.

Conclusions. In connection with the above, the SPT program "Crisis sports situations as a factor in the development of an athlete's personality", aimed at creating a sense of unity, openness in the team, forming ideas about communicative culture, about the psychological rights of an athlete, about psychological crises and effective ways to overcome them, developing confident behavior in crisis situations for the purpose of personal growth in the structure "I am the concept" of an athlete is relevant and timely for the psychological intervention of deviant behavior in the team.

REFERENCES:

1. Ashkinazi, S. M. Aggression in sports : lecture materials / S. M. Ashkinazi, V. L. Marishchuk, E. N. Kuryanovich ; Military Institute of Physical Culture. — St. Petersburg, 2003. — 26 p.
2. Fetiskin, N. Socio-psychological diagnostics of personality development and small groups / N.P. Fetiskin, V.V. Kozlov, G.M. Manuilov. — M. Publishing House of the Institute of Psychotherapy. — 2002. — 339 p.
3. Maksimova, N. Propensities of adolescents to addictive behavior // Psychol. journal. 1996. Vol.17. № 3.
4. Mendelevich V. Psychology of deviant behavior. Studies. Stipend. — St. Petersburg: Speech, 2005. — 445 p.
5. Nemov, R. Psychology of education. M.: Enlightenment: Vlado, 1994.
6. Nikireeva, E. Finding a quantitative expression of the level of self-esteem (according to S.A. Budassi) / Nikireeva E. M. Psychological features of personality orientation. Textbook. — M., 2007.
7. Features of psychological crises and ways of overcoming them by athletes of various specializations / G. V. Sytnik, S. M. Ashkinazi, V. V. Andreev, I. A. Voronov. — St. Petersburg : AGSPA Publishing Center, 2022. — 216 p.
8. Sytnik, G. V. Diagnostics of psychological qualities in weightlifters during socio-psychological training / G. V. Sytnik, V. V. Andreev // Sports psychologist. — 2019. — № 3(54). — P. 60-63.
9. Sytnik, G. V. Socio-psychological training as a modern method of psychological support to improve the skill level of weightlifters / G. V. Sytnik // Rudikov readings: Materials of the XV All-Russian scientific and practical conference with international participation “Rudikov Readings-2019”, Moscow, May 28-29, 2019 / under the general editorship of Yu.V. Baykovsky, V.A. Moskvina. — Moscow: Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education “Russian State University of Physical Culture, Sports, Youth and Tourism (GTSOLIFK)”, 2019. — P. 207-210.
10. Sytnik, G. V. Evaluation of the “magnitude of effectiveness” of the socio-psychological training “crisis sports situations as a factor in the development of an athlete’s personality” with qualified weightlifters / G. V. Sytnik, I. A. Voronov // Extreme human activity. — 2020. — № 1(55). — P. 3-6.
11. Sytnik, G. V. On the issue of the psychological health of athletes within the framework of national projects of improving the nation / G. V. Sytnik, A. A. Sytnik // Transformation of economics and management: new challenges and prospects : Collection of articles and abstracts of reports 2 and 3 Sections of the XI International Scientific and Practical Conference, St. Petersburg, December 15-17, 2021. — St. Petersburg: Scythia-Print LLC, 2022. — P. 154-159.
12. Zmanovskaya, E. Deviantology : (Psychology of deviant behavior): Textbook for students. higher. studies. M.: Publishing center «Academy», 2003. — 288 p.

УДК 338, 342

*Наталья Сергеевна Татаурова¹,
Екатерина Александровна Швеи,² Наталья Александровна Рагозина³*

^{1, 2, 3}Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

³Санкт-Петербургский государственный экономический университет, Россия

¹tataurova-2004@mail.ru

²kateshvec729@gmail.com

³ragozina777@bk.ru

ОРГАНИЗАЦИЯ КОРПОРАТИВНОГО СПОРТА НА РОССИЙСКИХ ПРЕДПРИЯТИЯХ КАК ЗАДАЧА ГОСУДАРСТВЕННОГО НАЗНАЧЕНИЯ

Аннотация: Данная статья направлена на рассмотрение корпоративного спорта на Российских предприятиях в качестве задачи государственного назначения. Дается анализ эффекта внедрения корпоративного спорта в корпоративную культуру компаний. Также делаются выводы по эффективности реализации спортивной реформы на территории России.

Ключевые слова: корпоративный спорт, предприятия, компании, развитие, сотрудники

*Natalia Sergeevna Tataurova¹, Ekaterina Aleksandrovna Shvets,²
Natalia Alexandrovna Ragozina³*

^{1, 2, 3} St. Petersburg Branch of the Financial University,
St. Petersburg, Russia

³Saint-Petersburg State Economic University
St. Petersburg, Russia

¹tataurova-2004@mail.ru

²kateshvec729@gmail.com

³ragozina777@bk.ru

THE ORGANIZATION OF CORPORATE SPORTS AT RUSSIAN ENTERPRISES AS A TASK OF STATE APPOINTMENT

Annotation: This article is aimed at considering corporate sports at Russian enterprises as a public purpose task. The analysis of the effect of the introduction of

corporate sport into the corporate culture of companies is given. Conclusions are also drawn on the effectiveness of the implementation of sports reform in Russia.

Keywords: corporate sports, enterprises, companies, development, employees

Введение. Как известно каждая организация держится на трех основных пунктах, в их число входит: кадровый состав, производство и продукты. Руководящие организациями достаточно давно пришли к выводу, что работники компании являются основной составляющей во всей цепочке производства не зависимо от рода и специфики их деятельности. Сотрудникам организации необходимо обладать не только профессиональными знаниями, опытом работы, но и быть здоровыми и мотивированными. Два крайних пункта являются неотъемлемыми элементами для наиболее плодотворной трудовой деятельности сотрудников.

Корпоративный спорт — это совместное занятие работниками организации каким-либо видом спорта, а также участие в спортивно-массовых мероприятиях [11], которые могут быть организованы как в составе корпоративной команды, так и в рамках отраслевых, городских и даже международных олимпиад, турниров и т.д.

Для многих организаций внедрение определенного вида спорта является частью имиджа предприятия [4].

Не имеет значения какой именно вид спорта выступает в качестве корпоративной культуры компании. Если этот вид спорта охватывает большую часть коллектива, то он становится хорошим средством для того, чтобы разрядить обстановку, обеспечивает эмоциональную разрядку, и благодаря этому естественным образом отпадает необходимость в проведении специальных мероприятий, которые предназначены для создания командного духа среди сотрудников организации, а также сплочения коллектива [3].

То, что занятия спортом способствуют поддержанию хорошей физической формы, а также являются важным аспектом для здоровья человека — вещь вполне очевидная. Но почему и насколько важно для компании привлекать своих сотрудников к спорту?

Прежде всего, регулярные физические нагрузки, той или иной интенсивности, прививают навыки, повышающие личную эффективность работников.

Стоит более подробно рассмотреть положительное влияние спорта, из них можно выделить наиболее яркие и очевидные преимущества:

Во-первых, спорт отлично развивает выносливость, отсюда следует, что спорт позволяет быть сконцентрированным и внимательным более продолжительное время, что очень важно для эффективной работы сотрудника.

Из вышеупомянутого пункта следует также, что люди, регулярно выполняющие физические нагрузки, развивают целеустремлённость и трудолюбие, поэтому работник более решителен и инициативен в выполнении своих целей.

Также важно отметить, что систематическое занятие спортом способствует выработке гормона счастья дофамина, который способствует улучшению настроения, участвует в формировании более стабильной нервной системы, а также снижает риск эмоционального выгорания [2].

Совместное занятие спортом в рабочем коллективе помогает объединить коллег и укрепить их эмоциональную связь не только по рабочим моментам.

Физически развитые и подтянутые люди являются более уверенными в себе, а значит работа, в частности, публичная, будет выполнена более качественно и в значительно короткие сроки.

Исходя из всего вышеупомянутого, можно сделать вывод о том, что спорт в корпоративной культуре — важная составляющая повышения результативности деятельности сотрудников, а также их участия во внутренней структуре компании [3].

Стоит также отметить, что вопрос о внедрении корпоративного спорта активно решается на государственном уровне в России. По данным Минспорта России на 2020 год число граждан, ведущих активный образ жизни и выполняющих регулярные занятия физической культурой, составило лишь 28% от общего числа работающего населения. Для оперативного решения этой проблемы и увеличения данного показателя было принято решение: внести и закрепить на законодательном уровне понятие «корпоративного спорт», в качестве институциональной единицы, которая бы поддерживалась со стороны государства [12].

31 июля 2020 года Президентом РФ был подписан федеральный закон №273-ФЗ о внесении изменений в Федеральный закон «О фи-

зической культуре и спорте в Российской Федерации». Данное нововведение в законодательстве означает вовлечение работников организаций, объединённых отраслевой принадлежностью к профессии, в спортивные мероприятия различного характера, основной целью которых является поддержание здоровья и выработка определенного уровня физической подготовки у данной группы населения [11].

С введением этого закона занятиям физической культурой будут уделять особое внимание на государственном уровне [1]. Всероссийским оператором по развитию этого направления назначили Всероссийское физкультурно-спортивное общество «Трудовые резервы». Основной целью общества поставило для себя популяризацию корпоративного спорта через развитие сети спортивных залов и клубов. Общество также планирует возобновить понятие производственной гимнастики. Как поясняют участники общества, наличие спортивных клубов непосредственно на территории самого предприятия выгодно не только для сотрудников, но и для руководителей. Так как здоровый штат работников означает небольшое количество работников, уходящих на больничный, что способствует эффективной и бесперебойной работе всего предприятия [12].

Данная гипотеза имеет практическое подтверждение на основании исследований крупных корпораций. Компания «Johnson&Johnson» объявила о том, что благодаря внедрению корпоративного спорта ей удалось сэкономить \$250 млн., так как работники стали реже болеть, и не было простоев на предприятии в периоды отсутствия ценных сотрудников. Также компания «Sports and Wellness» отметила в своих исследованиях, что сотрудники, ведущие активный образ жизни, в среднем болеют в 9 раз меньше. Результаты данных исследований формируют четкую позицию о положительном влиянии корпоративного спорта на продуктивность всей компаний [9].

