

ЛИТЕРАТУРА

1. Влияние развивающих нагрузок на функциональные возможности баскетболистов в подготовительном периоде подготовки / А.Н. Болгов, А.М. Карагодина, О.Ф. Крикунова, Е.П. Удалова, И.В. Буянов, И.Д. Хосилов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2021. – № 12 (202). – С. 30–33.
2. Горovenko Е.С. Факторы, определяющие необходимость использования индивидуальных заданий в процессе общей физической подготовки баскетболистов студенческих команд / Е.С. Горovenko, А.А. Бессонов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2020. – № 3 (181). – С. 117–120.
3. Ильичева О.В. Функциональная подготовка баскетболистов 17–19 лет, направленная на повышение резервов сердечно-сосудистой системы и физической работоспособности / О.В. Ильичева, Я.В. Сираковская, А.В. Лаптев // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.* – 2018. – № 3 (157). – С. 157–160.
4. Карагодина А.М. Использование метода сопряженного воздействия в спортивной подготовке студентов для совершенствования бросков в баскетболе / А.М. Карагодина, О. В. Клычкова, В. А. Брыкина // *Primo Aspectu.* – 2018. – № 4 (36). – С. 151–157.
5. Козин В. В. Методология ситуационного подхода в технико-тактической подготовке спортсменов игровых видов / В. В. Козин, С. А. Кугаевский, А. В. Зыков // *Омский научный вестник.* – 2014. – № 2 (126). – С. 183–186.

REFERENCES

1. Bolgov, A.N., Karagodina, A.M., Krikunova, O.F., Udalova, E.P., Buyanov, I.V. and Khosilov, I.D. (2021), “Influence of developmental loads on the functional capabilities of basketball players in the preparatory period of training”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 12 (202), pp. 30–33.
2. Gorovenko, E.S., Bessonov, A.A. (2020), “Factors determining the need to use individual tasks in the process of general physical training of basketball players of student teams”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (181), pp. 117–120.
3. Illicheva, O.V., Sirakovskaya, Ja.V. and Laptev, A.V. (2018), “Functional training of basketball players aimed at increasing the reserves of the cardiovascular system and physical performance”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (157), pp. 157–160.
4. Karagodina, A.M., Klychkova, O.V. and Brykina, V.A. (2018), “The use of the conjugate impact method in the sports training of students to improve throws in basketball”, *Primo Aspectu*, No.4 (36), pp. 151–157.
5. Kozin, V.V., Kugaevsky, S.A. and Zykov, A.V. (2014), “Methodology of situational approach in technical and tactical training of athletes of game types”, *Omsk Scientific Bulletin*, No. 2 (126), pp. 183–186.

**Контактная информация:** Alekseev\_mv@voenmeh.ru

*Статья поступила в редакцию 09.01.2023*

УДК 796.926

**ОЦЕНКА КОНЦЕНТРАЦИИ И УСТОЙЧИВОСТИ ВНИМАНИЯ ЮНЫХ  
ГОРНОЛЫЖНИКОВ**

*Надежда Дмитриевна Алексеева, старший преподаватель, Александр Алексеевич Зиновьев, старший преподаватель, Александр Алексеевич Ивачев, старший преподаватель, Максим Васильевич Давыдов, старший преподаватель, Балтийский государственный технический университет «Военмех» им. Д.Ф. Устинова, Санкт-Петербург*

**Аннотация**

Введение. На занятиях ученики довольно часто отвлекаются, что снижает эффективность тренировочного процесса. Нами было сделано предположение, что в различные дни недели показатели умственной работоспособности могут быть неодинаковы. С целью проверки гипотезы было проведено исследование. Цель исследования: разработать методические рекомендации по органи-

зации тренировочного процесса с учетом оценки концентрации и устойчивости внимания горнолыжников 7-8 лет. Организация исследования. На протяжении одного месяца перед каждым тренировочным занятием проводилась корректурная проба Бурдона с целью оценки концентрации внимания. Далее был проведен анализ полученных результатов. Результаты исследования и их обсуждение. Нами было определено, что у всех респондентов нет проблем с концентрацией и устойчивостью внимания, однако было выявлено, что данные показатели в четверг достоверно ( $p < 0,05$ ) ниже, чем в другие тренировочные дни. Вывод. Эффективность обучения новым навыкам и умениям в начале недели и на выходных значительно выше. В середине недели стоит отдавать предпочтение методу показа, несложным или уже хорошо изученным заданиям.

