

Включение этих упражнений и их элементов в интенсивную круговую тренировку занятий кроссфитом, обеспечило сопряженное развитие силовых и скоростно-силовых способностей и более высокое качество формирования базовых компонентов техники двигательных действий.

#### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Установлено, что 78% курсантов 1 года обучения вузов РВСН имеют недостаточную степень развития скоростно-силовых способностей, а содержание и методика занятий по физической подготовке курсантов не соответствует необходимым требованиям подготовки обучаемых.

Проведение занятий с первокурсниками на основе применения комплексов высокоинтенсивных физических упражнений из арсенала средств кроссфита способствуют достоверному повышению уровня физической и функциональной подготовленности. Экспериментальная методика тренировок, базирующаяся на использовании высокоинтенсивных физических упражнений из арсенала средств кроссфита, является эффективной.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Внедрение кроссфита в образовательный процесс вуза / Н.В. Казанцева, В.С. Казанцев, Е.В. Глазова [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 6 (172). – С. 105–108.
2. Индивидуальный план по физической подготовке на основе средств и методик кроссфита для курсантов войск национальной гвардии с недостаточным уровнем физической подготовленности / Е.В. Кошкин, И.В. Гойнов, О.Б. Рыжак, А.В. Акиндинов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 4 (182). – С. 235–240.
3. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации: Приказ Министра обороны Российской Федерации № 230 от 20 апреля 2023 // Официальный интернет-портал правовой информации : [сайт]. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202306210007> (дата обращения 12.08.2023).

#### REFERENCES

1. Kazanceva, N.V., Kazancev, V.S., Glazova, E.V., Kuzmina, O.I. and Shvachun, O.A. (2019), “The introduction of CrossFit in the educational process of the university”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 6 (172), pp. 105–108.
2. Koshkin, E.V., Gojnov, I.V., Ryzhak, O.B. and Akindinov, A.V. (2020), “Individual plan for physical training based on the means and methods of crossfit for cadets of the National Guard troops with an insufficient level of physical fitness”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 4 (182), pp. 235–240.
3. Minister of Defense of the Russian Federation (2023), “Manual on physical training in the Armed Forces of the Russian Federation”, *Order No. 230 of April 20, 2023*, available at: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202306210007> (accessed 12 August 2023).

**Контактная информация:** [nik\\_vint@mail.ru](mailto:nik_vint@mail.ru)

*Статья поступила в редакцию 19.08.2023*

УДК 796.093.422

#### ИСТОРИЯ ЛЕТНИХ ПАРАЛИМПИЙСКИХ ИГР 1960–1984 ГОДОВ

*Игорь Николаевич Ворошин, доктор педагогических наук, доцент, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург*

#### Аннотация

Во временной период с 1960 по 1984 год было проведено семь летних Паралимпийских игр. За это время соревнование трансформировались из относительно скромного мероприятия, в котором

в 1960 году приняло участие в 8 видах спорта 209 атлетов, до одного из крупнейших международных форумов, на которых в 1984 году в 18 видах спорта, после серьезного спортивного отбора, приняли участие 2105 спортсменов. Игры 1984 года стали первыми, организацией которой не занимался Людвиг Гуттман, что наложило серьезный негативный отпечаток на содержание программы – так для сохранения превосходства США в неофициальном командном зачете более чем в два раза было увеличено количество легкоатлетических и плавательных дисциплин - до 449 и 345 дисциплин соответственно. После первых Паралимпийских игр, где участвовали спортсмены с травмами спинного мозга, до Игр 1984 года в паралимпийскую семью вошли спортсмены с нарушением зрения, а также такие нозологические группы спортсменов с поражением ОДА как спортсмены с церебральным параличом, спортсмены с ампутациями и прочими двигательными нарушениями. В этот временной период к 8 видам спорта, которые были включены в программу первых Игр - легкоатлетические метания, плавание, баскетбол, бильярд (снукер), стрельба из лука, фехтование, настольный теннис, дартс были добавлены тяжелая атлетика, лаун болс, пулевая стрельба, голбол, волейбол стоя, волейбол сидя, борьба, футбол 7x7, бочча, пауэрлифтинг, велоспорт, конный спорт. Летние Паралимпийские игры 1984 года стали последними, которые не проводились на тех же спортивных объектах, что и Олимпийские игры этого же года. Необходимо отметить, что данные игры стали пограничными и в последствии наблюдалось смещение акцентов от рекреации и реабилитации к превалированию спортивной составляющей.