Законопроект о внедрении понятия корпоративного спорта был подготовлен депутатами Госдумы Николаем Валуевым, Геннадием Онищенко и Борисом Пайкиным [12]. Основной целью предложенного законопроекта является наделение регионов и органов местного самоуправления полномочиями по развитию корпоративного спорта. Создатели законопроекта считают, что популяризация корпоративного спорта в России поможет приобщить большее число людей к спортивному образу жизни и активной жизненной позиции.

Документ составлен в целях реализации «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года», утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации. Также он будет содействовать реализации задачи Президента страны Владимира Путина - привлечь не менее 70% населения к регулярным занятиям спортом и физической активности [1,12].

Внедрение корпоративного спорта в расписание работающей части населения на постоянной основе является одной из главных и первоначальных целей по нацпроектам «Здравоохранение» и «Демография». Именно поэтому, данные задачи являются первоочередными для многих российских компаний. Не взирая на пандемию коронавируса, отчеты за 2021 год дают возможность сложить мнение об успешном внедрении программ по мотивированию населения заниматься спортом и поддерживать активный образ жизни [13].

Так, в АФК «Система» на постоянной основе реализуются летняя и зимняя спартакиады, которые включают в себя различные виды спорта. С каждым годом данные мероприятия привлекают внимание все большего количества людей. Более того, отдельные компании, входящие в состав корпорации, начинают объявлять о своих местных соревнованиях. Например, компания «Sedezha Group» организуют свою спартакиаду, которая служит отборочным этапом для участия в спартакиаде корпорации. Руководители предприятий отмечают, что данные мероприятия в виде спартакиад формируют у работников соревновательный дух, а также многие из них стали специально готовиться к соревнованиям и уделять спорту большее количество времени [5].

Очень наглядно реализуется спортивная реформа в компании РЖД. В 2020 году основной целью руководство постановило: в ближайшие 5 лет сделать занятия спортом доступными для каждого сотрудника. В рамках этой цели на каждом предприятии и офисе создаются спортивные клубы, где сотрудники могли бы с пользой для здоровья проводить время. На текущий момент было создано свыше 560 спортивных залов, где на регулярной основе занимается более 25 тысяч человек. Также ежегодно в различных спортивных мероприятиях и соревнованиях принимает участие около 200 тысяч сотрудников компании РЖД [2].

Компания «Сахалин Энерджи» также мотивирует своих сотрудников заниматься спортом и поддерживать здоровый образ жизни. Они реализуют программу по внедрению корпоративного спорта с момента своего основания. Более того, компания продолжила реализовать спортивную программу даже в период ковидных ограничений. Также в компании широко распространен клубный спорт. Руководство предприятия верит, что спорт побуждает людей к активным действиям, делает их более здоровыми и счастливыми [5].

Заключение. Подводя итог, важно отметить, что корпоративный спорт — это неотъемлемая часть корпоративной культуры для многих компаний. Влияние корпоративного спорта очевидно. Он делает сотрудников более сплоченными, здоровыми и продуктивными. Вопрос о внедрении корпоративного спорта в качестве обязательного мероприятия должен обеспечиваться государственной поддержкой. В России поддержкой корпоративного спорта начали активно заниматься, начиная с 2020 года, и уже есть первые результаты. Большинство российских компаний демонстрируют позитивные показатели по результатам спортивной реформы. При сохранении позитивной динамики в скором времени удастся реализация нацпроектов «Здравоохранение» и «Демография», что является первоочередной задачей государства [7,8,10].

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Актуализация стратегических направлений развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года / С. Е. Бакулев, В. А. Таймазов, С. М. Ашкинази [и др.] // Теория и практика физической культуры. — 2019. — № 2. — С. 3-5.
2. Антонова, А. А. Влияние спорта на психоэмоциональное состояние человека / А. А. Антонова, Г. В. Сытник // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 110-118.
3. Калакова, К. Внедрение корпоративного спорта: цели, задачи и эффективность // [Электронный ресурс] // URL: <https://vc.ru/u/861417-kamilakalakova/262583-vnedrenie-korporativnogo-sporta-celi-zadachi-i-effektivnost> // 24.06.2021 (дата обращения: 15.04.2022).
4. Ключевская, О. А. Социальное проектирование как административный метод вовлечения в занятия физической культурой и спортом / О. А.

- Ключевская, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 185-190.
5. Максимов, И.Б. Развитие корпоративного спорта, как способ повышения производительности труда // Тенденции и проблемы в экономике России: теоретические и практические аспекты [Электронный ресурс]: материалы Всерос. науч.-практ. конф., 23 марта 2017 г. / под ред. С.А. Курганского. — Иркутск: Изд-во БГУ, 2017. — 293 с.
 6. Кокуркин, В. Готов к труду и производству: Как российские компании развивают корпоративный спорт // Национальные проекты РФ// [Электронный ресурс] // URL: <https://национальныепроекты.рф/news/gotov-k-trudu-i-proizvodstvu-kak-rossiyskie-kompanii-razvivayut-korporativnyy-sport> // 19.03.2021 (дата обращения: 15.04.2022).
 7. Новиков, А. Б. Конституционно-правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Спорт, человек, здоровье : Материалы X Международного Конгресса, посвященного 125-летию со дня создания НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 08–10 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2021. — С. 351-354.
 8. Новиков, А. Б. О правовой концепции развития физической культуры и спорта / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 176-180
 9. Родионова, М.А. Корпоративный спорт как часть корпоративной культуры производственного предприятия // Теория и практика физ. культуры. — 2019. — № 3. — С. 92-94.
 10. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // Экономика. Налоги. Право. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103.

11. Сытник, Г. В. Спортивно-массовые мероприятия как фактор оздоровления населения / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Ломоносовские чтения в Санкт-Петербурге. 310 лет М.В. Ломоносову : Тезисы Пятой научно-практической конференции, Санкт -Петербург, 24–26 ноября 2021 года / Санкт-Петербургский институт природопользования, промышленной безопасности и охраны окружающей среды. — Санкт -Петербург: Информационный издательский учебно-научный центр «Стратегия будущего», 2021. — С. 165-166.
12. В законодательство введено понятие «корпоративный спорт» // [Электронный ресурс] // URL: <http://www.kremlin.ru/acts/news/63823> // 31.07.2020
13. В России начнут развивать спорт на государственном уровне // [Электронный ресурс] // URL: <https://trurez.ru/tpost/i8brobuj51-v-rossii-nachnut-razvivat-korporativnii> 09.06.2021. (дата обращения: 15.04.2022).
14. Паспорт национального проекта «Демография», утверждённый решением Президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам 24 декабря 2018 года. (дата обращения: 15.04.2022).

УДК 796.06

Майя Олеговна Франденгайм¹, Анна Игоревна Брушко²

^{1,2} Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

¹frandengaymmayya@gmail.com

²brushko0906@mail.ru

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина

Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия,

ragozina777@bk.ru

МЕЖДУНАРОДНО-ПРАВОВОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ (НА ПРИМЕРЕ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР В ПЕКИНЕ В 2022 ГОДУ)

Аннотация: В данной статье рассмотрены международно-правовые аспекты регулирования Олимпийского движения и принципы Олимпизма и правила, принятые Международным Олимпийским комитетом (МОК). Также приведены данные о количестве спортсменов (команд) из разных стран, которые по решению МОК были лишены медалей. Рассмотрены инциденты, нарушающие правила МОК по отношению к иностранным спортсменам.

Ключевые слова: Олимпийские игры, Олимпийская хартия, МОК, Олимпийские игры в Пекине, допинг

Maya O. Frandengaym¹, Anna I. Brushko²

^{1,2} St. Petersburg branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

¹frandengaymmayya@gmail.com

²brushko0906@mail.ru

Scientific adviser: Natalya A. Ragozina

St. Petersburg branch of the Financial University,

St. Petersburg, Russia, ragozina777@bk.ru

INTERNATIONAL LEGAL REGULATION OF THE OLYMPIC MOVEMENT (BY THE EXAMPLE OF THE OLYMPIC GAMES IN BEIJING IN 2022)

Abstract: This article discusses the international legal aspects of the regulation of the Olympic movement and the principles of Olympism and the rules adopted by

the International Olympic Committee (IOC). Also given are data on the number of athletes (teams) from different countries who, by decision of the IOC, were deprived of medals. Considered incidents that violate the rules of the IOC in relation to foreign athletes.

Keywords: Olympic Games, Olympic Charter, IOC, Beijing Olympic Games, doping

Развитие международно-правового регулирования Олимпийского движения обусловлено необходимостью управления отношений, возникших в ходе подготовки, организации, проведении соревнований и подведении итогов Олимпийских игр [5,6].

Данное развитие положило начало созданию Олимпийской хартии — основного закона всемирного спортивного движения, свода основных законов и правил, по которым осуществляет свою деятельность мир современного олимпийского спорта [3]. В Олимпийской хартии конкретно изложены основополагающие принципы Олимпизма и правила, принятые Международным Олимпийским комитетом (МОК). Роль МОК заключается в руководстве и регулировании олимпийского движения и развитие Олимпийских игр в соответствии с Олимпийской хартией. Также, МОК определяет правила и порядок включения какого-либо вида спорта в программу Олимпийских игр и несет ответственность за юридическую защиту олимпийского символа и флага. Ему принадлежат абсолютно все права на Олимпийские игры, но несмотря на это, функции организации и проведения Олимпийских игр осуществляет непосредственно не МОК, а Организационный комитет, созданный в стране проведения игр (НОК).