**Ключевые слова:** горнолыжный спорт, спорт, детский спорт, умственная работоспособность, внимание, концентрация внимания, корректурная проба.

**DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.01.p9-12**

## **EVALUATION OF THE CONCENTRATION AND STABILITY OF ATTENTION OF YOUNG SKIERS**

*Nadezhda Dmitrievna Alekseeva, the senior teacher, Aleksandr Alekseevich Zinoviev, the senior teacher, Alexander Alekseevich Ivachev, the senior teacher, Maksim Vasilievich Davydov, the senior teacher, Baltic State Technical University "VOENMEH" named after D.F. Ustinov, St. Petersburg*

### **Abstract**

Introduction. In the classroom, the students are often distracted, which reduces the effectiveness of the training process. We have made the assumption that on different days of the week, the indicators of mental performance may be different. In order to test the hypothesis, the study was conducted. The purpose of the study: to develop methodological recommendations for the organization of the training process, taking into account the assessment of concentration and stability of attention of skiers aged 7-8 years old. Organization of the study. For one month before each training session, the proof-reading test of Bourdon was carried out in order to assess concentration of attention. Then the analysis of the obtained results was carried out. The results of the study and their discussion. We determined that all respondents have no problems with concentration and attention stability; however, it was found that these indicators on Thursday were significantly ( $p < 0.05$ ) lower than on other training days. Conclusion. The effectiveness of learning new skills and abilities at the beginning of the week and on weekends is much higher. In the middle of the week, you should give preference to the display method, simple or already well-studied tasks.

**Keywords:** skiing, sports, children's sports, mental performance, attention, concentration, proof-reading test.

### **ВВЕДЕНИЕ**

Концентрация и устойчивость внимания у младших школьников кратковременна. На занятиях ученики довольно часто отвлекаются, что снижает эффективность тренировочного процесса. Нами было сделано предположение, что в различные дни недели показатели умственной работоспособности могут быть неодинаковы. С целью проверки гипотезы было проведено исследование.

Цель: разработать методические рекомендации по организации тренировочного процесса с учетом оценки концентрации и устойчивости внимания горнолыжников 7-8 лет. Задачи:

1. Оценить концентрацию и устойчивость внимания горнолыжников 7-8 лет в тренировочные дни.
2. Произвести математико-статистическую обработку данных.
3. Сформулировать выводы и рекомендации на основе полученных результатов.

### **ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ**

В исследовании приняли участие горнолыжники 7-8 лет ( $n=17$ ). На протяжении одного месяца перед каждым тренировочным занятием проводилась корректурная проба

Бурдона с целью оценки концентрации внимания. Далее был проведен анализ полученных результатов.

Для математико-статистической обработки данных был применен критерий Манна-Уитни.

Методы исследования:

1. Анализ научно-методической литературы.
2. Метод патопсихологического исследования (тест Бурдона).
3. Методы математической статистики.

## РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В ходе исследования были получены следующие данные (таблицы 1–3).

Таблица 1 – Результаты корректурной пробы

	Концентрация внимания	Устойчивость внимания	
Вторник	7,3±1,1	8,6±1,1	Высокая
Четверг	3,6±1,0	5,4±1,2	Средняя
Суббота	7,9±1,2	9,1±±1,3	Очень высокая

Таблица 2 – Достоверность различий по показателю «Концентрация внимания»

	Вторник	Четверг	Суббота
Вторник	-	p<0,05	p>0,05
Четверг	p<0,05	-	p<0,05
Суббота	p>0,05	p<0,05	-

Таблица 3 – Достоверность различий по показателю «Устойчивость внимания»

	Вторник	Четверг	Суббота
Вторник	-	p<0,05	p>0,05
Четверг	p<0,05	-	p<0,05
Суббота	p>0,05	p<0,05	-

Данные, представленные в таблицах, демонстрируют наличие достоверных отличий (p<0,05) по обоим показателям в четверг. Между средними результатами, показанными во вторник и субботу, достоверных различий выявлено не было (p>0,05).

