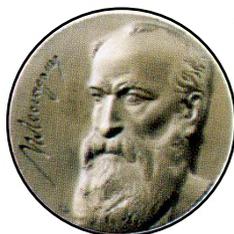


**НАЦИОНАЛЬНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА и ЗДОРОВЬЯ
имени П.Ф. ЛЕСГАФТА, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**



Научно-теоретический журнал
УЧЕНЫЕ ЗАПИСКИ УНИВЕРСИТЕТА
имени П.Ф. Лесгафта
№ 12 (214) – 2022 г.

Санкт-Петербург
2022

Научно-теоретический журнал
«Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта», № 12 (214) – 2022 год.
Журнал основан в 1944 году

Зарегистрировано в Министерстве по делам печати, телерадиовещания и СМК РФ.
Рег. номер ПИ № ФС77-24491 от 22 мая 2006 г.

Перерегистрировано в Федеральной службе по надзору в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного наследия Рег. номер ПИ № ФС77-60293 от 19 декабря 2014 г.

ISSN 1994-4683. Подписной индекс 36621.

Журнал зарегистрирован в БД **Ulrich's Periodicals Directory** (<http://www.ulrichsweb.com>).

Учредитель: ФГБОУ ВО «**Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург**». DOI: 10.34835

Scientific theory journal
"Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta", No. 12 (214) – 2022.
The journal was founded in 1944

ISSN_p 1994-4683, ISSN_e 2308-1961. A subscription index 36621.

It has been registered in **DB Ulrich's Periodicals Directory** (<http://www.ulrichsweb.com>).

The founder: **The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg**. DOI: 10.34835

Редакционная коллегия / Journal editorial board

Главный редактор / Head editor

д.п.н., профессор ЧИСТЯКОВ В.А. (Санкт-Петербург, РФ)

Члены редакционной коллегии / Members of editorial board

д.психол.н., профессор АШАНИНА Е.Н. (Россия)

д.п.н., профессор БАКУЛЕВ С.Е. (Россия)

д.психол.н., д.м.н., профессор БЕЛОВ В.Г. (Россия)

д.психол.н., профессор БУТОРИН Г.Г. (Россия)

д.психол.н., профессор ГОРБУНОВ Г.Д. (Россия)

д.п.н., профессор ГОРЕЛОВ А.А. (Россия)

д.психол.н., профессор ГОРЕЛОВА Г.Г. (Россия)

д.м.н., профессор ДЕМЧЕНКО Е.А. (Россия)

член-корр. РАО, д.п.н., профессор ЕВСЕЕВ С.П. (Россия)

д.п.н., профессор ЗАКИРЬЯНОВ К.К. (Казахстан)

член-корр. РАН, д.м.н., профессор КОНРАДИ А.О. (Россия)

д.п.н., профессор КУЛЬНАЗАРОВ А.К. (Казахстан)

д.п.н., профессор МОКЕЕВ Г.И. (Россия)

д.психол.н., профессор НЕДБАЕВА С.В. (Россия)

д.п.н., профессор ПОНОМАРЕВ Г.Н. (Россия)

д.психол.н., д.м.н., профессор РЫБНИКОВ В.Ю. (Россия)

д.психол.н., профессор СЕРОВА Л.К. (Россия)

академик РАН, д.м.н., профессор Шляхто Е.В.

MD, PhD, Professor Van ZWIETEN K.J. (Belgium)

© Национальный государственный университет
физической культуры, спорта и здоровья имени
П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 2021

Адрес редакции:

190121, ул. Декабристов, 35, Санкт-Петербург, «НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

тел.: +7(921)893-05-36. email: chistiakov52@mail.ru

Электронная версия журнала: <http://lesgaft-notes.spb.ru>

Contact us: Lesgaft University, 190121, Dekabristov street, 35, St. Petersburg, Russian Federation, tel.: +7(921)893-05-36. <mailto:chistiakov52@mail.ru>

Electronic version of journal: <http://lesgaft-notes.spb.ru>

Номер подписан в печать 2022.12.31

2. Мотивационное отношение студенток к здоровому образу жизни и выполнению испытаний ГТО / Н.Н. Безноско, Н.И. Синявский, А.В. Фурсов, Н.Н. Нацаренус // *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.* – 2022. – № 3. – С. 34–36.