Особое значение принадлежит правилу 50 Главы V Олимпийской хартии, в котором говорится, что «на олимпийских объектах и других местах проведения соревнований запрещается любая политическая, религиозная или расовая пропаганда», которая способна нанести моральный ущерб или дискриминировать спортсменов, которые представляют различные страны и нации. Другими словами, принципы, которые заложены в Олимпийской хартии, однозначно свидетельствуют о том, что деятельность МОК должна проводиться по принципу «спорт вне политики».

Однако, нынешний мир является политизированным образованием. Так, наравне с законами международного и национального

права, неизбежной частью мировой нормативной среды выступают политические цели и ценности.

Не зря, как предполагают специалисты, современный спорт подвержен сильнейшей политизации, в силу чего и Олимпийские игры не могут ограничиваться акционизмом отдельных участников, а МОК испытывает постоянные риски политической зависимости.

Так, например, Олимпийские игры 2022 года в Пекине ознаменовались большим количеством скандалов, в которых Россия была в самом центре событий, напрямую связанных с политикой. Спорт давно перестал быть «вне политики». Сегодня, мы можем наблюдать, что Олимпиада перестала быть просто соревнованиями по разным видам спорта, теперь это политическая борьба между странами.

Во время Олимпиады в Пекине было нарушено много правил и просматривалась сильная несправедливость по отношению к российским спортсменам.

«Допинговый скандал вокруг Камилы Валиевой» — одно из проявлений несправедливости и последствие «политической борьбы», который заключался в подозрении использования допинга [1].

Это не первый случай, когда наших спортсменов подозревали в употреблении метаболического препарата. История с допинговыми обвинениями против России длится уже долго и Камила Валиева не единственный российский спортсмен, кого коснулись данные обвинения.

«Русское дело» — это крупнейший допинговый скандал в истории спорта. В него оказались втянуты тысячи спортсменов, тренеров и чиновников. По итогу, были пересмотрены результаты десятков крупных соревнований. С 2015 года спортсмены из России выступают в условиях санкций, а обсуждение последствий этой ситуации вышло далеко за рамки спорта.

В таблице 1 приведен список спортсменов, лишенных олимпийских медалей, по решению МОК (с 2012 по 2018 год) [4].

Таблица 1

Спортсмены, лишившиеся медалей по решению МОК с 2012 по 2018г.

Олимпиада	Спортсмен	Страна	Награда	Причина
Летние Олимпийские игры 2012	Аслы Алптекин	Турция	Золото	Допинг
	Апти Аухадов	Россия	Серебро	Допинг
	Тайсон Гэй	США	Серебро	Допинг
	Наталья Заболотная	Россия	Серебро	Допинг
	Юлия Зарипова	Россия	Золото	Допинг
	Александр Иванов	Россия	Серебро	Допинг
	Илья Ильин	Казахстан	Золото	Допинг
	Кристина Йову	Молдавия	Бронза	Допинг
	Юлия Калина	Украина	Бронза	Допинг
	Ольга Канинская	Россия	Серебро	Допинг
	Сергей Кирдяпкин	Россия	Золото	Допинг
	Евгения Колодко	Россия	Серебро	Допинг
	Ирина Кулеша	Белоруссия	Бронза	Допинг
	Анатолий Кырыку	Молдавия	Бронза	Допинг
	Татьяна Лысенко	Россия	Золото	Допинг
	Майя Манеза	Казахстан	Золото	Допинг
	Надежда Остапчук	Белоруссия	Золото	Допинг
	Дарья Пищальникова	Россия	Серебро	Допинг
	Светлана Подобедова	Казахстан	Золото	Допинг
	Александр Пятница	Украина	Серебро	Допинг
Сослан Тигиев	Узбекистан	Бронза	Допинг	
Рипсима Хуршудян	Армения	Бронза	Допинг	
Зульфия Чиншанло	Казахстан	Золото	Допинг	
Марина Шкерманкова	Белоруссия	Бронза	Допинг	
Зимние Олимпийские игры 2014	Александр Зубков, Алексей Воевода)	Россия	Золото	Допинг
	Евгений Устюгов		Золото	Допинг
	Ольга Зайцева		Серебро	Допинг
Летние Олимпийские игры 2016	Михаил Алоян	Россия	Серебро	Допинг
	Иззат Артыков	Киргизия	Бронза	Допинг
	Габриэл Сынкряян	Румыния	Бронза	Допинг
Зимние Олимпийские игры 2018	Ниджат Рагимов	Казахстан	Золото	Допинг
	Сборная по керлингу (Александр Крушельницкий)	Россия (Олимпийские спортсмены из России)	Бронза	Допинг

На основании таблицы 1, был проведён анализ и составлен авторами график (рис. 1), из которого видно, какая из стран является «лидером» по количеству спортсменов (команд), лишенных решением МОК олимпийских медалей с 2012 по 2018 год:

Учитывая результаты проведенного анализа, можно сделать вывод, что Россия является «лидером» по количеству спортсменов (команд), лишенных решением МОК олимпийских медалей. Больше всего медалей российских спортсменов лишили на Летних Олимпийских играх 2012 года и на Зимних Олимпийских играх 2014 года. При этом, по данным МРСС за 2014 год, Россия занимает 47 место в общем медальном зачёте.

Другим примером, который в очередной раз показывает несправедливость правовой системы регулирования Олимпийских игр в отношении к российским спортсменам — допинговый инцидент с норвежской лыжницей Марит Бьорген, который произошёл в 2017 году сразу после чемпионата в Лахти. Но норвежскую лыжницу оправдали на основании того, что она принимала запрещённое вещество по медицинским показаниям. Эту историю не распространяли СМИ

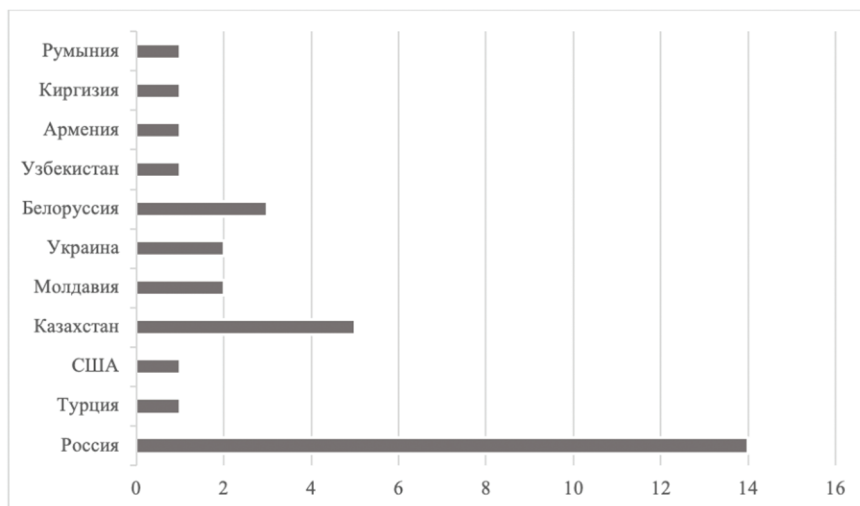


Рис 1. График, показывающий общее количество медалей, которых были лишены страны по решению МОК с 2012 по 2018 год.

и «замяли», однако, очевидно, что Марит специально принимала допинговые средства, о чем и она сама сообщила в книге «Сердце победителя». Её не лишили побед и медалей, не ввели санкции против неё и спортсменов Норвегии [2].

Данный пример свидетельствует о неравном отношении Олимпийского комитета к спортсменам разных стран, в том числе и дискриминации российских спортсменов, которые до сих пор не имеют права соревноваться под флагом Российской Федерации, выступать под русские музыкальные композиции, в том числе на Олимпиаде запрещен и гимн России.

Безусловно, все эти ограничения и санкции негативно отражаются на состоянии и боевом духе отечественных спортсменов. Юных спортсменов «ломают» допинговые скандалы, бесконечная клевета, неоправданный гнёт. Более взрослым российским олимпийцам тоже приходится нелегко под политическим гнётom. Однако, из раза в раз, наши спортсмены доказывают всему миру, что, не смотря на все ограничения и санкции, они готовы выступать за Россию и отстаивать ее честь.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Камила Валиева [Электронный источник] // Спорт-экспресс URL: <https://www.sport-express.ru/tag/kamila-valieva-18084/> (дата обращения: 1.05.2022г.).
2. Норвежская лыжница Бьорген попалась на допинге, но ее оправдали и пожалели [Электронный источник] // РИА НОВОСТИ. СПОРТ URL: <https://rsport.ria.ru/20211012/doping-1754216521.html> (дата обращения 1.05.2022г.).
3. Олимпийская хартия (редакция от 17 июля 2020 года) // Международный олимпийский комитет URL: <https://olympic.kz/files/1600145068.pdf> (дата обращения: 1.05.2022г.).
4. Список спортсменов (команд), лишённых решением МОК олимпийских медалей [электронный источник] // OLYMPTEKA URL: <https://olympteka.ru/olymp/different/medals/stripped.html> (дата обращения 1.05.2022г.).
5. Новиков, А. Б. Здоровый образ жизни личности: правовое понимание, регулирование, реализация / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Ученые записки юридического факультета. — 2021. — № 3. — С. 36-38.
6. Применение международного права в дипломатических инцидентах: Россия и Китай / В. К. Дмитриев, А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина, Г. З. Щербаковский // Юридическая наука. — 2019. — № 12. — С. 135-39.

УДК 359

Владимир Юрьевич Цветков

Санкт-Петербургский институт природопользования, промышленной безопасности
и охраны окружающей среды, Санкт-Петербург, Россия
vtsvetkov@mail.ru

ЗАНЯТИЯ СПОРТОМ НА ПОДВОДНОМ ФЛОТЕ РОССИИ

Аннотация. Служба на подводных лодках проходит в экстремальных условиях. Это связано с нахождением в замкнутом пространстве, большой скученностью людей, постоянной готовности к ведению борьбы за живучесть или боевым действиям. Повышенное содержание углекислого газа, однообразное, в основном, консервированное, питание и другие факторы воздействуют на моральное и физическое состояние подводников. Поэтому занятия спортом при нахождении подводной лодки в море запрещены. Для поддержания нормального физического и психологического состояния моряки проходят специальную физическую и психологическую подготовку во время стоянки подводной лодки в базе.