**Ключевые слова:** Сток-Мандевильские игры, Паралимпийские игры, Людвиг Гуттман, историческая справка

**DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.08.p81-87**

## **HISTORY OF THE SUMMER PARALYMPIC GAMES 1960–1984**

*Igor Nikolaevich Voroshin, doctor of pedagogical sciences, docent, Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg*

### **Abstract**

Seven Summer Paralympic Games were held between 1960 and 1984. During this time, the competition has evolved from a relatively modest event, in which 209 athletes took part in 8 sports at 1960 into one of the largest international sport event, at which 2105 athletes took part in 18 sports at 1984. Ludwig Guttman-the founder of Paralympic movement couldn't take part in the organization of 1984 Paralympic Games, which left a serious negative imprint on the content of the program – so in order to preserve the superiority of the USA in the unofficial team competition, the number of athletics and swimming disciplines was more than doubled - up to 449 and 345 disciplines, respectively. After the first Paralympic Games, where only athletes with spinal cord injuries participated, and before the 1984 Games, the Paralympic family included athletes with visual impairment, as well as athletes with cerebral palsy, amputations and other locomotor disorders. During this time period, 8 first sports that which were included in the program of the first Paralympic games: athletics throwing, swimming, basketball, pool (snooker), archery, fencing, table tennis, darts were added by weightlifting, lawn bowls, shooting, goalball, standing volleyball, sitting volleyball, wrestling, 7x7 soccer, boccia, powerlifting, cycling, equestrian sports.

The 1984 Summer Paralympics were the last which not be held at the same sports venues as the Olympic Games of the same year. It should be noted that these Games became the key point and subsequently there was a shift in emphasis from recreation and rehabilitation to the predominance of the sports component.

**Keywords:** Stock-Mandeville Games, Paralympic Games, Ludwig Guttman, historical background.

Первые комплексные летние игры для людей с поражением опорно-двигательного аппарата, которые в последствии были названы I летние Паралимпийские игры были проведены в 1960 году в Риме (Италия) (рисунок 1). Они состоялись через несколько недель после XVII летних Олимпийских игр, на тех же спортивных объектах. В первых летних Паралимпийских играх приняли участие 209 атлетов на колясках из 17 стран [1]. Среди них были разыграны 113 комплектов медалей по 8 видам спорта - по легкоатлетическим дисциплинам (метание различных снарядов в положении сидя) [2], плаванию, баскетболу, бильярду (снукер), стрельбе из лука, фехтованию, настольному теннису, дартсу. Большинство спортивных дисциплин проводились по правилам схожих с правилами проведения

олимпийских турниров. Самым специфичным видом был баскетбол на колясках, зародившийся в середине 40-х в США. Также легкоатлетические метания выполнялись не только



Рисунок 1 – Эмблема I летних Паралимпийских игр 1960 года

на дальность, так копье спортсмены метали на точность попадания в горизонтальную цель [3]. В качестве метательного снаряда на легкоатлетических соревнованиях использовалась также утяжеленная кегля – клуб. В паралимпийском турнире по бильярду (разновидность - снукер) предполагалась возможность участия как мужчин, так и женщин без гендерного разделения, однако в Паралимпийском турнире-1960 приняли участия только 4 мужчины. Соревнования по дартсу на Паралимпийских играх проводились в парном разряде в игру «501». Главной героиней I летних Паралимпийских игр стала итальянка Мария Скутти, которая смогла выиграть 15 медалей по легкой атлетике и плаванию, 10 из которых – золотые. Первое общекомандное место завоевала команда-хозяйка соревнований – сборная Италии.

На Играх 1964 года в Токио очень сложно было удержать ту высокую планку, которую поставил для проведения паралимпийского форума Людвиг Гуттман. II летние Паралимпийские игры в столице XVIII летних Олимпийских игр – городе Токио (Япония) (рисунок 2). В Играх приняли участие 266 спортсменов уже из 20 стран, которые соревновались в 9 видах спорта. В программу Игр была впервые включена тяжелая атлетика, медали в которой были разыграны мужчинами в 4 весовых категориях. Соревновательное упражнение заключалось в выжимании руками штанги заказанного веса из горизонтального положения лежа на спине, при этом изначально спортивный снаряд устанавливался на креплениях на уровне груди. Значительно была расширена программа по легкой атлетике – были включены соревнования по бегу на колясках на дистанцию 100 метров (рисунок 2), беговой слалом на колясках, пятиборье, эстафетный бег. Количество разыгранных медалей увеличилось до 143 комплектов. Впервые неофициальный командный медальный зачет выиграла сборная команда США. На Токийской паралимпиаде самым успешным стал американский легкоатлет Рон Стейн, который смог выиграть 7 дисциплин, а четырем годами ранее в Риме Рон выиграл 4 золота. Так после Игр 1964 года коллекцию спортсмена украшали 11 золотых медалей.