3. Вашляева И.В. Исследование мотивационных факторов к занятиям физической культуры и спортом студенток / И.В. Вашляева, Н.Н. Шуралева, И.С. Кудрявцев // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2022. – № 9 (211). – С. 53–56.

4. Морев Д.Г. Влияние комплекса ГТО на мотивацию занятий спортом у молодежи / Морев Д.Г., Марченко И.Н. // *Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России.* – 2021. – № 4 (92). – С. 209–214.

5. Самостоятельная физкультурно-спортивная деятельность молодежи в условиях досуга в аспекте социологического анализа / Л.Г. Пашченко, О.А. Чуенко, Н.В. Матюнина, А.С. Хорькова // *Теория и практика физической культуры.* – 2022. – № 7. – С. 47–49.

6. Синявский Н.И. Исследование отношения студенток к здоровому образу жизни на основе реализации комплекса ГТО / Н.И. Синявский, А.В. Фурсов // *Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях. Материалы Международной научно-практической конференции.* – Чебоксары-Ташкент, – 2022. – С. 190–196.

REFERENCES

1. Andreenko, T.A. and Sitnikova, M.I. (2019), "Research of interests and attitudes to physical culture and sports of university students ", *Science-2020*, No. 2 (27), pp. 28–30.

2. Beznosko, N.N. Sinyavsky, N.I., Fursov, A.V. and Natsarenus, N.N. (2022), "Motivational attitude of students to a healthy lifestyle and the performance of GTO tests ", *Physical culture: upbringing, education, training*, No. 3, pp. 34–36.

3. Vashlyaeva, I.V., Shuraleva, N.N. and Kudryavtsev, I.S. (2022), "The study of motivational factors for physical education and sports of students ", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 9 (211), pp. 53–56.

4. Morev, D.G. and Marchenko, I.N. (2021), "The influence of the TRP complex on the motivation of sports among young people ", *Bulletin of the St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia*, No. 4 (92), pp. 209–214.

5. Paschenko, L.G. Chuenko, O.A., Matyunina, N.V. and Khorkov, A.S. (2022), "Independent physical culture and sports activity of youth in leisure conditions in the aspect of sociological analysis ", *Theory and practice of physical culture*, No. 7, pp. 47–49.

6. Sinyavsky, N.I. and Fursov, A.V. (2022), "Research of students' attitude to a healthy lifestyle based on the implementation of the GTO complex ", *Actual problems of physical culture and sports in modern socio-economic conditions. Materials of the International Scientific and Practical Conference*, Cheboksary-Tashkent, pp. 190–196.

Контактная информация: nsin1967@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 23.12.2022

УДК 796.853.26

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ПЕРЕКРЕСТНЫХ ВЫСТУПЛЕНИЙ ПО КУМИТЭ И КАТА НА СОРЕВНОВАНИЯХ КИОКУСИНКАЙ

Константин Владимирович Белый, кандидат педагогических наук, Заслуженный тренер России, Главный аналитик, Институт научных исследований, цифровых, инновационных и аналитических технологий. Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

Актуальность. В киокусинкай широко применяются т.н. «традиционные» подходы к подготовке спортсменов, в которых особая роль отводится изучению и практике ката – канонизированным формальным техническим комплексам, которые часто декларируются как универсальный комплексный метод тренировки, а эффективное использование ката предполагается для всех разделов

подготовки. Однако особая роль практики ката в спортивной подготовке киокусинкай и ее влияние на результаты выступлений в кумитэ научно не подтверждена. Методика. Были проанализированы протоколы крупных всероссийских соревнований последних лет (11 среди детей и 6 среди взрослых), в программу которых были включены и раздел кумитэ, и раздел ката. Анализировалось количество спортсменов, выступавших в кумитэ и в ката, и результативность выступлений в обоих разделах сразу и по отдельности. Результаты. Получен ряд числовых результатов, позволяющих сделать вывод, что одновременная подготовка и к кумитэ, и к ката вредит результативности в обоих разделах (как минимум, для возрастных групп с ограничением верхней границы возраста). Тезис об эффективности ката, как «универсального средства подготовки», в том числе и для кумитэ, не подтверждается, по крайней мере, в отношении подготовки спортсменов высокого уровня. Выдвинуто предположение, что навыки, развиваемые при тренировке ката, прямо не влияют на результативность в кумитэ.

