

Денисенко // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 7. – С. 2–6.

3. Анализ динамики и структуры заболеваемости спортсменов сборных команд Москвы по результатам углубленного медицинского обследования / В.А. Бадтиева, Е.А. Теняева, Н.В. Сичникова, Е.А. Турова [и др.] // Спортивная медицина. – 2022. – № 3. – С. 24–30.

4. Галстян А.Г. Некоторые показатели функционального и физического состояния организма юных спортсменов / А.Г. Галстян, А.Д. Минасян // Медицинская наука Армении НАН РА. – 2018. – Т. 58, № 3. – С. 29–41.

5. Чекалова Н.Г. Физическое развитие и функциональные резервы студентов вузов. Методы исследования и оценки / Н.Г. Чекалова. – Нижний Новгород: 2017. – 65 с.

6. Врачебный контроль в физической культуре: учебное пособие / Е.Е. Ачкасов, С.Д. Руненко, О.А. Султанов, Е.В. Машковский. – Москва : ГЭОТАР-МЕДИА, 2019. – 121 с.

7. Вагин Ю.Е. Вегетативный индекс Кердо: роль исходных параметров, области и ограничения применения / Ю.Е. Вагин, С.М. Деунежева, А.А. Хлытина // Физиология человека. – 2021. – № 1 (47). – С. 31–42.

8. Гаврилова Е.А. Вариабельность ритма сердца и спорт / Е.А. Гаврилова // Физиология человека. – 2016. – № 5(42). – С.121–129.

9. Криволапчук И.А., Факторная структура функционального состояния мальчиков 13-14 лет / И.А. Криволапчук, М.Б. Чернова // Физиология человека. – 2017. – № 2 (43). – С.43.

REFERENCES

1. Artemenkov, A.A. (2006), “Dynamics of vegetative functions during adaptation to physical loads”, *Theory, and practice of physical culture*, No. 4, pp. 61–62.

2. Vysochin, Yu.V. and Denisenko, Yu.P. (2002), “Modern ideas about the physiological mechanisms of the urgent adaptation of the body of athletes to the effects of physical activity”, *Theory, and practice of physical culture*, No. 7, pp. 2–6.

3. Badtieva, V.A., Tenyaeva, E.A., Sichnikova, N.V. Turov, E.A. et.al. (2022), “Analysis of the dynamics and structure of morbidity among athletes of the Moscow national teams based on the results of an in-depth medical examination”, *Sports medicine*, No. 3, pp. 24–30.

4. Galstyan, A.G. and Minasyan, A.D. (2018), “Some indicators of the functional and physical state of the body of young athletes”, *Medical Science of Armenia NAS RA*, No. 3 (58), pp. 29–41.

5. Chekalova, N.G. (2017), Physical development and functional reserves of university students. *Methods of research and evaluation*, Nizhny Novgorod.

6. Achkasov, E.E., Runenko, S.D., Sultanova, O.A. and Mashkovsky E.V. (2019), *Medical control in physical culture*, GEOTAR-MEDIA, Moscow:

7. Vagin, Yu.E. (2021), “Vegetative Kerdo index: the role of initial parameters, areas and limitations of application”, *Human Physiology*, No. 1 (47), pp. 31–42.

8. Gavrilova, E.A. (2016), “Heart rate variability and sports”, *Human Physiology*, No. 5 (42), pp.121–129.

9. Krivolapchuk, I.A. and Chernova, M.B. (2017), Factor structure of the functional state of boys aged, *Human Physiology*, No. 2 (43), pp.43.

Контактная информация: svetlana@khramtsova.info

Статья поступила в редакцию 19.02.2023

УДК 796.011.3

ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ РОССИЙСКИХ И КИТАЙСКИХ СТУДЕНТОК НА СОРЕВНОВАНИЯХ ПО ЧИРЛИДИНГУ

Цао Жотин, аспирант, **Ольга Владимировна Тимофеева**, кандидат педагогических наук, доцент, *Российский университет дружбы народов, г. Москва*; **Татьяна Ивановна Эпп**, кандидат педагогических наук, доцент, *Омский государственный педагогический университет, Омск*

Аннотация

Статья посвящена исследованию психоэмоционального состояния в период соревновательной деятельности студенток сборных команд по чирлидингу Российского университета дружбы

народов (город Москва) и Хэнаньского университета (КНР, город Кайфэн). При этом, российские студентки в течение учебного года многократно участвовали в физкультурно-показательных выступлениях на соревнованиях различных видов спорта, китайские же студентки в период подготовки не принимали участия в подобных мероприятиях. В результате констатируется, что психоэмоциональное состояние российских студенток как до, так и после выступлений имеет достоверные различия в сравнении со сборной командой из Китая.