Ключевые слова: Подводная лодка, подводники, служба, обитаемость, физическая подготовка, спорт, поход

Vladimir Yurievich Tsvetkov

St. Petersburg Institute of Natural Resources Management, Industrial Safety and Environmental Protection, St. Petersburg, Russia,
vtsvetkov@mail.ru

Abstract: Service on submarines takes place in extreme conditions. This is due to being in a confined space, a large crowding of people, constant readiness to conduct a struggle for survivability or combat operations. Increased content of carbon dioxide, monotonous, mainly canned food, nutrition and other factors affect the moral and physical condition of submariners. Therefore, spotting when a submarine is at sea is prohibited. For Seafarers undergo special physical and psychological training during the stay of the submarine in the base.

Keywords: Submarine, submariners, service, habitability, physical training, sports, hiking

20 октября 1696 года, по представлению царя Петра Первого Боярская Дума приняла постановление «Морским судам быть ...». С этого момента история государства Российского была тесно связана с историей флота. На всех этапах развития государства военный флот играл ведущую роль в защите русских земель от иностранных захватчиков и национальных интересов на море. За время своего развития флот превратился в ведущий вид Вооруженных сил Российской Федерации. Его главной задачей является вооруженная защита интересов России, ведения боевых действий на морских и океанских театрах войны. ВМФ способен наносить ядерные удары по наземным объектам противника, уничтожать группировки его флота в море и базах, нарушать океанские и морские коммуникации противника и защищать свои морские перевозки, содействовать сухопутным войскам в операциях на континентальных театрах военных действий, высаживать морские десанты, участвовать в отражении десантов противника и выполнять другие задачи [2].

В военно-морской доктрине России главенствующая роль отводится подводной компоненте, включающей атомные ракетные крейсера стратегического назначения, многофункциональные подводные лодки, способные массово применять ядерные и обычное оружие. В настоящее время в состав ВМФ РФ входят 13 атомных подводных лодок с баллистическими ракетами, 27 атомных подводных лодок с ракетно-торпедным вооружением, 19 дизельных подводных лодок, 8 атомных подводных лодок специального назначения и 1 дизельная подводная лодка специального назначения.

Главное свойство подводных лодок скрытность, поэтому боевую службу субмарины несут под водой. Лодки находятся в автономном плавании от 2 до 4 месяцев, причем атомные лодки с выхода из базы и возвращения в базы несут службу в подводном положении, дизельные подлодки через трое-пять суток всплывают для зарядки аккумуляторной батареи.

Зарядка батареи производится, как правило, в ночное время или под РДП. Это специальный режим плавания подводной лодки на глубине 12–15 метров, когда над водой находятся только перископ, антенны радиосвязи и шахта подачи воздуха к дизелям. Безусловно, подводные корабли находятся в готовности к немедленному погружению при появлении сил противника.

Служба на подводных кораблях связана с экстремальными условиями, особенно ярко это проявляется на дизельных субмаринах. В зимнее время температура в отсеках не превышает 7–10⁰, летом, при плавании в тропиках температура воздуха в отсеках поднимается до 40–50⁰. Во всех отсеках высокая влажность, испарения, и повышенное содержание углекислого газа.

При работе дизелей создается сильный шум в дизельном и смежных с ним отсеках. В подводном положении во всех отсеках уже через 2–3 часа после погружения повышается давление, постоянно работают приборы, создавая гул, их монотонный звук многих раздражает.

Питание во время похода организовано, главным образом, из консервированных продуктов, свежих продуктов хватает на несколько дней после выхода из базы или пункта пополнения запасов. Пресная вода используется только для приготовления пищи.

На атомных подводных лодках условия обитаемости лучше. Микроклимат внутри подводной лодки, благодаря большой энергоемкости атомной энергетической установки обеспечивает комфортные условия обитаемости экипажа независимо от времени года и района плавания. Большой объем провизионных камер позволяет длительное время хранить значительный запас свежих продуктов. Однако, на атомоходах существует постоянная угроза радиоактивного облучения.

При нахождении подлодки в надводном положении вахтенный офицер и сигнальщик несут вахту на мостике, который в штормовых условиях заливается. Для того чтобы не смыло офицер и сигнальщик привязываются специальным тросом к скобе на мостике. Кроме того, в штормовом море лодку сильно качает. Иногда крен достигает до таких величин, что выплескивается электролит из аккумуляторной батареи.

В походе моряки, кроме командира, несут вахту в три смены, командир практически постоянно находится на вахте. Ограниченное пространство, большая скученность людей, нахождение среди одних и тех же лиц, в любой момент готовность к ведению борьбы за живучесть или боевым действиям серьезно воздействует на психологическое состояние экипажа.

Практически весь поход подводники находятся в стрессовом состоянии.

Выдержать такое духовное и физическое напряжение, не подготовленный человек не в состоянии.

Еще с Петровских времен подготовке российских моряков отводилось значительное внимание. В 1701 году в Москве была открыта школа математических и навигацких наук. Наряду с изучением родного языка, геометрии, тригонометрии, алгебры, навигации, астрономии, геодезии будущие моряки учились фехтованию, плаванию и гребле на шлюпках.

Значительно повысилось значение всесторонней подготовки моряков с появлением подводных лодок. При нахождении кораблей в базах психологическая подготовка моряков проводится в виде лекций, политинформаций, бесед, просмотров кинофильмов, встреч с ветеранами.

Для эффективного выполнения поставленных задач и обеспечения качественной эксплуатации судовых технических средств в море необходимо поддержание хорошей физической формы моряка. Это достигается путем проведения специальных физических упражнений, которые позволяют морякам ощущать себя лучше, здоровее, выносливее и помогает быстрее акклиматизироваться к условиям эксплуатации корабля в море.

Физическая подготовка решает задачи повышения работоспособности, укрепления здоровья, профилактики профессиональных заболеваний, предупреждения травматизма, улучшения общего и эмоционального состояния моряка. Подготовка, в первую очередь, включает морские виды спорта, такие, как плавание, шлюпочная практика, хождение под парусом.

Командные и игровые виды спорта, также являются обязательными для физической подготовки подводников. Кроме выносливости, устойчивости организма к неблагоприятным факторам подводной службы, физподготовка воспитывает эмоциональную стойкость, дисциплинированность, коммуникабельность, чувство братства, коллективизма, уважения к товарищам [1].

Во время нахождения подводных лодок в море, физическая нагрузка на моряков крайне нежелательна. Основной проблемой является повышенное содержание углекислого газа и пониженное содержание кислорода. Даже при содержании углекислого газа ниже 0,3% через некоторое время в организме человека начинаются необратимые процессы: нарушение обмена веществ, нарушение иммунной

системы, проблемы с печенью и почками. На новых атомных подводных крейсерах типа «Акула» в одном из отсеков оборудован миниспортзал с многочисленными тренажерами (рис. 1). Для снижения процентного содержания углекислого газа здесь устанавливаются дополнительные очистители воздушной среды, но и в этих залах давать большие нагрузки на организм врачи не рекомендуют [3].



Рисунок 1. Миниспортзал на атомной подводной лодке

Зато, как только подводная лодка всплывает в надводное положение, начинаются занятия спортом, но, под наблюдением медицинского работника (рис. 2).

В процессе занятий физической культурой и спортом даже в таких незначительных объемах позволяет улучшить здоровье подводника, уменьшается количество сердечных сокращений, сердце становится крепче и начинает работать более экономно, нормализуется давление [4]. Все это способствует улучшению обмена веществ в тканях. Окончательное восстановление организма происходит после похода в санаториях и домах отдыха.

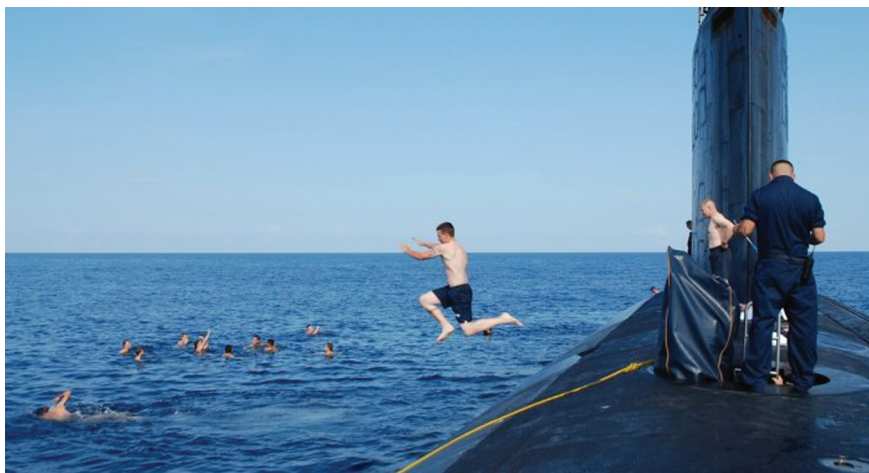
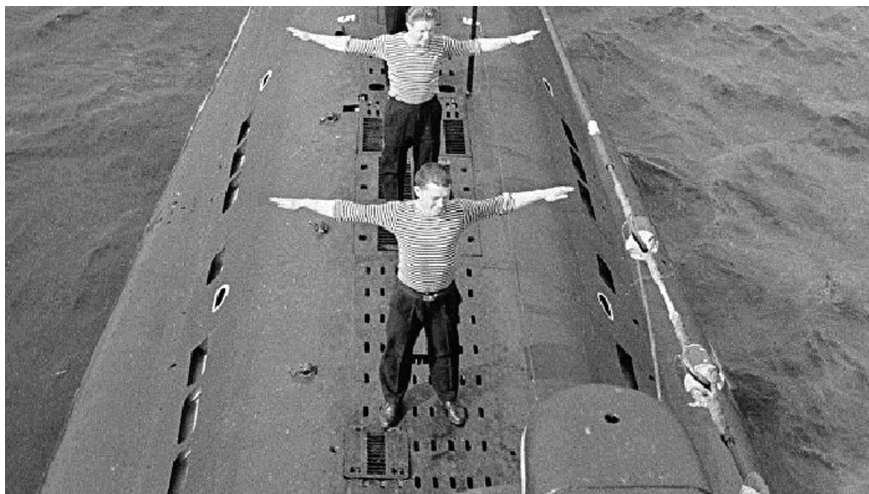