Ключевые слова: киокусинкай, каратэ, ката, кумитэ, результативность.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2022.12.p61-67

PERFORMANCE OF CROSS PARTICIPATION IN KUMITE AND KATA KYOKUSHIN COMPETITIONS

Konstantin Vladimirovich Belyi, the candidate of pedagogical sciences, honored coach of Russia, chief analyst, Institute of Scientific Research, Digital, Innovative and Analytical Technologies, Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract

Introduction. Kyokushin widely uses the so-called "traditional" approaches to the training of athletes, in which the special role is given to the study and practice of kata - canonized formal technical complexes, which are often declared as a universal integrated training method, and the effective use of kata is assumed for all sections of training. However, the special role of kata practice in Kyokushin sports training and its influence on the results of performances in kumite has not been scientifically confirmed. Methodology. The protocols of major all-Russian Kyokushin competitions of recent years (11 among children and 6 among adults) were analyzed, the program of which included both the kumite section and the kata section. The number of athletes who performed both in kumite and kata, and the effectiveness of performances, both in both sections at once and separately, were analyzed. Results. A number of numerical results have been obtained, allowing us to conclude that the simultaneous preparation for both kumite and kata harms performance in both sections (at least for age groups with a restriction on the upper age limit). The thesis about the effectiveness of kata as a "universal means of training", including for kumite, is not confirmed, at least in relation to the training of high-level athletes. It has been suggested that the skills developed during kata training do not directly affect the performance in kumite.

Keywords: kyokushin, karate, kumite, kata, performance.

ВВЕДЕНИЕ И АКТУАЛЬНОСТЬ

В киокусинкай до настоящего времени очень широко применяются т. н. «традиционные» подходы к подготовке спортсменов, уходящие корнями в систему передачи традиции, свойственную японским единоборствам, и не направленные на спортивную подготовку. В такой системе особая роль отводится изучению и практике ката – канонизированным формальным техническим комплексам, которые известный методист и практик каратэ Ю. Орлов описывает как «строго регламентированные упражнения, представляющие собой комбинации приемов защиты и нападения, выполняемые по определенным траекториям и в точно установленной последовательности, и имитирующие реальный бой за жизнь с несколькими противниками, из которого выполняющий ката выходит победителем» [7, С. 37].

О. Захаров и М. Ингерлейб рассматривают ката как универсальное средство тренировки [4, С. 49], и выделяют восемь психолого-педагогических аспектов ката: дыхательный, идеомоторный, исторический, обучающий, психотренирующий, рекреационно-

реабилитационный, саморегуляторный, символический [4, С. 45-46]. П. Ермаков отмечает, что «ката как психомоторная тренировка позволяют поддерживать высокую физическую форму в условиях отсутствия соревновательной практики в годовом тренировочном цикле» [5, С. 6]. Также, ката часто придается некий эзотерический смысл, как средству «активной медитации, каналам для подключения к энергоинформационному полю воинской традиции, источнику вдохновения и озарений... важнейшему инструменту приобщения к традиции и средству самопознания» [9, С. 43]. На основании такого широкого восприятия ката этот раздел тренировочной работы часто декларируется как универсальный комплексный метод тренировки, а эффективное использование ката предполагается для всех разделов подготовки: физической, технико-тактической, прикладной, психической и др. (например, [7, С. 37]). Однако особая роль практики ката в спортивной подготовке киокусинкай и ее влияние на результаты выступлений в кумитэ научно не подтверждена.

Оценка ката как уникальной и высшей формы обучения в киокусинкай сомнительна, хотя бы по той причине, что арсенал техники в ката значительно отличается от имеющегося в спортивном киокусинкай, а сама она выполняется в условной форме. Кроме того, киокусинкай – контактное единоборство, а, значит, требует высокой степени развития таких качеств как сила и выносливость, и их специализации, что плохо соотносится с ката. Президент одной из международных организаций киокусинкай Х. Рояма писал: «Если заниматься одним только изучением ката, будешь вкладывать силу не в те моменты, когда нужно» [3, С. 33].