Ключевые слова: физическое воспитание, психоэмоциональное состояние, студентки, чирлидинг, самочувствие, активность, настроение.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.02.p503-507

PSYCHOLOGICAL STATE OF RUSSIAN AND CHINESE FEMALE STUDENTS AT CHEERLEADING COMPETITIONS

Cao Zhotin, the post-graduate student, Olga Vladimirovna Timofeeva, the candidate of pedagogical sciences, docent, RUDN University, Moscow; Tatiana Ivanovna Epp, the candidate of pedagogical sciences, docent, Omsk State Pedagogical University

Abstract

The article is devoted to the study of the psycho-emotional state during the period of competitive activity of female students of the national cheerleading teams of the Peoples' Friendship University of Russia (Moscow city) and Henan University (PRC, Kaifeng city). At the same time, Russian students during the academic year repeatedly participated in physical culture and demonstration performances at competitions in various sports, while Chinese students did not take part in such events during the preparation period. As a result, it was stated that the psycho-emotional state of Russian students both before and after the performances has significant differences in comparison with the national team from China.

Keywords: physical education, psycho-emotional state, female students, cheerleading, well-being, activity, mood.

ВВЕДЕНИЕ

В любом виде спорта развитие и совершенствование физических качеств, техники движений спортсменов, а также тактическая и психологическая подготовка являются неразделимыми факторами, определяющими результативность не только тренировочного процесса, но и выступлений на соревнованиях. Рационально выстроенная психологическая подготовка предполагает, в том числе, умение контролировать спортсменами свое психоэмоциональное состояние во время состязаний, психологически настроиться и выступить уверенно, показав на высоте все свои возможности.

Чирлидинг – массовый вид спорта, сочетающий силу, красоту, динамичность, а командные выступления на соревнованиях демонстрируют точность и синхронность выполнения программ [5, 6]. В настоящее время этот вид двигательной активности популярен в студенческой среде, выступления спортсменов-чирлидеров включены в программу соревнований высших учебных заведений во многих странах мира, в том числе, в России и Китае [4, 5].

Правильно выстроенный тренировочный процесс подготовки студенческой команды является общепризнанным средством профилактики стрессовой напряженности учебной деятельности, а также положительно влияет на адаптацию организма к повышению физических нагрузок и оптимизирует функциональное состояние [1, 3].

При подготовке студенческих спортивных команд по чирлидингу значительное время уделяется физической подготовке, технике и синхронности движений, при этом, как правило, психологической подготовке уделяется мало времени. Поэтому изучение вопросов управления психоэмоциональным состоянием спортсменов-чирлидеров в период участия в соревнованиях является актуальным.

Цель исследования – изучить различие психоэмоционального состояния российских и китайских студенток команд по чирлидингу в период соревновательной деятельности.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании приняли участие студентки сборных команд по чирлидингу Российского университета дружбы народов (г. Москва) ($n=32$) и студентки Хэнаньского университета (КНР, г. Кайфэн) ($n=32$). Для исследования психоэмоционального состояния студенток в период соревнований использовался опросник САН, который позволяет оперативно оценить самочувствие, активность и настроение респондентов [1, 2]. Опрос проводился во время проведения ежегодных студенческих соревнований университетов городов Москва и Кайфэн, во второй половине учебного года. Стоит отметить, что в течение учебного года процесс подготовки российской и китайской сборных по чирлидингу имел некоторые отличия. В учебно-тренировочный процесс российской сборной были включены физкультурно-показательные выступления в формате «группы поддержки» на студенческих соревнованиях различных видов спорта. Китайская же сборная не участвовала в физкультурно-показательных выступлениях, а планомерно готовилась к самому важному спортивному старту в учебном году.

Оценка достоверности различий между средними значениями определялась с использованием t – критерия Стьюдента для несвязанных выборок при уровне значимости ($P<0,05$), как принято в педагогических исследованиях. Математико-статистический анализ результатов исследований проводился на персональном компьютере типа IBM с помощью пакета анализа Microsoft Excel.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

На этапе констатирующего эксперимента был проведен опрос российских и китайских студенток сборных команд по чирлидингу с использованием методики САН для сравнения дифференцированной самооценки самочувствия, активности, настроения до и после выступления на соревнованиях. Анализируя данные опроса студенток российской сборной определено, что все средние оценки выше 5 баллов и только показатель активности до соревнований – 4,8 (таблица). Такие результаты свидетельствуют об общем позитивном, уверенном и активном психоэмоциональном состоянии студенток российской команды в период соревновательной деятельности.