Рисунок 2 – Слева эмблема II летних Паралимпийских игр 1964 года, справа старт в беге на колясках

В III летних Паралимпийских играх (Тель-Авив, Израиль, 1968 г) (рисунок 3) участвовали уже 775 атлетов из 28 стран. На аренах XIX летних Олимпийских игр, прошедших в том же году в Мехико (Мексика), была малая приспособленность для спортсменов на колясках, также были выявлены проблемы с транспортом и логистикой, поэтому было принято решения провести III Паралимпийские игры в Израиле. На играх впервые были

включены такие виды спорта как женский баскетбол на колясках, а также игра в шары на точность – лаун болс (lawn bowls) (рисунок 3), в которой было разыграно 4 комплекта медалей с отличием. Всего на играх было разыграно 188 комплектов медалей в 10 видах спорта. На играх в Тель-Авиве удивительное достижение показал трехкратный Паралимпийский чемпион 1964 года в дисциплинах легкой атлетики – итальянец Роберто Марсон, он не только смог повторить свой успех в дисциплинах легкой атлетики, но завоевал еще в плавании и в фехтовании в общей сложности 10 медалей высшего достоинства. Всего за свою карьеру на четырех паралимпиадах Роберто выиграл 26 медалей, из которых 16 были золотые. Сборная США повторила успех четырехлетней давности и победила в неофициальном командном зачете.



Рисунок 3 – Слева эмблема III летних Паралимпийских игр 1968 года, справа фрагмент игры в лаун болс

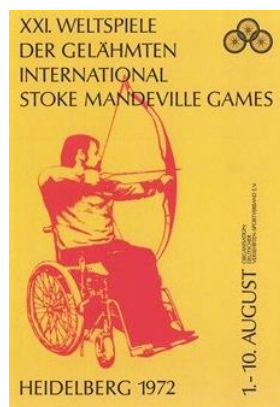


Рисунок 4 – Эмблема IV летних Паралимпийских игр 1972 года



Рисунок 5 – Эмблема V летних Паралимпийских игр 1976 года

IV летние Паралимпийские игры состоялись в 1972 в ФРГ (рисунок 4), в той же стране, что и XX летние Олимпийские игры, но в другом городе – Хейдельберге на базе одного из крупнейших реабилитационных центров. В играх приняло участие 922 спортсмена из 41 страны, которые разыграли 188 медалей в 10 видах спорта. Примечательным событием данных игр стало использование в некоторых личных спортивных дисциплинах коэффициентов для определения итоговых мест в итоговых протоколах, таким образом начала решаться проблема учета степени поражения опорно-двигательного аппарата. В командном зачете впервые победила команда ФРГ.

В 1976 в Канадском Торонто состоялись V летние Паралимпийские игры, в которых приняли участие 1271 спортсмен из 40 стран (рисунок 5). Было разыграно 448 комплектов наград по 13 видам спорта. Данные игры во многом стали прорывными. Так, на играх в Торонто впервые спортсменами была использована специализированная беговая коляска, значительно увеличившая скоростные возможности бегунов, выступающих в положении сидя. Впервые на паралимпийских аренах приняли участие спортсмены с нарушением зрения, с ампутациями конечностей и прочими двигательными нарушениями, что привело к значительному расширению соревновательной программы Игр и к увеличению количества разыгранных медалей. В соревновательную программу включены новые дисциплины: пулевая стрельба, голбол (мужчины), волейбол стоя (мужчины) – эта версия волейбола проводилась для спортсменов с ампутациями, нарушением

зрения, в дальнейшем с церебральным параличом по всем правилам Олимпийского аналога. В командном зачете победила команда США, которая удержала свое лидерство на летних Паралимпийских играх до 1996 года (6 игр) – всего 20 лет.