МЕТОДИКА

В работе проводился статистический анализ перекрестного выступления спортсменов в рамках одних соревнований в разделах кумитэ (поединок) и ката, и результативность таких выступлений. В рамках исследования были проанализированы протоколы крупных всероссийских соревнований киокусинкай последних лет, в программу которых были включены и раздел кумитэ, и раздел ката.

Аналізу подверглись:

- 6 всероссийских соревнований 12–17 лет в рамках Всероссийский юношеских игр РСБИ (АКР, 2016–2022 гг, исключая 2020 г);
- 2 первенства России 12–17 лет (ИКО, 2021-2022 гг);
- 2 первенства России 12–17 лет (ВКО, 2018-2019 гг);
- 2 чемпионата России (ИКО, 2021-2022 гг);
- 3 чемпионата России (ВКО, 2018–2020 гг);
- 1 Кубок России (ИКО, 2021 г)/

Анализ проводился по двум направлениям:

- анализ количества спортсменов, выступавших как в кумитэ, так и в ката (только в индивидуальной дисциплине), и их результативность по разделам – совокупно по чемпионатам, кубкам, первенствам России и Играм 2019 года (раздельно по возрастным категориям);
- анализ количества спортсменов, завоевавших призовые места в обоих разделах сразу – и в кумитэ, и в ката (только в индивидуальной дисциплине) – совокупно по всем указанным выше турнирам (раздельно по возрастным категориям).

АНАЛИЗ КОЛИЧЕСТВА ВЫСТУПЛЕНИЙ

В совокупности в рассмотренных турнирах приняли участие в кумитэ 2856 спортсменов и 1014 спортсменов, а в ката – 576 и 358 соответственно. На рисунке приведены доли участников в обоих разделах: 1) от всех участников; 2) от участников по кумитэ; 3) от участников по ката для спортсменов (а) и спортсменок (б).

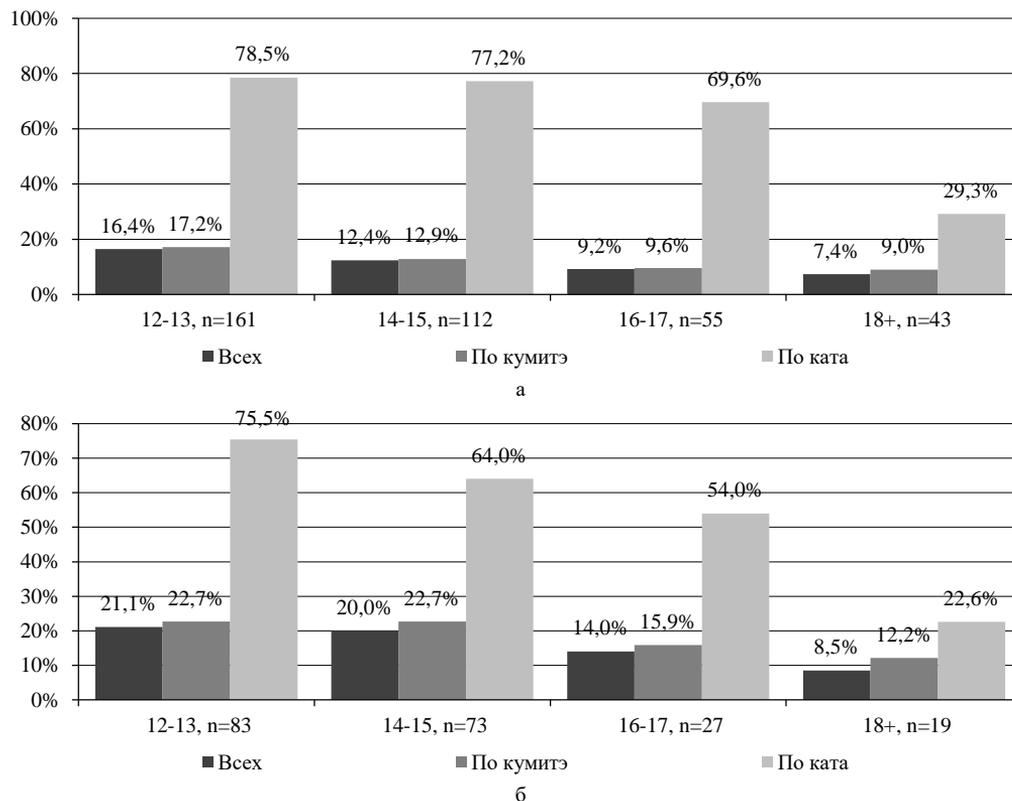


Рисунок – Доли участников обоих разделов по различным группам (а – спортсмены, б – спортсменки)