Рисунок 2. Занятия спортом во время нахождения подводной лодки в море

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Антонова, А. А. Влияние спорта на психоэмоциональное состояние человека / А. А. Антонова, Г. В. Сытник // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20

- мая 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2021. — С. 110-118.
2. Дыгало, В. А. Откуда и что на флоте пошло: Издательство «Крафт+»; М.; 2000.
 3. Мансуров Р.Ш., Гурин М.А., Рубель Е.В. Влияние концентрации углекислого газа на организм человека//Universum: технические науки : электрон. научн. журн. 2017. № 8 (41).
 4. Сытник, Г. В. К вопросу о психологическом здоровье спортсменов в рамках национальных проектов оздоровления нации / Г. В. Сытник, А. А. Сытник // Трансформация экономики и управления: новые вызовы и перспективы : Сборник статей и тезисов докладов 2 и 3 секций XI Международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 15–17 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2022. — С. 154-159.

УДК 657.1

С.А. Фирсова¹, Н.А. Первухина²

¹Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

²Санкт-Петербургский государственный экономический университет,
Санкт-Петербург, Россия

ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЕ КАК ДРАЙВЕР РАЗВИТИЯ ЭКОНОМИКИ

Аннотация: в данной статье исследуются основные тенденции развития профилактического здравоохранения, его влияние на экономику. Отмечается роль этого сектора экономики в связи с изменением демографической ситуации в стране

Ключевые слова: Структура экономики, развитие сферы услуг, спортивная индустрия, профилактическая медицина, велнес-практики

Svetlana Firsova¹, Nadezhda Pervukhina²

¹St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

²Saint-Petersburg State University of Economics, St. Petersburg, Russia

PROPHYLACTIC HEALTH SERVICE AS A DRIVER OF ECONOMIC DEVELOPMENT

Abstract: this article examines the main trends of prophylactic health service development and its impact on the economics. It's also attaching great importance to the role of this economical sector owing to the demography situation changes.

Keywords: Structure of the economics, knowledge economics, development of service sector, sport industry, wellness-practice

Рост валового внутреннего продукта — ключевая задача государственного управления любой страны. Разные отрасли вносят свой вклад в обеспечение экономического благополучия государства. В исторической перспективе ключевыми отраслями были сельское хозяйство и промышленность, как добывающая, так и обрабатывающая [2].

На рубеже XX и XXI веков на смену индустриальной эпохе пришла постиндустриальная эпоха, в основе которой оказание разного вида услуг. В настоящее время подавляющую часть сферы услуг составляют организации торговли и общественного питания. Однако наиболее перспективно развивающейся частью сферы услуг являются именно образование и здравоохранение. Развитие этих отраслей отражает изменения в демографической ситуации большинства стран и трансформацию ценностей [3].

Пандемия COVID-19 обусловила общее увеличение количества медицинских услуг. При этом можно говорить о росте исследований в области противодействия пандемии, об увеличении производства медицинской техники, оборудования, медицинских расходных материалов [1].

Примечательно, что наряду с ростом интенсивности в сфере государственной медицины наблюдается и увеличение показателей деятельности частной медицины. Отдельно отметим, что создание организаций медицинского бизнеса происходит в структурах крупнейших российских компаний. Яркими примерами являются: частная клиника «Медси» (АФК «Система», владелец клиники Владимир Евтушенков), «Альфа-Цент здоровья» («Альфа-груп», владелец клиники Михаил Фридман), «Скандинавия Ава-Петер», созданная Алексеем Мордашовым и другие. Динамика развития частной медицины в России представлена на рисунке [7].

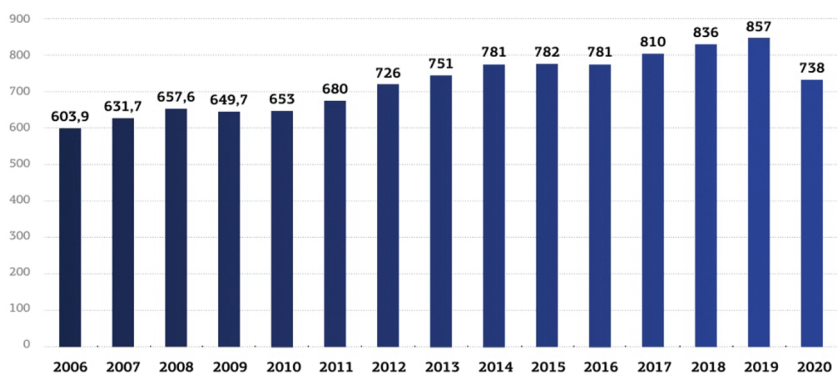


Рис. 1 Развитие рынка частной медицины в России в 2006-2020 гг.

Как видно на графике, за указанный период объем услуг вырос более, чем на 40 процентов и рост продолжается. Некоторое снижение в 2020 году обусловлено карантинными мероприятиями, которые сократили объем профилактических и диагностических услуг. Именно эти направления составляли основную долю прироста в предыдущие годы.

Платная медицина в значительной степени направлена на улучшение качества жизни. Именно профилактические и корректирующие медицинские процедуры, часто не входящие в систему обязательного медицинского страхования направлены на улучшение качества жизни [8,9].

В связи с тенденциями в демографической ситуации, а именно в повышении среднего возраста россиянина, в увеличении доли старших возрастов в демографической пирамиде страны, медицинские услуги, связанные с улучшением качества жизни, продлением активного возраста, чрезвычайно важны [5,6].

В связке с вопросами развития частных медицинских центров можно рассматривать wellness — индустрию, т.е. индустрию благополучия, хорошего самочувствия. Данное направление сегодня выходит за рамки спа-процедур и все в большей степени опирается на научные исследования в области обеспечения здорового образа жизни и долголетия [4]. И если, с одной стороны, wellness поддерживается медицинскими технологиями, то, с другой стороны, в деятельность медицинских центров все чаще входят wellness практики, направленные на реабилитацию и поддержание физической формы. В этой интеграции многие исследователи видят главный вектор развития профилактического здравоохранения. По оценкам экспертов в 2020-2021 гг. рынок оздоровительных услуг такого рода оценивается в 1,5 трлн. долларов ежегодно. При этом эксперты прогнозируют ежегодный прирост в этом секторе экономики на уровне 5-10 процентов ежегодно. Такие темпы роста естественно выводят данное направление бизнеса в ряд передовых отраслей, определяющих инновационный характер экономики. Кроме того, инновационная направленность является дополнительным фактором для привлечения инвестиций в данный вид бизнеса.

Еще одно направление, которое можно рассматривать в связке с профилактическим здравоохранением — это создание и распространение компьютерных приложений, направленных по поддержа-

ние здорового образа жизни. Персонализация медицинских услуг в данном виде бизнеса особенно выражена. Каждый пользователь имеет возможность подобрать подходящие приложения, способствующие именно в его условиях жизни находить способ придерживаться здорового образа жизни. Эксперты прогнозируют рост рынка приложений в области здоровья, как по количеству продуктов, так и по охвату населения. Специалисты рассматривают эту тенденцию, как элемент концепции «осознанного самолечения». Эта концепция получила развитие в период пандемии, когда очные посещения клиник стали затруднительными и появились возможности теле-медицины. Предполагается, что приложения позволят решать проблемы наблюдения за текущим состоянием здоровья самостоятельно, более того предоставлять достоверную информационную базу для лечащего врача. Естественно, речь не идет о тяжелых заболеваниях и о случаях, требующих срочного медицинского вмешательства.

Обобщая вышеизложенное необходимо отметить, что современная экономика, базирующаяся на человеческом капитале, в фокусе своего внимания должна держать именно человека и его потенциал. Бизнес, направленный на поддержание качества жизни, а соответственно возможности интеллектуального труда имеет большие перспективы. К данному сектору экономики относится не только непосредственно медицинские организации, как государственные, так и частные, но и смежные отрасли, связанные с созданием инновационных продуктов, способствующих здоровому образу жизни и долголетию граждан страны.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Голик, Е. А. Развитие физической культуры и спорта в России в условиях пандемии COVID-19 / Е. А. Голик // Трансформация экономики и управления: новые вызовы и перспективы : Сборник статей и тезисов докладов 2 и 3 секций XI Международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 15–17 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2022. — С. 43-50.
2. Новиков, А. Б. Публичный и коммерческий менеджмент: современное интегральное понимание / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Вопросы российского и международного права. — 2020. — Т. 10. — № 8-1. — С. 108-112.

3. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // *Children's Medicine of the North-West*. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98.
4. Рагозина, Н. А. О балансе здорового духа и здорового тела / Н. А. Рагозина // *Спорт, человек, здоровье : Материалы X Международного Конгресса, посвященного 125-летию со дня создания НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 08–10 декабря 2021 года*. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2021. — С. 360-362.
5. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // *Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех : Материалы Международной научно-практической конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года*. — Москва: Московский гуманитарный университет, 2022. — С. 172-176.
6. Рагозина, Н. А. Повышение качества гражданского общества посредством вовлечения граждан в процесс занятия физкультурой и спортом как одной из сфер экономики впечатлений / Н. А. Рагозина // *Экономика. Налоги. Право*. — 2022. — Т. 15. — № 2. — С. 96-103.
7. Тарасенко Е., Дворяшина М. Рынок частной медицины в России: взгляд маркетолога // *Вестник Высшей школы экономики*. №. 7 (143) 2020. С. 141—147.
8. Фирсова С. Развитие индустрии физкультуры и спорта как индикатор развития экономики // Место и роль физической культуры в современном мире. Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции. Санкт-Петербург, 2021. С. 194-199
9. Фирсова С. Первухина Н. Возможности использования эффективного контракта для стимулирования среднего медицинского персонала // *«Финансовая экономика»* № 6, 2022.