Следующие - VI летние Паралимпийские игры должны были состояться в 1980 в советской Москве. Перед Паралимпийскими играми 1980 года Гуттман до последней возможности ожидал положительного решения руководства СССР на запрос о возможности проведения Игр в Москве. Однако, руководство СССР заявило: «В СССР инвалидов нет!» и отказалось принимать летнюю паралимпиаду 1980 года. Гуттман вынужден был находить выход из данной ситуации в проведении Паралимпийских игр в другом месте, так Игры состоялись в Нидерландском Арнхеме (эмблема Игр на рисунке 6 слева). По воспоминаниям сподвижников Людвиг Гуттман тяжело переживал отказ советского руководства, что обострило у него хронические заболевания и незадолго до летних Паралимпийских игр Людвиг Гуттман скончался. Организаторы летних Игр-1980 были вынуждены в сжатые сроки искать финансирование для проведения форума и данное финансирование за счет спонсорских средств североамериканских компаний предложили США, взамен они, для обеспечения первого общекомандного места, поставили условие включить в программу Игр новый вид спорта – борьбу для спортсменов с нарушением зрения. По разработанному для спортсменов-паралимпийцев правилам борьба представляла микс греко-римской и вольной борьбы, в которой могли участвовать только мужчины в 10 весовых категориях. Это стали самые странные соревнования за всю историю проведения Паралимпийских игр. Так в течение турнира не было проведено ни одной схватки, т. к. в каждой весовой категории было всего по 1 участнику, однако данный турнир позволил положить в копилку команды США 8 золотых медалей, команде Канады 2 золотые медали. Примечательно, что перед включением в программу Игр я не нашел ни одного свидетельства проведения хотя бы одного международного турнира по данному виду паралимпийского спорта. Еще одним новым видом спорта стал волейбол сидя (мужчины), медали в котором стали разыгрывать на всех последующих летних Паралимпиадах. Одновременно с этим, впервые перестали проводиться соревнования по бильярду (снукеру). В Арнхеме впервые был представлен талисман игр (талисман Игр на рисунке 6 по середине).

В летних Паралимпийских играх-1980 участвовало 1653 спортсмена из 42 стран. Были разыграны 590 комплектов медалей по 13 видам спорта. Впервые в Паралимпийских играх приняли участие спортсмены с церебральным параличом, которые соревновались во многих спортивных дисциплинах. Поскольку в Паралимпийских играх стали принимать участие спортсмены с все более различными нозологиями, была разработана и использована подробная спортивно-функциональная и спортивно-медицинская классификация, позволяющая учитывать не только особенности поражения, но и его выраженность. Необходимо отметить феноменальный результат в прыжках в высоту – 1,96 м, который показал канадский спортсмен с полной ампутацией ноги Арнольд Болдт (фото спортсмена на рисунке 6 справа).



Рисунок 6 – Слева эмблема летних Игр-1980, посередине – талисман Игр, справа фотография Арнольда Болдта

VII летние Паралимпийские игры, состоявшиеся в 1984 году, единственный раз в истории проходили сразу на двух континентах в Сток-Мандевиле (Великобритания) и в Нью-Йорке (США). В двух городах в соревнованиях приняли участие 2105 спортсменов из 54 стран. В Сток-Мандевиле участвовали спортсмены с травмами спинного мозга, в Нью-Йорк приехали спортсмены всех остальных нозологий. В общей сложности на VII летних играх было разыграно 975 комплектов медалей по 18 видам спорта. Только по легкой атлетике было разыграно 449 комплектов наград и 345 комплектов в плавании. Впервые на паралимпиаде были разыграны медали в футболе 7х7, в бочке, в пауэрлифтинге, в велоспорте (шоссе), в конном спорте, вернулись соревнования по бильярду (снукеру). Из-за большой насыщенности программы игр был исключен дартс. На летних Играх-1984 соревнования по футболу были проведены в двух нозологических группах – среди спортсменов с церебральным параличом и среди спортсменов на колясках (единственный раз в истории Игр). Особенности паралимпийских правил являются размеры поля 70х50 м и ворот 5х2 м, длительность игровой встречи 2х30 минут с возможностью дополнительного времени 2х10 минут и серии пенальти из 5 ударов. В команде спортсменов с церебральным параличом должны одновременно играть спортсмены с различной степенью поражения.

В неофициальном командном зачете все уже привыкли к лидерству США, но в 1984 спортсмены этой страны смогли выиграть 397 медалей, из которых 137 – золотые (114 в легкой атлетике и плавании), этот медальный рекорд вряд ли когда-то будет побит.

1984 год был знаменателен тем, что на очередной сессии Международного Олимпийского комитета было принято решение о возможности участия в последующих Олимпийских играх только тех стран, которые являются членами паралимпийского движения. Это заставило руководство СССР задуматься о вступлении в паралимпийскую семью [4].