Как хорошо видно, в младших возрастах среди участников по ката доля спортсменов, выступающих в двух разделах сразу, велика (до 78,5%). Это может являться следствием того, что на начальных этапах подготовки специализация еще не так велика, как и риск возможных травм из-за недостаточной подготовки к кумитэ, а техническая подготовка, которой на этих этапах уделяется много времени, является базовой для выступления и в кумитэ, и в ката.

Однако, налицо явный тренд снижения с увеличением возраста доли спортсменов, участвующих в двух разделах сразу. Падение от младшей возрастной группы к старшей составляет примерно 2,6 раза для кумитэ и 3,3 раза для ката! Мы объясняем это тем, что одновременная специализированная подготовка и в кумитэ, и в ката для спортсменов высокого уровня практически невозможна из-за объективной нехватки времени, в отличие от спортсменов начальных этапов подготовки. Также, существенно повышается риск травм из-за недостаточной подготовленности к поединку. Кроме того, в процессе тренировок постепенно выявляются предрасположенности спортсмена к большему прогрессу в том или иной разделе подготовки, и с течением времени большинство спортсменов выбирают специализацию – кумитэ или ката.

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ПО РАЗДЕЛАМ

Общая результативность выступления оценивалась по количеству призовых мест (их долям) хотя бы в одной дисциплине, завоеванных спортсменами, выступающими в обоих разделах, и их последующему соотношению с долями призовых мест в целом по турнирам (таблица 1).

Таблица 1 – Результативность в одном из разделов

Возраст, лет	Все участники				Участники в обоих разделах		
	Кумитэ		Ката		Кумитэ + ката	Кумитэ	Ката
	Кол-во	Доля призеров	Кол-во	Доля призеров	Кол-во	Доля призеров	Доля призеров
Спортсмены							
12-13	935	13,5%	205	7,3%	161	7,5%	5,0%
14-15	867	15,9%	145	10,3%	112	17,0%	7,1%
16-17	574	20,7%	79	19,0%	55	18,2%	18,2%
18+	480	16,3%	147	12,2%	43	20,9%	7,0%
Спортсменки							
12-13	366	27,3%	110	13,6%	83	16,9%	10,8%
14-15	322	24,5%	114	13,2%	73	19,2%	5,5%
16-17	170	34,7%	50	30,0%	27	25,9%	22,2%
18+	156	40,4%	84	21,4%	19	42,1%	10,5%

Как хорошо видно, доли призеров среди спортсменов, выступающих в двух разделах сразу, ниже средних долей призеров среди всех участников (кроме юношей 14-15 лет и взрослых в кумитэ, где есть незначительное повышение). Можно сделать вывод, что одновременная подготовка и к кумитэ, и к ката вредит результативности в обоих разделах (как минимум, для возрастных групп с ограничением верхней границы возраста).

Мы предлагаем следующее объяснение этому результату. Большинство спортсменов имеет выраженную специализацию в одном разделе (кумитэ или ката), а второй раздел тренируют факультативно, используя базу «основного». В случае если базой выбирается кумитэ, основной упор в подготовке делается на специальную подготовку и развитие силы и специальной выносливости, поскольку, как показывали исследования автора [1, С. 43–71], роль физической подготовки в киокусинкай чрезвычайно велика, а поединок проходит на пределе физиологических возможностей. Однако, углубленное развитие специальных качеств, силы и выносливости, скорее всего, вредит развитию быстроты, ловкости и гибкости в силу хорошо исследованного эффекта негативного переноса двигательных действий и взаимного лимитирующего влияния развития одних физических качеств на другие [6]. А это напрямую влияет на результативность в ката. Если же базой выбирается ката, то спортсмен испытывает значительный недостаток в развитии силы и выносливости, поскольку, как показало другое исследование автора [2], физическая нагрузка при тренировке ката не обеспечивает повышения тренированности в части выносливости (для развития силы это очевидно).