Таблица – Результаты исследования психологического состояния российских и китайских студенток сборных команд по чирлидингу до и после выступлений на соревнованиях

Показатели	Время исследования	Россия ($n=32$)	P_0	Китай ($n=32$)	P_0	P_0
		$\bar{X} \pm m$		$\bar{X} \pm m$		
Самочувствие	До	5,2 $\pm$ 1,4	<0,05	3,7 $\pm$ 1,9	>0,05	<0,05
	После	5,6 $\pm$ 1,7		3,4 $\pm$ 1,3		<0,01
Активность	До	4,8 $\pm$ 2,6	<0,05	3,8 $\pm$ 0,3	<0,05	<0,05
	После	5,1 $\pm$ 0,8		4,6 $\pm$ 1,7		<0,05
Настроение	До	5,6 $\pm$ 2,8	>0,05	3,6 $\pm$ 1,1	>0,05	<0,05
	После	5,8 $\pm$ 1,9		3,8 $\pm$ 1,2		<0,01

Примечание: 1 – тестирование до начала эксперимента; 2 – тестирование после проведения эксперимента; n – объем выборки; P_0 – достоверность различия конечных величин; $\bar{X} \pm m$ – средняя арифметическая величина и средняя ошибка среднего арифметического.

Сравнивая результаты теста САН в российской сборной до выступления и после зафиксированы достоверные изменения психоэмоционального состояния показателей самочувствия и активности ($P<0,05$) в сторону повышения, в значении показателя настроения достоверных различий не выявлено.

Анализируя данные опроса студенток китайской сборной в период соревнований выявлено, что средняя оценка 4,6 балла выявлена только в показателе настроения после соревнований, все остальные оценки ниже 4. Полученные результаты указывают на общее не благоприятное психоэмоциональное состояние студенток китайской команды, которое характеризует неуверенность в своих силах, дискомфорт и психоэмоциональную напряженность. Также выявлено достоверное изменение, но только в одном показателе

активности ($P<0,05$), в других – достоверных различий не выявлено.

Сравнивая данные теста САН российской и китайской сборной до выступления определено достоверное различие по всем трем показателям – самочувствия, активности, настроения ($P<0,05$). После выступлений картина средних значений показателей дифференцированной самооценки в российской и китайской сборной по чирлидингу поменялась в сторону повышения, таким образом, было констатируется достоверное увеличение ($P<0,01$) в показателях самочувствия на 6,2% и настроения на 7,4%, в показателе активности достоверность осталась на том же уровне 2% ($P<0,05$).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

При исследовании психоэмоционального состояния российских и китайских студенток сборных команд по чирлидингу констатируется, что психоэмоциональное состояние российских студенток как, до так и после выступлений имеет достоверные различия в сравнении со сборной командой Китая. Полученные данные указывают на то, что в период соревновательной деятельности российская команда находилась в позитивном, уверенном и активном психоэмоциональном состоянии по сравнению с китайской командой. По нашему мнению, такие результаты были достигнуты благодаря многократному участию российской сборной команды по чирлидингу в физкультурно-показательных выступлениях. Эти мероприятия способствовали укреплению стрессоустойчивости студенток, увеличению опыта выступлений перед зрителями, умению взаимодействовать в командных двигательных действиях и вносили разнообразие в процесс спортивной подготовки. В связи с чем, российская сборная на соревнованиях чувствовала себя оптимистично, уверенно, активно, это позволило студенткам показать все сильные стороны своей физической подготовленности и продемонстрировать яркое выступление команды в целом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бубнова С.В. Сравнительный анализ эмоциональных состояний студентов различных направлений подготовки в период адаптации к обучению в вузе / С.В. Бубнова, М.Д. Коновалова // Сб. стат. науч. Междун. Форума (Саратов, 27-28 февраля 2020 г.). Саратов : Издательство: СНИГУ им. Н.Г. Чернышевского, 2020. – С. 163–170.
2. Кабачкова А.В. «Самочувствие-активность-настроение» студентов-первокурсников при посещении занятий по физическому воспитанию / А.В. Кабачкова // Теория и практика физической культуры. – 2015. – №7. – С. 29–31.
3. Корнилова В.Н. Адаптация студентов-первокурсников к обучению в вузе через средства физической культуры и спорта / В.Н. Корнилова, Л.А. Прокопенко // Международный журнал экспериментального образования. – 2014. – № 7-1. – С. 50–51.
4. Коростелева Е.Н. Чирлидинга как путь повышения мотивации к занятиям спортом студенческой молодежи // Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов: материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 85-летию КНИТУ-КАИ. – Казань : Фолиант, 2016. – С. 133–136.
5. Тимофеева О.В. Повышение эффективности физического воспитания студенток на основе использования физкультурно-показательных выступлений : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Тимофеева Ольга Владимировна. – Омск, 2010. – 24 с.
6. Эпп, Т.И. Средства совершенствования компонентов согласованности двигательных действий в командных программах чирлидинга / Т.И. Эпп, Г.Н. Пшеничникова, Ю.В. Коричко // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2017. – № 3. – С. 37–39.

