

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



**Научно-теоретический журнал
УЧЕНЫЕ ЗАПИСКИ УНИВЕРСИТЕТА
имени П.Ф. Лесгафта
№ 2 (228) – 2024 г.**

Санкт-Петербург
2024

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта

Научно-теоретический журнал

Основан в 1944 году

Зарегистрировано в Министерстве по делам печати, телерадиовещания и СМИ 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>),
РИНЦ (https://elibrary.ru/title_about_new.asp?id=25203).

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

Главный редактор – ПЕТРОВ С.И., кандидат психологических наук, доцент (Санкт-
Петербург, РФ)

Члены редакционной коллегии:

Алехин А.Н. д-р мед. наук, профессор
Аршинова В.В. д-р психол. наук, профессор
Двейрина О.А. д-р пед. наук, профессор
Евсеев С.П. д-р пед. наук, профессор
Евсеева О.Э. д-р пед. наук, профессор
Закревская Н.Г. д-р пед. наук, профессор
Ирхин В.Н. д-р пед. наук, профессор
Колесов В.И. д-р пед. наук, профессор
Крылов А.И. д-р пед. наук, профессор
Курамшин Ю.Ф. д-р пед. наук, профессор

Лубышева Л.И. д-р пед. наук, профессор
Макаров Ю.М. д-р пед. наук, профессор
Марищук Л.В. д-р психол. наук, профессор
Медведева Е.Н. д-р пед. наук, профессор
Петров С.И. канд. психол. наук, доцент
Пономарев Г.Н. д-р пед. наук, профессор
Родыгина Ю.К. д-р мед. наук, профессор
Терехина Р.Н. д-р пед. наук, профессор
Храмов В.В. д-р пед. наук, профессор

Ответственный редактор – д-р пед. наук, проф. Закревская Н.Г.

Контакты:

Адрес редакции: 190121, ул. Декабристов, 35, Санкт-Петербург, «НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», тел.: +7(812) 714-23-92. email: uchzapiski@lesgaft.spb.ru

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

Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta Scientific theory journal

The journal was founded in 1944

ISSN 1994-4683, ISSN 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.

Contact us: Lesgaft University, 190121, Dekabristov street, 35, St. Petersburg, Russian Federation,
tel.: +7(812) 714-23-92.
email: uchzapiski@lesgaft.spb.ru

2024, № 2 (228)

Подписано в печать 30.01.2024

© Национальный государственный
Университет физической культуры,
спорта и здоровья имени
П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 2024

Верстка и дизайн Кравцова С.Г.

Формат 60x84/8. Объем _____ печ. л. Тираж 1000. Печать цифровая. Отпечатано в типографии _____