УДК 338

Евгений Константинович Шагин

Омский филиал Финуниверситета, Омск, Россия
Shagin-2001@mail.ru

Научный руководитель: Елена Александровна Одинцова
Омский филиал Финуниверситета, Омск, Россия
odin.el@mail.ru

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ И КОМПЕТЕНЦИЙ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ

Аннотация. Здоровый образ жизни является важнейшим аспектом в жизни человека, для молодого поколения в особенности. По данным здравоохранения состояние человека и продолжительность его жизни зависит от множества факторов, которых выделяют около пяти. Важнейшим атрибутом для здоровья молодого поколения является образ жизни. Не взирая на это, огромное количество молодых людей не обращают на это должного внимания, что неумолимо ведёт их состояние здоровья к ухудшению в дальнейшем.

Ключевые слова: здоровье, молодое поколение, спорт, обучение, образование, здоровый образ жизни, негативное влияние на здоровье, обучение здоровью, отказ от вредных привычек

Evgeny Konstantinovich Shagin

Omsk Branch of the University of Finance, Omsk, Russia
Shagin-2001@mail.ru

Scientific director: Elena Aleksandrovna Odintsova
Omsk Branch of the University of Finance, Omsk, Russia
odin.el@mail.ru

Annotation. A healthy lifestyle is the most important aspect in a person's life, especially for the younger generation. According to health data, the condition of a person and his life expectancy depends on many factors, of which there are about five. The most important attribute for the health of the younger generation is the lifestyle. Despite this, a huge number of young people do not pay due attention to this, which inexorably leads their health condition to worsen in the future.

Keywords: health, young generation, sports, training, education, healthy lifestyle, negative impact on health, health education, rejection of bad habits

Наше государство развивается усиленными темпами, отводя особую роль здоровью и оздоровлению нации [7]. Учитывая важность сохранения и преумножения здорового населения России Правительство Российской Федерации разработало ряд национальных проектов по оздоровлению нации. с учетом национальных целей, определенных Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года», сформированы следующие приоритетные направления развития: «...совершенствование системы поощрения лиц, выполнивших нормативы испытаний (тестов) на знаки отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО); внедрение соревновательных элементов в систему Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) [1-3, 8].

По оценкам экспертов за последние 25 лет эти показатели здоровья систематически снижаются. Огромное количество людей в разных регионах нашей страны сталкиваются с проблемами. Среди них важное место отводится проблемам здоровья, чрезмерному употреблению алкоголя, наркотических веществ, табакокурению [9,10].

На примере табакокурения можно рассмотреть в каком возрасте начинается переход к вредным привычкам, соотношение мужчин и женщин. По данным «РОССТАТА» мужчины в большинстве случаев начинают раньше и курят больше женщин. Что тоже можно отнести к продолжительности жизни разных полов. Количество курильщиков в возрасте от 15 до 19 лет составляет в России до 3,5 миллионов человек. В среднем Парень выкуривает 12 сигарет, девушка 7. При этом большинство людей осуждают и не поддерживают курение (около 85%). Люди, негативно отзывающиеся о курении, зачастую сами имеют эту вредную привычку, обуславливая её невозможностью бросить и отказаться навсегда. Поскольку вредные привычки вызывают сильную зависимость и привыкание, которое заставляет снова и снова покупать новую пачку. При попытке отказа от никотина, состояние человека меняется, организм перестраивается и выводит токсины, вследствие чего, вызывает влечение. после месяца без курения ство-

ловые клетки обновляются и состояние постепенно возвращается к стабильному.

Таблица 1

Характеристика	Мужчины	Женщины
Возраст начала	16 лет	18 лет
Количество(соотношение)	4 мужчины	1 женщина
Процент курильщиков	49,7%	15,7%

Сегодня образование меняется постоянно, требования общества обновляются, под которые нужно подстраиваться. Этот процесс не может происходить моментально, вследствие чего происходит некая задержка. Школы нужно ориентировать не только на знания, а также на здоровье. Для создания такой атмосферы нужны теоретические и практические занятия. Нужно улучшать их качество и количество, подавать сильный пример, который сможет не только показать, но и заинтересовать молодёжь в процессе формирования культуры здорового образа жизни посредством социального проектирования. Должны быть сформированы такие аспекты как:

- теоретические знания о здоровье;
- знания о вредных привычках;
- теоретические знания способов улучшения здоровья (упражнения, питание, сон и др.;
- понимание ЗОЖ [4,5].

«Здоровье — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов. органов и систем организма, а также текущее состояние их функционирования» [9]. Как сказано в большинстве источников, понятие — здоровье, не включает в себя лишь физиологическое состояние организма. Сюда же включают в не меньшей степени и психологическое состояние. При переходе человека на здоровый образ жизни в первую очередь учитывается психология. В случае хорошего физического состояния, но неудовлетворительного психологического, этот переход невозможен. Молодой человек может считать в себе достоинство одного аспекта и не достоинство другого.

В первую очередь нужно полностью перестроить свои взгляды в голове, потом уже начинать заниматься спортом, сном и правильным питанием [11].

Для перехода на здоровый образ жизни необходимо соблюдать последовательность. Происходит это в несколько этапов, которые нужно постепенно вводить в жизнь.

Для начала необходимо полностью ознакомиться с функциями и состоянием своего организма, благо мы живём во время активного развития технологий. Они не только облегчают нашу жизнь в быту, а также помогают в здоровье. Можно пройти обследования для изучения организма и его функций. При необходимости большинство проблем можно решить медекаментозным или физическим способом. Это поможет сделать первый шаг к изменению в лучшую сторону молодому человеку [11].

Второй этап — психологический. Необходимо настроиться на лучшее, поставить для себя цели на будущее и стремиться к ним. Огромную роль в этом играет мотивация. Под мотивацией здоровья и здорового образа жизни понимается «осознание человеком необходимости в сохранении здоровья» [11]. Желание быть здоровым и соблюдать здоровый образ жизни должно занимать центральное место в формировании и сохранении здоровья каждого человека и воспитываться с раннего детства. Детство играет основную роль при поиске мотивации. Человек должен стремиться к самосовершенствованию. На это качество влияет воспитание и конечно же качество обучения. Во время обучения не должно быть связей с людьми, которые ничего не хотят в жизни, они будут изменять личность и привычки молодого человека в негативную сторону. Нужно общаться с целеустремлёнными людьми, не имеющими вредных привычек и дурных взглядов. Важно проводить с молодежью просветительскую работу по формированию мотивации к занятиям физической культурой, здорового образа жизни посредством популяризации физической культуры и спорта, в частности вовлечения подростков в сдачу норм комплекса ГТО [6,12,13].

Третьим этапом можно считать переход от подготовки своего духа к улучшению физических показателей. Перейти от теории к действиям. В этом помогут элементарные физические упражнения и активный образ жизни. По мере развития в этом плане человек сам определяет какого уровня он хочет достигнуть. Если цель чело-

века поддержание здоровья в хорошем состоянии, ему достаточно остановиться на базе. Дальнейшее физическое развитие будет лишь улучшать физические показатели и достижения в спортивном плане, но функционирование организма, в плане здоровья, останется примерно на одном уровне, которого будет достаточно для комфортного и долгого проживания.

Четвёртый этап, это уже накопление опыта в сфере здоровья. Сюда можно включить знание о временах года, когда и как нужно одеваться, чтобы не навредить себе в угоду моде или каким-либо другим вещам. Периодическое исследование состояние организма тоже относится к накопленному опыту.

По итогу можно сделать вывод, что здоровый образ жизни не ограничивается на физических показателях и упражнениях, здесь объединяются множество факторов от психологии до теоретических знаний.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года : указ Президента РФ от 21 июля 2020 г. № 474 // <http://www.kremlin.ru/acts/bank/45726> / (дата обращения 06.11.2021).
2. Актуализация стратегических направлений развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года / С. Е. Бакулев, В. А. Таймазов, С. М. Ашкинази [и др.] // Теория и практика физической культуры. — 2019. — № 2. — С. 3-5.
3. Ашкинази, С. М. Физическая культура и здоровье студентов вузов: анализ, опыт и приоритеты / С. М. Ашкинази, И. В. Соколова // Теория и практика физической культуры. — 2011. — № 5. — С. 104.
4. Ключевская, О. А. Социальное проектирование как административный метод вовлечения в занятия физической культурой и спортом / О. А. Ключевская, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 185-190.