REFERENCES

1. Bubnova, S.V. and Konovalova, M.D. (2020), "Comparative analysis of the emotional states of students in various areas of training during the period of adaptation to study at a university", *Collection of articles of scientific International Forum, Saratov, 27-28 February 2020*, Publishing house: SNIGU name of N.G. Chernyshevsky, Saratov, pp. 163–170.
2. Kabachkova, A.V. (2015), "Well-being-activity-mood" of first-year students when attending physical education classes", *Theory and practice of physical culture*, No. 7, pp. 29–31.

3. Kornilova, V.N. and Prokopenko, L.A. (2014), “Adaptation of first-year students to study at the university through the means of physical culture and sports”, *International Journal of Experiential Education*, No. 7-1, pp. 50–51.
4. Korosteleva, E.N. (2016), “Cheerleading as a way to increase students' motivation to go in for sports», Physical education and student sports through the eyes of students”: *materials of the II All-Russian scientific and practical conference with international participation*, dedicated to the 85th anniversary of KNRTU-KAI, Kazan: Foliant, pp. 133–136.
5. Timofeeva, O.V. (2010), *Increasing the effectiveness of female students' physical education based on the use of physical culture demonstration performances*, dissertation Omsk.
6. Epp, T.I., Pshenichnikova, G.N. and Korichko, U.V., (2017), “Means of improving the components of coordination of motor actions in cheerleading team programs», *Physical culture: upbringing, education, training*, , No. 3, pp. 37–39.

Контактная информация: eppti@mail.ru

Статья поступила в редакцию 16.02.2023

УДК 796.011.3

ДИВЕРСИФИКАЦИЯ СПОРТИВНОГО КЛУБА КАК ОСНОВА ЕГО ИНТЕГРАЦИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ СИСТЕМУ

Марина Геннадьевна Шарина, кандидат биологических наук, доцент, Анатолий Павлович Ларионов, старший преподаватель, Николай Геннадьевич Анфилатов, старший преподаватель, Владислав Анатольевич Рассамыхин, старший преподаватель, Тюменский индустриальный университет, Тюмень

Аннотация

В нашей статье была поставлена цель – обосновать диверсификацию спортивного клуба Тюменского индустриального университета как основу его интеграции в образовательную систему. Было выявлено, что на предприятия спорт-индустрии воздействуют различные факторы, поэтому, для их развития требуется грамотная диверсификация. За объект исследования был взят спортивный клуб Тюменского государственного университета. Мониторинг контингента клуба показал, что большая часть посетителей приходится на долю студентов (86%). Остальную часть (14%) составляют сотрудники и простые граждане. Были намечены пути дальнейшего развития спортивного клуба, такие как расширение сферы услуг и усиленная работа по привлечению новых и удержанию старых клиентов.

Ключевые слова: диверсификация, студент, образование, интеграция, спортивный клуб.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.02.p507-510

DIVERSIFICATION OF A SPORTS CLUB AS A BASIS FOR ITS INTEGRATION INTO THE EDUCATIONAL SYSTEM

Marina Gennadyevna Shargina, the candidate of biological sciences, docent, Anatoly Pavlovich Larionov, the senior teacher, Nikolay Gennadievich Anfilatov, the senior teacher, Vladislav Anatolyevich Rassamakhin, the senior teacher, Tyumen Industrial University

Abstract

In our article, the goal was to justify the diversification of the Tyumen Industrial University sports Club as the basis for its integration into the educational system. It was revealed that various factors affect the enterprises of the sports industry, therefore, competent diversification is required for their development. The sports club of Tyumen State University was taken as the object of the study. Monitoring of the club's contingent showed that most of the visitors are students (86%). The rest (14%) are employees and ordinary citizens. The ways of further development of the sports club were outlined, such as the expansion of the service sector and increased work to attract new and retain old customers.

Keywords: diversification, student, education, integration, sports club.