СОДЕРЖАНИЕ

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Абрамов И.А., Ахатов А.М., Воложанина А.С., Землеухин И.А. Выступление спортсменов Республики Татарстан по борьбе на поясах и перспектива их подготовки на игры БРИКС	7
Алиева В.З., Бойко Н. А. Исследование режима дня и двигательной активности студентов вуза специальной медицинской группы.....	12
Ашмарин Д.В., Ашмарин И.Д. Анализ голевых ситуаций в женском мини-футболе.....	17
Белый К.В. Структура контроля в системе спортивной подготовки в единоборствах	21
Биндусов Е.Е., Коваленко В.Е., Куксинова В.В. Характеристика параметров тренировочного процесса юных гимнастов в подготовительном мезоцикле.....	26
Витун Е.В., Витун В.Г. К вопросу о необходимости взаимодействия дисциплины «Физическая культура» с другими учебными дисциплинами.....	30
Волохин М.К., Соловарова Е.В., Шулико Ю.В. Особенности техники работы с одной ноги в подготовке скалолазов.....	34
Гамидуллаев Р.И. Методическое обеспечение повышения профессиональной подготовленности сотрудников полиции.....	38
Глубокий В.А., Платонов Л.А., Кузьмин С.С. Особенности проведения выездных занятий по огневой подготовке с сотрудниками органов внутренних дел Российской Федерации.....	42
Григан С.А., Бельмач В.А. Влияние применения информационных технологий на физическую активность студентов технического вуза.....	46
Давыденко М.Р., Монахова Е.Г., Коровина К.А. Влияние занятий баскетболом на психофизические функции сотрудников уголовно исполнительной системы.....	50
Донцов А.А. Педагогическая подготовка в системе повышения квалификации в образовательных организациях МВД России.....	54
Звягинцев М.В. О влиянии на профессиональное становление сотрудника уголовно-исполнительной системы средств формирования профессиональной спортивной культуры личности.....	58
Зуйкова Е.Г., Бушма Т.В., Бондарчук И.Л., Липовска А.Ю., Волкова Л.М., Пахомов Ю.М. Мотивация студентов к обучению в вузе и к занятиям физической культурой.....	62
Иванова Л.А., Сафиуллин К.Х., Селезнев А.А., Казакова О.А. Особенности оказания физкультурно-спортивных услуг населению.....	66
Исмиянов В.В., Изотова И.И., Чмаркова Е.Г., Рыбина Л.Д. Спортивно-патронатное воспитание и социализация детей, оставшихся без попечения родителей в России.....	71
Калина И.Г., Галимова О.Н., Айдаров Р.А. Значимость технической подготовки в повышении результативности выполнения студентами беговых нормативов.....	76
Карнова С.Н. Факторы, влияющие на выбор организационно-методического обеспечения высококвалифицированных пловчих-стайеров	81
Ковтун Р.И., Сливак А.Ю. Модельные показатели дифференцированной физической возможности женщин зрелого возраста.....	84
Кортава Ж.Г., Заплатина Н.Ю. Технология выполнения силовых упражнений школьниками в квазизотоническом режиме на занятиях по физическому воспитанию.....	87
Костина Е.А. Изменения соматического здоровья студентов-первокурсников в процессе физического воспитания в период адаптации к системе высшего профессионального образования.....	91
Кохно В.О. Применение нейронных сетей в подготовке юных хоккеистов.....	95
Кузекевич В.Р., Русаков А.А., Богатова И.И. Формирование универсальной игровой компетентности у студентов профиля «Физическая культура».....	100
Мазуренко Е.А., Савченко Е.В. Отличительные черты женского баскетбола от мужского.....	105
Марнук С.А. Современные средства обучения в физическом воспитании студентов.....	109
Митенкова Л.В., Комиссарник К.М., Халилова Л.И., Иващенко В.П., Плотникова С.С. Сравнительный анализ частоты возникновения болей в спине в зависимости от физической активности...	114
Напалков К.С., Медведев В.Г. Разработка педагогической технологии повышения уровня технической подготовленности хоккеистов для эффективного мансардирования на льду.....	117
Никитушкин В.Г., Чесноков Н.Н., Мансуров Т.М. Особенности спортивной тренировки в игровых видах спорта на этапе начальной подготовки.....	122
Николаева И.В., Васильцова И.А., Борисов А.Я., Жмиров С.А. Характерные особенности приема подачи соперника в классическом волейболе.....	128
Омарова Р.М., Гареева А.С. Влияние разработанной методики совершенствования парного взаимодействия на показатели результативности соревновательной деятельности танцоров 14-15 лет в танце рumba.....	133
Осипенко Е.В., Чжан Шисяо. Применение методики развития силовых качеств у младших школьников 9–10 лет.....	137
Питкин В.А. Оценка физической подготовленности девушек волейболисток сборной Краснодарского краевого базового медицинского колледжа.....	142

УДК 796.853.26

Структура контроля в системе спортивной подготовки в единоборствах

Белый Константин Владимирович, кандидат педагогических наук

Аннотация. В современных спортивных единоборствах достижение высокой результативности невозможно без контроля (тестирования, мониторинга, анализа) большого количества параметров: как психофизиологических, так и показателей тренировочного процесса и соревновательной деятельности. Цель представленного в статье исследования – анализ проблематики и систематизация имеющихся подходов к системе контроля в процессе подготовки в единоборствах на примере киокусинкай. Необходимость обеспечения разносторонней подготовленности спортсмена, высокая интенсивность поединка и плотный соревновательный график в киокусинкай делают роль контроля в процессе подготовки очень существенной, а потому показательной. Разработанная авторами структура имеет широкие возможности адаптации для других видов единоборств и позволяет без внесения существенных корректировок наполнить систему подробным методическим и нормативным содержанием.

Ключевые слова: киокусинкай, каратэ, единоборства, спортивная подготовка, тренировочный процесс, контроль, мониторинг.

Structure of control in the system of sports training in martial arts

Bely Konstantin Vladimirovich, candidate of pedagogical sciences

Abstract. In modern combat sports, achieving high performance is impossible without control (testing, monitoring, analysis) of a large number of parameters: both psychophysiological and indicators of the training process and competitive activity. The purpose of the study – to analyze the problems and systematize the existing approaches to the control system during the training process in martial arts using the example of kyokushinkai. The need to ensure the sportsmen's versatile preparedness, the high intensity of the fight and the busy competitive schedule in kyokushinkai make the role of control in the preparation process very significant, and therefore indicative. The developed structure has wide adaptation possibilities for other types of martial arts, and allows you to fill the system with detailed methodological and normative content without making significant adjustments.

Keywords: kyokushinkai, karate, martial arts, sports training, training process, control, monitoring.