5. Ключевская, О. А. Формирование здорового образа жизни посредством социального проектирования / О. А. Ключевская // Трансформация экономики и управления: новые вызовы и перспективы : Сборник статей и тезисов докладов 2 и 3 секций XI Международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 15–17 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2022. — С. 74-80.
6. Комплекс ГТО в формировании мотивации к занятиям физической культурой и здорового образа жизни у студентов вузов (к 90-летию комплекса ГТО) / Г. В. Сытник, С. М. Ашкинази, Н. А. Рагозина, А. Б. Новиков // Спортивный психолог. — 2021. — № 3(60). — С. 4-8.
7. Логачева, Д. А. Сбережение нации: концепция Солженицына и её современное понимание / Д. А. Логачева, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 151-154.
8. Рагозина, Н. А. Конституционно правовые основы оздоровления нации: аспекты медицины, физической культуры и спорта / Н. А. Рагозина // Children's Medicine of the North-West. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 97-98
9. Рагозина, Н. А. Здоровье как неотъемлемое право каждого человека / Н. А. Рагозина // Социальная справедливость: к устойчивой экономике и обществу для всех : Материалы Международной научно-практической конференции, Москва, 18–19 февраля 2022 года. — Москва: Московский гуман, 2022. — С. 172-176.
10. Рагозина, Н. А. Об оздоровлении нации и сбережении народа / Н. А. Рагозина // Спорт: экономика, право, управление. — 2022. — № 1. — С. 31-33.
11. Сытник, Г. В. К вопросу о психологическом здоровье спортсменов в рамках национальных проектов оздоровления нации / Г. В. Сытник, А. А. Сытник // Трансформация экономики и управления: новые вызовы и перспективы : Сборник статей и тезисов докладов 2 и 3 секций XI Международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 15–17 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2022. — С. 154-159.
12. Сытник, Г. В. Спортивно-массовые мероприятия как фактор оздоровления населения / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // Ломоносовские чте-

ния в Санкт-Петербурге. 310 лет М.В. Ломоносову : Тезисы Пятой научно-практической конференции, Санкт -Петербург, 24–26 ноября 2021 года / Санкт-Петербургский институт природопользования, промышленной безопасности и охраны окружающей среды. — Санкт -Петербург: Информационный издательский учебно-научный центр «Стратегия будущего», 2021. — С. 165-166.

13. Сытник, Г. В. Внедрение и реализация комплекса ГТО в образовательных учреждениях / Г. В. Сытник // *Children's Medicine of the North-West*. — 2021. — Т. 9. — № 3. — С. 104-105.
14. Сытник, Г. В. Практико-ориентированный подход в привлечении студентов и сотрудников вузов в реализации комплекса ГТО / Г. В. Сытник, Н. А. Рагозина // *Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание*. — 2021. — № S3. — С. 116-121.

УДК 796

Егор Викторович Шаратов¹, Эльмира Маратовна Габдрахманова²

^{1,2}Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия

¹Sharapovegor112@gmail.com

²Elmira_12022004@mail.ru

Научный руководитель: Наталья Александровна Рагозина

Санкт-Петербургский филиал Финуниверситета, Санкт-Петербург, Россия,

Ragozina777@bk.ru

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ НА ДУХОВНОЕ РАЗВИТИЕ ЧЕЛОВЕКА

Аннотация. В данной статье рассмотрено влияние физической культуры на духовное развитие человека, воспитание личности, факторы, оказывающие непосредственное влияние спорта на формирование духовных качеств личности.

Ключевые слова: спорт, физическая культура, здоровье, духовное развитие, личностные качества, культурное развитие, разум

Egor Sharapov¹, Elmira Gabdrakhmanova²

^{1,2} St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Russia

¹Sharapovegor112@gmail.com

²Elmira_12022004@mail.ru

Scientific director: Natalya Alexandrovna Ragozina

St. Petersburg Branch of the Financial University, St. Petersburg, Ragozina777@bk.ru

INFLUENCE OF PHYSICAL EDUCATION ON HUMAN SPIRITUAL DEVELOPMENT

Abstract. In this article we discuss the influence of physical culture on the spiritual development of a person, the upbringing of a personality. We also examined the factors that have a direct influence of sports on the formation of the spiritual qualities of a personality.

Keywords: sport, physical culture, health, spiritual development, personal qualities, cultural development, mind

Физическая культура является чёткой системой ценностей, умений и норм, которые общество использует для совершенного развития физических, духовных и моральных качеств, а также физического воспитания [3].

Главенствующей целью физического воспитания считается повышение эффективности физических изменений человека и многогранная модернизация физических качеств и способностей, влияющие на эти изменения. Данное множество качеств в совокупности с нравственным и духовным воспитанием определяет общественно активную личность [1].

Кроме того, к целям физического воспитания можно отнести обеспечение готовности каждого человека к любым видам деятельности - познавательной, творческой, трудовой [4].

Чтобы выполнить данные задачи в физическом воспитании существует целый комплекс специфических целей, которые показывают разноплановость обучения как деятельности, учитывая степень подготовки и условия достижения желаемых целей [2]. Несмотря на это физической активности для повышения красоты и здоровья тела недостаточно для воспитания высокодуховных качеств личности [5,7].

Физическое воспитание вносит вклад в общее формирование личности и ее духовных качеств в контексте нравственного, профессионального, психологического и эстетического воспитания [14].

Нравственное воспитание происходит через физическую подготовку и спортивные соревнования, в которых человек тренирует такие навыки, как сила воли, мужество и концентрация.

Трудовое воспитание осуществляется путем выполнения тяжелых физических нагрузок, необходимых в спорте. Такие требования приучают тело к работе и формируют стойкого и решительного человека. В конечном итоге физическая активность и регулярные занятия спортом помогут человеку физически и умственно справиться с различными обязанностями и видами деятельности.

Немаловажным фактором является то, что физическая активность помогает человеку не поддаваться вредным привычкам, таким как курение, наркомания и алкоголизм. Это происходит потому,

что спорт повышает стрессоустойчивость, которая необходима в повседневной жизни, учебе и работе.

Кроме того, в процессе физической активности человек создает и проявляет основы осознанности, поскольку концентрируется на одной задаче. Не следует забывать, что облегчается не только зрительная, но и мышечная память. Все это связано с психологическим образованием человека [11].

Эстетическое воспитание проявляется как взгляд на красоту движений и телосложения, физических и духовных условий человека [9].

Физические дисциплины влияют на психические особенности человека, повышают активность сознания, усиливают чувства, реакцию и характер, поэтому определяются как фактор духовного совершенствования. Спортивной активностью открывается вид на связанность психической и физической деятельности, тренируя различные физические упражнения, человек «осваивает» свою истинную природу.

Разум и мыслительные процессы человека, активно занимающегося спортом, обретают более широкий потенциал. Спортсмен на постоянной основе решает интеллектуальные задачи во время занятий, делает он это благодаря внимательности к объективным условиям и ситуациям, в которых имеется солидный дефицит времени. Такой тип мышления принято называть «оперативным». Спортсмены быстро умеют оценивать обстановку, анализировать различные условия для занятий спортом, обдумывать и принимать конкретное решение из множества вариантов за короткое время

Нельзя не упомянуть, что спорт является средством сплочения людей и народов, помогает поддерживать дружественные отношения между разными социальными группами путём проведения международных спортивных встреч. Именно на таких соревнованиях пропадают расовые предрассудки, появляются чувства солидарности и уважения к представителям других стран, народов и т.п. [10].

Именно занятие спортом помогает созданию облика нравственности, одним из таких примеров является терпение. О терпении знает даже начинающий спортсмен, ведь все не приходит сразу, нужно прилагать усилия и стараться для достижения любой цели. Очень яркие примеры являются опытные спортсмены, тренеры, именно они показывают, как сложно, но возможно прийти к победам через любые трудности.

Также при занятии физической культуры формируются такие навыки, как добродушие, понимаю других. Любые тренера и педагоги относятся к этому достаточно серьезно, пресекают любую агрессию, ясно доносят до всех, что сила должна применяться только там, где это необходимо. При занятии спортом проявляется и уважение к другим людям, не только к напарникам, но и даже соперникам, ведь это очень важно [12].

Подводя итоге всему вышеперечисленному, можно прийти к тому, что спорт является средством воспитания выдающейся и всесторонне развитой личности, а также средством мотивации молодежи к активному образу жизни. На сегодняшний день для систематических занятий спортом есть все условия, однако нужно уделять внимание не только физическому совершенствованию [13]. В качестве примера рассмотрим добровольное российское движение, которое возродило традиции молодежных организаций с момента своего создания в 2016 году, «ЮНАРМИЯ». Как же спортивная организация с патриотическим уклоном влияет на участников движения?

Юнармейцы создают условия для потенциала интеллектуальности человека. Они занимают высокие места в умственных соревнованиях (например, робототехника) путём развития памяти и внимательности, занятий по формированию человеческих качеств. В данной организации создаётся гражданская активная позиция, личная ответственность за свои действия, проявляется инициатива и самодостаточность.

Участники «ЮНАРМИИ» помогают решать проблемы, связанные с обществом и экологией. Значимой чертой юнармейца является отличная физическая форма, а также, что немаловажно, здоровый образ жизни, к чему они и пропагандируют всех. Они считают, что физическая культура хорошо дополняет сидение на парах или дома за компьютером. В участниках «ЮНАРМИИ» есть и победители международных, всероссийских соревнований в разных спортивных дисциплинах [6].

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Актуализация стратегических направлений развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года / С. Е.

- Бакулев, В. А. Таймазов, С. М. Ашкинази [и др.] // Теория и практика физической культуры. — 2019. — № 2. — С. 3-5.
2. Альмашев, Д. М. Современные проблемы физического воспитания молодежи в России / Д. М. Альмашев, А. С. Сидорович // Трансформация экономики и управления: новые вызовы и перспективы : Сборник статей и тезисов докладов 2 и 3 секций XI Международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 15–17 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2022. — С. 20-26.
 3. Ашкинази, С. М. Физическая культура и здоровье студентов вузов: анализ, опыт и приоритеты / С. М. Ашкинази, И. В. Соколова // Теория и практика физической культуры. — 2011. — № 5. — С. 104.
 4. Ильинич В. И., Физическая культура студента, 2012, стр. 40-42.
 5. Новиков, А. Б. Философско-правовое наследие М.В. Ломоносова в сфере вопросов оздоровления нации / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Ломоносовские чтения в Санкт-Петербурге. 310 лет М.В. Ломоносову : Тезисы Пятой научно-практической конференции, Санкт -Петербург, 24–26 ноября 2021 года / Санкт-Петербургский институт природопользования, промышленной безопасности и охраны окружающей среды. — Санкт -Петербург: Информационный издательский учебно-научный центр «Стратегия будущего», 2021. — С. 162-163.
 6. Официальный сайт Юнармии: URL: <https://yunarmy.ru/> — электронный ресурс. (дата обращения: 15.04.2022).
 7. Рагозина, Н. А. О балансе здорового духа и здорового тела / Н. А. Рагозина // Спорт, человек, здоровье : Материалы X Международного Конгресса, посвященного 125-летию со дня создания НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 08–10 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2021. — С. 360-362.
 8. Решетников В.И., Кислицын Ю.Л. Физическая культура. М., 2000, стр. 196-201.
 9. Рыховская, И. М., Лубышева, Л. И., Столяров, В. И. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход) 2013, стр. 74-79.
 10. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. — 2 — е изд., испр. — М.: Издательский центр «Академия», 2006, стр. 61-69.
 11. Сытник, Г. В. К вопросу о психологическом здоровье спортсменов в рамках национальных проектов оздоровления нации / Г. В. Сытник, А. А. Сытник // Трансформация экономики и управления: новые вызовы и перспективы : Сборник статей и тезисов докладов 2 и 3 секций XI

Международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 15–17 декабря 2021 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2022. — С. 154-159. — ЭДН ГНЗФУЗ.