Рисунок 7 – Эмблема VII летних Паралимпийских игр 1984 года

Летние Паралимпийские игры 1984 года провели черту, после которой появился уход от превалирования рекреационной, реабилитационной составляющей в сторону спортивного результата [5], однако тот путь становления Паралимпийских игр как одного из крупнейших мировых событий планетарного масштаба, который был пройден под руководством Сэра Людвиг Гуттмана, заставляет говорить об периоде 1960-1984 годов как о золотой эре расцвета человеческого гуманизма и искренней радости за результаты своего труда в привлечении людей с различными функциональными особенностями к системным занятиям спортом, тем самым зарождая в них новые смыслы жизни, новые стремления к саморазвитию.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Ворошин И.Н. Особенности тренировочной и соревновательной деятельности в паралимпийской легкой атлетике (World ParaAthletics) / И.Н. Ворошин, В.Ю. Барябина, К.Е. Ворошина // *Адаптивная физическая культура.* – 2019. – № 2 (78). – С. 32–33.
2. Ворошин И.Н. Система спортивной подготовки в паралимпийских дисциплинах легкой атлетики спорта лиц с поражением ОДА : монография / И.Н. Ворошин – Санкт-Петербург : СПбНИИФК, 2019. – 200 с.
3. Ворошин И.Н. Система спортивной подготовки в IPC Athletics / И.Н. Ворошин // *Интегративные процессы и межпредметные связи в системе образования физической культуры и спорта : материалы Междунар. науч.-практ. конф. / под общ. ред. В. Губа.* – Москва : ГЦОЛИФК, 2016. – С. 27–32.
4. Ворошин И.Н. Первые выступления спортсменов нашей страны на Паралимпийских играх / И.Н. Ворошин // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.* – 2023. – № 3 (217). – С. 100–104.
5. Ворошин И.Н. Система спортивной тренировки легкоатлетов-паралимпийцев с поражением ОДА / И.Н. Ворошин, И.В. Дмитриев, Д.С. Зайко // *Теория и практика физической культуры.*

#### REFERENCES

1. Voroshin, I.N., Baryabina, V.Yu. and Voroshina, K.E. (2019), “Features of training and competitive activities in World Para Athletics”, *Adaptive Physical Culture*, Vol. 78, No. 2, pp. 32–34.
2. Voroshin, I.N. (2019), *The sports training system in the Paralympic athletics disciplines for the athletes with physical impairment*, monograph, St. Petersburg.
3. Voroshin, I.N. (2016), “System of sports training in IPC Athletics”, *Integrative processes and subject communications in a physical training and sports education system*, materials International sci.-pract. conf., Moscow, pp. 27–32.
4. Voroshin, I.N. (2023), “The first performances of our country's athletes in the Paralympic games”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafita*, Vol. 217, No. 3, pp. 100–104.
5. Voroshin, I.N., Dmitriev, I.V. and Zayko, D.S. (2020), “Sports training system in application to paralympic track athletes with musculoskeletal disorders”, *Theory and practice of physical culture*, No. 11. pp. 74–76.

**Контактная информация:** voroshin\_igor@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 04.07.2023*

УДК 796.011.3

### ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИДЖИТАЛ-СПОРТА НА СТУДЕНЧЕСКОМ УРОВНЕ

*Сергей Викторович Галицын, доктор педагогических наук, профессор, Олег Zufarovich Ziganshin, доцент, председатель федерации хоккея с мячом Хабаровска, Павел Дмитриевич Попов, старший преподаватель, Глеб Русланович Волошин, магистрант, Дальневосточная государственная академия физической культуры, Хабаровск*

#### Аннотация

В статье рассмотрены проблемы развития фиджитал-спорта и заинтересованность студентов Дальневосточной государственной академии физической культуры в данном направлении. Выявлены технические характеристики, которые необходимо усовершенствовать на digital и physical этапах. Рассмотрены варианты проведения турниров и системы подсчёта очков. Определена значимость виртуальных и реальных побед, выявлены негативные факторы и преимущества компьютерных игр.

**Ключевые слова:** новые виды спорта, фиджитал-спорт, фиджитал-хоккей, регламент, студенты, развитие компьютерного спорта

**DOI:** 10.34835/issn.2308-1961.2023.08.p87-92

### PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF FIJITAL SPORTS AT THE STUDENT LEVEL

*Sergey Viktorovich Galitsyn, doctor of pedagogical sciences, professor, Oleg Zufarovich Ziganshin, docent, chairman of the Khabarovsk bandy federation, Pavel Dmitrievich Popov, senior teacher, Gleb Ruslanovich Voloshin, master student, Far Eastern State Academy of Physical Culture, Khabarovsk*

#### Abstract

The article considers the problems of the development of fijital sports and the interest of students of the Far Eastern State Academy of Physical Culture in this direction. Technical characteristics have been identified that need to be improved at the digital and physical stages. Options for holding tournaments and scoring systems are considered. The significance of virtual and real victories was determined, negative factors and advantages of computer games were identified.

**Keywords:** new sports, fijital sports, fijital hockey, regulations, students, development of computer sports