## ВЫВОД

Нами было определено, что у всех респондентов нет проблем с концентрацией и устойчивостью внимания, однако было выявлено, что данные показатели в четверг достоверно (p<0,05) ниже, чем в другие тренировочные дни. Наиболее вероятно, что результаты связаны со снижением умственной работоспособности к середине недели, когда в начале недели и в выходные нервно-психическая сфера восстановлена.

Таким образом, стоит учитывать полученные результаты при организации тренировочного процесса. В середине недели не рекомендуется обучать сложным техническим навыкам, осваивать новые упражнения, требующие длительного объяснения. Стоит отдавать предпочтение методу показа, несложным или уже хорошо изученным заданиям. Эффективность обучения новым навыкам и умениям в начале недели и на выходных значительно выше.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Психологическая подготовка в горнолыжном спорте / Н.Д. Алексеева, Н.А. Зиновьев, А.С. Смирнов, М.Ю. Надыршина // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 3 (193). – С. 23–26.
2. Корреляция между пространственной ориентацией и технической подготовленностью юных горнолыжников /
3. Н.Д. Алексеева, Н.А. Зиновьев, А.С. Смирнов, А.А. Зиновьев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 10 (200). – С. 6–9.
4. Мысленная репетиция как метод ментального тренинга у юных горнолыжников / Н.Д. Алексеева, А.А. Ивачев, А.С. Смирнов, С.В. Кобелева // Социально-экономические и гуманитарные

науки. сборник избранных статей по материалам Международной научной конференции. Санкт-Петербург, 2021. – С. 22–23.

#### REFERENCES

1. Alekseeva, N.D., Zinoviev, N.A., Smirnov, A.S. and Nadyrshina, M.Yu. (2021), “Psychological preparation in alpine skiing”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (193), pp. 23–26.
2. Alekseeva, N.D., Zinoviev, N.A., Smirnov, A.S. and Zinoviev, A.A. (2021), “Correlation between spatial orientation and technical readiness of young skiers”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 10 (200), pp. 6–9.
3. Alekseeva, N.D., Ivachev, A.A., Smirnov, A.S. and Kobeleva, S.V. (2021), “Mental rehearsal as a method of mental training for young skiers”, *Socio-economic and humanitarian sciences, a collection of selected articles based on the materials of the International Scientific Conference*, St. Petersburg, pp. 22–23.

**Контактная информация:** zinovev\_na@voenmeh.ru

*Статья поступила в редакцию 23.12.2022*

УДК 796.06

### РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СИСТЕМЕ СОЦИАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГОСУДАРСТВА

*Анастасия Олеговна Алексина, кандидат экономических наук, доцент, Самарский государственный экономического университета, Самара; Антон Юрьевич Алексин, учитель, Академия для одаренных детей (Наяновой) Самара; Елена Михайловна Жедик, доцент, Самарский государственный технический университет, Самара*

#### Аннотация

Одним из главных вопросов современной социальной политики является выполнение показателей Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года. Данная политика государства направлена на реализацию Национального проекта «Демография» и предполагает реализацию шагов по укреплению здорового образа жизни и стимулированию рождаемости: формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, создание условий для занятий физической культурой и спортом, системную поддержку и повышение качества жизни граждан... Одним из важнейших этапов реализации Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 г. является дальнейший рост массовости занятий физической культурой и спортом населением страны до 75%. Авторы проанализировали данные литературных источников, основанных на статистических исследованиях кадрового потенциала в сфере физической культуры и спорта страны, факторов роста численности населения, регулярно занимающихся физической культурой и спортом. В статье показаны актуальные сложившиеся причины необходимости реализации данной стратегии, сделаны выводы, что несмотря на все социальные и экономические катаклизмы в мире политика Правительства России в данной сфере правильная, так как виден в 2022 г явный прирост общего количества занимающихся физической культурой и спортом.

**Ключевые слова:** стратегия развития физической культуры и спорта, кадровый потенциал, спорт, физическая культура, социально-экономические условия.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.01.p12-16

### DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN THE SYSTEM OF SOCIAL ACTIVITIES OF THE STATE

*Anastasia Olegovna Aleksina, the candidate of economical sciences, docent, Samara State University of Economics, Samara, Anton Yuryevich Aleksin, the teacher, Academy for Gifted Children (Nayanova), Samara; Elena Mikhailovna Zhedik, the docent, Samara State Technical*