12. Теория и методика физического воспитания и спорта. Издательство: Кнорус, 2015, стр. 187-194
13. Физическое воспитание, Издательство: Феникс, 2010, стр. 21-27.
14. Хисматуллина Р. Б. Гармония внутреннего мира человека и его отношений с окружающей средой. Актуальные проблемы здоровья и физической культуры. 2017, стр. 246-251.

УДК 377

Татьяна Михайловна Шарко

Минский государственный профессионально-технический колледж кулинарии,
Республика Беларусь
ptk-kulinarii@minskedu.gov.by

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ СО СПОРТИВНО- ОДАРЕННЫМИ УЧАЩИМИСЯ В КОЛЛЕДЖЕ

Аннотация. Одаренные и высокомотивированные, талантливые учащиеся — это высокий потенциал для достижения успешного результата. Очень важно раскрыть их возможности и способствовать развитию таланта. Основными принципами работы с одаренными учащимися являются комплексность, систематичность, длительность отслеживания показателей психолога–педагогического статуса одаренного учащегося, преемственность со школой. Особое внимание уделяется и принципу взаимодействия, который состоит в том, что деятельность тренеров — преподавателей, педагога-психолога, администрации, является целостной системой, которая направлена на достижение общей цели.

Ключевые слова: Одаренность, учащиеся, спорт, метод, спартакиада.

Tatiana Sharko

Minsk State Vocational College of Cooking, Republic of Belarus
ptk-kulinarii@minskedu.gov.by

ORGANIZATION OF WORK WITH SPORTS-GIFTED STUDENTS IN COLLEGE

Abstract. Gifted and highly motivated, talented students have a high potential to achieve a successful result. It is very important to reveal their capabilities and promote the development of talent. The main principles of working with gifted students are complexity, systematicity, duration of tracking indicators of the psychological and pedagogical status of a gifted student, continuity with the school. Special attention is also paid to the principle of interaction, which consists in the fact that the activity of trainers — teachers, teacher-psychologist, administration, is an integral system that is aimed at achieving a common goal.

Keywords: Giftedness, students, sport, method, sports contest

Рассматривая феномен одаренности, возникает проблема быстрого выявления одаренных учащихся. Каковы же признаки проявления физической одаренности? Наиболее часто это — своеобразное сочетание анатома–морфологических, функциональных, моторных, психофизиологических особенностей человека; хорошо развитая координация всех движений; проявление высоких показателей определенных действий (учащийся бежит быстрее остальных, прыгает дальше всех без специальной тренировки). Опытный преподаватель сразу же замечает отличающихся от основной массы способности одаренного учащегося. И здесь основным является начало и правильная организация работы с одаренными учащимися. Главным при этом считается индивидуальный подход. Немаловажную роль в вопросах организации работы с одаренными учащимися имеет работа педагога-психолога.

Цель исследования: выявление спортивно одаренных учащихся. Оптимальная организация тренировочного процесса для максимального развития индивидуальных способностей, умений и навыков.

Задачи:

- Выявить спортивно- одаренных учащихся.
- Оптимизировать организацию тренировочного процесса.

Этапы исследования:

1. Анализ документов абитуриентов
2. Индивидуальная беседа.
3. Наблюдение.
4. Прием нормативов.
5. Анализ результатов.
6. Организация внутренних соревнований и отбор лучших учащихся.
7. Организация соревнований среди лучших.
8. Индивидуальная работа с каждым одаренным учащимся.
9. Консультации психолога.
10. Организация товарищеских встреч.
11. Участие в соревнованиях.
12. Анализ результатов.

При работе с одаренными учащимися задействован широкий спектр разнообразных методов:

- метод наблюдения за поведением и проявлениями одаренных детей в условиях тренировочной и соревновательной деятельности;
- метод беседы;
- метод тестирования, анкетирования;
- соревновательно — игровой метод;
- метод круговой тренировки;
- метод внушения и самовнушения;
- метод обработки данных (математико — статистическая обработка данных, качественный анализ);
- индивидуальный подход.

Для достижения высоких результатов в спартакиаде г. Минска важно выявить одаренных учащихся и правильно организовать тренировочный процесс.

Одаренность характеризуется:

- выдающимися способностями;
- потенциальными возможностями в достижении результата;
- уже продемонстрированными достижениями в конкретной области деятельности.

Для одаренных учащихся свойственна высокая концентрация на интересующем предмете и упорство в достижении результата. Выявление одаренных учащихся начинается с анализа документов в приемной комиссии. Оценивается состояние здоровья учащихся, причем не исключаются незначительные отклонения в здоровье, для этого нужно проконсультироваться с фельдшером. При подаче документов, абитуриентам предлагается заполнить дополнительную графу о своих увлечениях и достижениях. На заметку берутся юноши, которые имеют спортивные разряды по различным видам спорта и увлекающиеся спортом, с учетом их состояния здоровья.

Большая часть первого занятия отводится для знакомства с группой. Знакомство осуществляется с каждым индивидуально, при таком подходе можно получить максимальное количество информации и задать все интересующие вопросы. Обязательно записываются номера телефонов учащихся, которые вызывают интерес. Анкета не используется, т.к. можно опереться на информацию, полученную в приемной комиссии.

На следующих занятиях учащимся предлагается выполнить нормативы: подтягивание на высокой перекладине, прыжок в длину с места, челночный бег 4х9м, бег 30м, бег 1,5км.

В начале учебного года обязательно проводится спортивный праздник, посвященный началу учебного года и открытию спартакиады колледжа. Для проведения праздника издается приказ по учреждению образования, подключаются кураторы учебных групп и мастера производственного обучения, они путем опроса учащихся и, используя советы преподавателя физической культуры, формируют команды по всем видам праздника и оформляют заявку на участие, подписанную фельдшером. Сценарий праздника включает в себя первый вид спартакиады колледжа — легкоатлетический кросс, на результаты которого следует обратить особое внимание при отборе учащихся в сборную колледжа по легкой атлетике. Остальные виды праздника носят больше развлекательный характер, но, тем не менее, самых активных учащихся тоже стоит взять на вооружение. В конце праздника подводятся итоги и награждаются победители. Лучшим легкоатлетам предлагаем посещать занятия по интересам спортивной направленности по легкой атлетике, на которых проводится подготовка к городским соревнованиям.

Игровые виды спартакиады колледжа (мини-футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис) организовываются по следующему принципу. Издается приказ по колледжу, и физорги групп оформляют заявку на участие. Во время соревнований осуществляется просмотр команд и отбираются лучшие игроки. В конце соревнований лучших игроков объединяют в две команды, добавляют учащихся, которые уже входят в сборную колледжа и проводят тренировочные игры между собой. В результате отбираются игроки в сборную колледжа. После формирования команды организуются товарищеские встречи с другими командами города. Во время учебных занятий физической культуры членам сборных по различным видам спорта уделяется особое внимание и даются индивидуальные задания. Много времени уделяется общей физической подготовке. Для этого предлагается посещать объединение по интересам физкультурной направленности по общей физической подготовке и самостоятельно выполнять задания тренера. Спортивный и тренажерный залы доступны для посещения всех желающих и в первую очередь для одаренных учащихся ежедневно, независимо от расписания работы объедине-

ний по интересам, так же, как и рекомендации опытных тренеров и преподавателей.

Очень важна поддержка администрации колледжа. Периодически осуществляется покупка необходимого спортивного инвентаря. Для подготовки спортсменов колледжа арендуется бассейн. Одаренные учащиеся поощряются материально и имеют более высокий рейтинг при распределении на первые рабочие места после окончания колледжа.

Работа с одаренными учащимися — это ежедневный труд, основанный на индивидуальном подходе. Мало просто проводить тренировки по специальным методикам, которыми владеют преподаватели и педагоги дополнительного образования, необходимо постоянно сотрудничать и поддерживать тесный контакт с одаренными учащимися, быть для них авторитетом, не позволять им лениться, радоваться их успехам и достижениям. Показателем результата работы являются призовые места в соревнованиях различного уровня.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Александрович, Т.В. Организация работы с одаренными детьми: электронный учебно-методический комплекс; Брест, БрГУ имени А.С.Пушкина, 2018.-204с.
2. Блинова В.Л., Блинов Л.Ф. Детская одаренность: теория и практика: учебно-методическое пособие; Казань, 2010.-55с.
3. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры/ Л.П. Матвеев.- М.: Советский спорт, 2010. — 340с.

Научное издание

МЕСТО И РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Сборник статей и тезисов докладов
Всероссийской научно-практической конференции

19–20 мая 2022 г.

Издательство «Скифия-принт».
Санкт-Петербург, ул. Большая Пушкарская, д. 10

Подписано в печать 09.08.2022. Заказ №14057
Формат 60 × 90 ¹/₁₆. Бумага офсетная.
Усл. печ. л. 22,5. Тираж 500 экз.

Отпечатано в типографии «Скифия-принт».
Санкт-Петербург, ул. Большая Пушкарская, д. 10