Другие же навыки, приобретаемые в процессе специализированных тренировок по ката, оказываются неэффективными для повышения результативности в кумитэ, так как технические действия, используемые в ката, имеют кардинальные отличия от технических действий в кумитэ. Т. е. необходима отработка двух различных технических баз, а при этом, во-первых, проявляется эффект негативного переноса двигательных действий, а, во-вторых, на это требуется значительное время. Таким образом, попытка совмещения специализации в двух разделах приводит к падению результативности в каждом из них.

Тот факт, что небольшой рост результативности в кумитэ у взрослых сопровождается существенным падением результативности в ката, говорит, что тезис об эффективности ката, как «универсального средства подготовки», в том числе и для кумитэ, не подтверждается, по крайней мере, в отношении спортивной подготовки спортсменов высокого уровня. Если бы результативность в кумитэ увеличивалась именно из-за роли ката, то ожидался бы и рост результативности в ката. Однако результаты доказывают обратное – рост результативности в кумитэ приводит к падению результативности в ката, что означает, что повышение результативности, скорее всего, связано именно с большей специализацией взрослых спортсменов в кумитэ и развитием таких качеств и навыков, которые вредят специализации в ката. То, что это проявляется у взрослых спортсменов, является следствием того факта, что «чем ниже уровень развития физических качеств,

тем теснее положительная взаимосвязь между ними, и наоборот, чем выше уровень развития физических качеств, тем слабее положительные взаимосвязи и более возможно возникновение отрицательного переноса» [8, С. 15]. Очевидно, что для спортсменов уровня чемпионата России характерен очень высокий уровень развития физических качеств.

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ В ОБОИХ РАЗДЕЛАХ

Всего во всех указанных турнирах было разыграно 1427 призовых мест в кумитэ и 227 в ката, при этом призеров, завоевавших места как в кумитэ, так и в ката было всего 33 человека, что составляет 14,5% от максимально возможного результата (равного количеству призовых мест в ката). При этом у взрослых спортсменов случаев результативности в обоих разделах был только один! Полные результаты приведены в таблице 2.

Таблица 2 – Результативность в двух разделах

Возраст, лет	Спортсмены-призеры				Спортсменки-призерки			
	Кумитэ	Ката	В обоих разд.	Доля (от ката)	Кумитэ	Ката	В обоих разд.	Доля (от ката)
12-13	266	32	4	12,5%	215	32	11	34,4%
14-15	286	32	5	15,6%	159	32	3	9,4%
16-17	244	31	5	16,1%	116	32	4	12,5%
18+	78	18	0	0,0%	63	18	1	5,6%
ВСЕГО	874	113	14	12,4%	553	114	19	16,7%

Как хорошо видно, доля призеров в обоих разделах везде менее 16%, кроме одного выпадающего значения у девушек 12-13 лет. Это выпадение может объясняться тем, что в младшем возрасте физическая составляющая именно у девушек играет пока еще незначительную роль, а существенный вклад в результативность и в кумитэ, и в ката играет техника. У юношей физическая подготовка играет важную роль в любом возрасте, что проявляется в близких значения результативности в кумитэ и ката, как и у девушек в старших возрастных группах. Практически полное отсутствие результативности одновременно в обоих разделах у взрослых спортсменов объясняется описанными выше причинами и высокой специализацией спортсменов высокого уровня.

ВЫВОДЫ

В исследовании получены следующие основные результаты:

- в категориях с ограничением верхней границы возраста в разделе ката доля спортсменов, выступающих в двух разделах сразу, велика (до 78,5%);
- установлен тренд снижения доли спортсменов, участвующих в двух разделах сразу, с увеличением возрастной группы (падение доли от младшей группы к старшей составляет 2,6 раза в кумитэ и 3,3 раза в ката);
- доли призеров среди спортсменов, выступающих в двух разделах, ниже долей призеров среди всех участников (кроме юношей 14-15 лет, кумитэ);
- небольшой рост результативности в кумитэ у взрослых сопровождается существенным падением результативности в ката;
- установлено практически полное отсутствие результативности одновременно в обоих разделах у взрослых спортсменов.

Полученные результаты позволяют сделать вывод, что одновременная подготовка и к кумитэ, и к ката вредит результативности в обоих разделах (как минимум, для возрастных групп с ограничением верхней границы возраста). Тезис об эффективности ката, как «универсального средства подготовки», в том числе и для кумитэ, не подтверждается, по крайней мере, в отношении подготовки спортсменов высокого уровня. Можно сделать предположение, что навыки, развиваемые при тренировке ката, прямо не влияют на результативность в кумитэ.

ЛИТЕРАТУРА

1. Белый К.В. Маневрирование в киокусинкай : монография / К.В. Белый. – Москва : Спорт, 2020. – 200 с.
2. Белый К.В. Частота сердечных сокращений при исполнении ката киокусинкай / К.В. Белый // Боевые искусства и спортивные единоборства : наука, практика, воспитание: материалы V Всероссийской науч. - практ. конф. с международным участием. – Москва : Лица, 2020. – С. 77–81.
3. Горбылев А.М. Становление Кёкусинкай / А.М. Горбылев // Додзё. Боевые искусства Японии, 2002. – Специальный выпуск «Божественный кулак Ояма Масутацу». – С. 22–33.
4. Захаров О.Ю. Психолого-педагогические особенности обучения формальным упражнениям в контактных единоборствах / О.Ю. Захаров, М. Б. Ингерлейб // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2017. – № 15/1. – С. 42–53.
5. Захаров О.Ю. Ката. Традиции и инновации / О.Ю. Захаров – Москва : Кредо, 2021. – 176 с.
6. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена : основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский. – 4-е изд. – Москва : Спорт, 2019. – 200 с.
7. Орлов Ю.Л. Анализ критериев и технология экспертной оценки участников аттестационных семинаров и соревнований по ката в каратэ / Ю.Л. Орлов // Додзё. Воинские искусства Японии. – 2001. – № 7. – С. 37–39.
8. Степанов С.В. Программа по кекусин-каратэ и производных дисциплин по единоборствам / С.В. Степанов, Е.В. Головихин. – Екатеринбург, 2006. – 114 с.
9. Таниюшкин, А.И. Кекусинкай – духовная воинская традиция: альбом : учебное пособие / А.И. Таниюшкин, В.П. Фомин. – Москва, 1999. – 156 с.

REFERENCES

1. Bely, K.V. (2020), *Maneuvering in kyokushinkai*, Sport, Moscow.
 2. Bely, K.V. (2020), “Heart rate when performing kata kyokushinkai”, *Martial arts and martial arts: science, practice, education, proceedings of V All-Russian sc.-pr. conf. with int. participation*, Lika, Moscow, pp.77–81.
 3. Gorbylev, A.M. (2002), “Becoming of the Kyokushinkai”, *Dojo. Martial arts of Japan*, special issue. “God Fist Oyama Masutatsu”, pp.22–33
 4. Zaharov, O.Yu. and Ingerleib, M.B. (2017), “Psychological and pedagogical features of teaching formal exercises in contact martial arts”, *North Caucasian Psychological Bulletin*, No. 15/1, pp.42–53.
 5. Zaharov, O.Yu. (2021), *Kata. Tradition and innovation*, Credo, Moscow.
 6. Zatsiorsky, V.M. (2019), *Physical qualities of an athlete: the basics of the theory and methods of education*, Sport, Moscow.
 7. Orlov, Yu.L. (2001), “Analysis of criteria and technology of expert evaluation of participants in attestation seminars and competitions in kata in karate”, *Dojo. Martial arts of Japan*, No. 7, pp.22–33
 8. Stepanov, S.V and Golovikhin, E.V. (2006), *Kyokushin Karate and Derivative Martial Arts Program*, Ekaterinburg.
 9. Taniushkon, A.I. and Fomin, V.P. (1999), *Kyokushinkai - spiritual martial tradition*, Moscow
- Контактная информация:** snekot@gmail.com

Статья поступила в редакцию 09.12.2022

УДК 796.011:378

**СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК
СТУДЕНТОВ РАЗЛИЧНЫХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ**

Александр Сергеевич Болдов, кандидат педагогических наук, доцент, Константин Борисович Илькевич, кандидат педагогических наук, профессор, Галина Семеновна Афонина, старший преподаватель, Марат Ринатович Шакиров, преподаватель, Московский государственный психолого-педагогический университет, Москва

СОДЕРЖАНИЕ

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ	3
Абдулаев Э.К., Блинова А.В., Пустуев А.А., Алексеев М.В. Влияние занятий по пляжному регби на работоспособность студентов	3
Аксенова А.Н., Перегудова Н.В. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студентов I - IV курса в зависимости от возраста и пола	6
Алексеева Н.Д., Зиновьев Н.А., Смирнов А.С., Кабардина А.С. Применение игровых упражнений для развития физических способностей юных горнолыжников	12
Алексеева С.В., Антипина Ю.В. Исследование влияния комплекса статодинамических упражнений и миофасциального релиза на физическое состояние студентов специальной медицинской группы	15
Алиев Э.Г. Всероссийские юношеские лиги – действенный инструмент повышения качества подготовки спортивного резерва в мини-футболе(футзале)	20
Амбарцумян Н.А., Аршинник С.П., Гилдаш М.В., Горенюк И.С., Пушкарный М.Ю. Взаимосвязь качества выполнения нормативов ВФСК ГТО с показателями физической активности подростков 11-12 лет	24
Андрианова Р.И., Кабанова И.А., Воронина А.В., Леньшина М.В. Факторный анализ основных игровых показателей в баскетболе 3х3	31
Андрианова Р.И., Кабанова И.А., Реутин Т.В., Леньшина М.В. Результативность бросков и значимость атак с дальней дистанции в баскетболе 3х3 на основе анализа выступления элитных спортсменов	35
Анненко И.Ю., Макаров Ю.М. Модификации техники передачи мяча линейному игроку в гандболе	38
Артамонова Т.В., Рубцова Н.О., Лысюк А.С. Воспитание координационных способностей у юных пловцов с задержкой психического развития на этапе начальной спортивной подготовки по программе специальной олимпиады	44
Бакшина А.И., Эпов Е.К. Перспективы развития фототуризма как вида активного отдыха в Хабаровском крае	48
Бардамов Г.Б., Тагангаева Н.А. Толмачев Г.Ф. Развитие силовых качеств в процессе физического воспитания	52
Безноско Н.Н., Синявский Н.И., Фурсов А.В., Солдатенков Ф.Н. Отношение студентов к занятиям физической культурой и спортом в педагогическом вузе	57
Белый К.В. Результативность перекрестных выступлений по кумитэ и ката на соревнованиях киокусинкай	61
Болдов А.С., Илькевич К.Б., Афонина Г.С., Шакиров М.К. Сравнительный анализ функциональных характеристик студентов различных профессиональных ориентаций	67
Болтенко А.П. Современные тренды в дополнительном физическом образовании	72
Бортникова Л.В., Наговицын Р.С. Спортивно-массовая работа российских вузов как средство адаптации иностранных студентов	77
Борцова А.Н., Лавриненко Д.Ф., Лапшин И.А., Сорокин Д.В. Дистанционное обучение физической культуре студентов академии гражданской защиты МЧС России	80
Бызов Е.А., Рямова К.А. Силовая гимнастика в поддержании двигательной подготовленности студентов специальной медицинской группы	85
Васельцова И.А., Бродецкий А.Б., Поляков А.А. Развитие силовых способностей студентов железнодорожных вузов в процессе профессионально-прикладной физической подготовки	90
Вдовина В.В., Смирнова Д.К. Совершенствование системы физкультурно-спортивной работы с гражданами пожилого возраста на уровне субъекта Российской Федерации (Хабаровский край)	93
Винокурова Н.А. Национальные виды спорта и народные игры на уроках «физическая культура» как основа подготовки к участию ВФСК ГТО	98
Витман Д.Ю., Купченко А.В., Сыс Т.С., Ожиганова М.В. Управление технико-тактической деятельностью спортсменов в баскетболе 3х3 с использованием современных информационных технологий	102
Витушкин А.В., Юрков М.Н. Метод организации обучения стрельбе курсантов вузов ФСИН на основе методик подготовки спортсменов-стрелков	107