ВВЕДЕНИЕ. В современных спортивных единоборствах, включая киокусинкай, достижение высокой результативности невозможно без контроля (тестирования, мониторинга, анализа) большого количества параметров: как психофизиологических, так и показателей тренировочного процесса и соревновательной деятельности. Результаты подобного мониторинга информативны сами по себе, кроме того, на основе собранных в процессе мониторинга и тестирования данных могут разрабатываться модельные характеристики подготовки спортсмена, что предлагается Методическими рекомендациями Минспорта [1].

Особая роль системы контроля заключается в обеспечении обратной связи между другими элементами системы многолетней подготовки. Отсутствие описания таких механизмов является распространенной проблемой различных систем

многолетней подготовки [2]. Другим проблемным моментом является отсутствие четкой структуры контроля в системе многолетней подготовки.

Для киокусинкай эта проблема впервые описана автором в монографии [3]. Необходимость обеспечения разносторонней подготовленности спортсмена, высокая интенсивность поединка и плотный соревновательный график в киокусинкай делают роль контроля в процессе подготовки очень существенной. Это позволяет проанализировать общие подходы к системе контроля на примере именно этого вида спорта как показательного, тем более что это направление в киокусинкай разработано слабо. В настоящей работе предпринята попытка структуризации всех основных элементов системы контроля на примере киокусинкай.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Создание структуры любой системы подразумевает описание элементов системы, упорядочивание их, описание связи между этими элементами, в том числе создание иерархии элементов.

Основными элементами системы контроля являются *виды, формы, объекты и методы* контроля. Каждый из этих элементов имеет внутреннее содержание, требующее иногда дополнительной структуризации.

К традиционным видам контроля в спорте принято относить педагогический (тренерский), психологический, врачебный контроль и самоконтроль. Современный спорт высших достижений также требует физиологического и биохимического контроля.

Формами контроля в современном спорте являются *этапный, межэтапный, текущий и оперативный* контроль [4 – 6].

Объектами контроля в спорте являются [2, 4 – 7]:

- уровень развития физических качеств;
- физическое состояние спортсмена;
- психологическое состояние спортсмена;
- показатели тренированности;
- текущая и суммарная нагрузка;
- уровень подготовленности;
- соревновательная деятельность.

В киокусинкай из этих позиций тренеры регулярно (этапно), как правило, контролируют только первую, в части силовых показателей, гибкости, координации, что учитывается в дальнейшей работе. Контролем тренированности и нагрузки занимаются единицы наиболее опытных тренеров. Контроль соревновательной деятельности в киокусинкай не ведется совсем, хотя именно он в большой степени позволяет оценить технико-тактическую подготовленность спортсменов. Однако результаты функционирования системы контроля наиболее эффективно проявляются при комплексном ее внедрении, обеспечивающем обратную связь между результатами и всеми элементами системы подготовки. **Принцип всесторонности** контроля в системе многолетней подготовки является базовым для достижения максимальной результативности в современном спорте, отличающемся выходом к пределам человеческих возможностей. Отсутствие комплексности в системе контроля в киокусинкай и некоторых других видах единоборств может объясняться отсутствием ясной и понятной структуры этой системы.

Виды, формы и объекты контроля носят общий характер для большинства видов спорта. Специфика же вида спорта проявляется в основном в **методах и средствах** контроля. Для многих видов спорта методы и средства контроля хорошо разработаны как в методическом, так и технологическом плане, однако в киокусинкай эта работа находится в начальном состоянии. В частности, этой теме посвящен большой ряд работ автора, в которых применительно к киокусинкай были разработаны и адаптированы показатели специальной выносливости и тренировочной нагрузки, разработаны индикаторы эффективности соревновательной деятельности, в т.ч. в практику введен коэффициент эффективности $K_{\text{э}}$ технико-тактических действий, проведены исследования по контролю технико-тактической подготовленности спортсменов на основании результатов анализа соревновательной деятельности, исследована применимость некоторых специальных средств контроля для оценки нагрузки и других показателей [3, 8, 9].

Структура контроля в системе подготовки. По результатам анализа была разработана структура контроля в системе спортивной подготовки в единоборствах на примере киокусинкай (рис. 1). Как отмечалось, в целом эта структура применима к большинству видов спорта – специфика киокусинкай проявляется в наборе средств и методов контроля.



Рисунок 1 – Структура системы контроля в единоборствах на примере киокусинкай.

Как видно, формы, виды и группы объекты контроля как единое целое связаны между собой **непосредственными связями**, т.е. такими, которые устанавливают иерархию между элементами и создают зависимость функционирования одного элемента от результатов функционирования другого. В то же время, отдельные объекты контроля и использующиеся в них методы контроля связаны друг с другом, в основном, **косвенными связями**, то есть такими, которые оказывают влияние на функционирование элементов, но без жесткой зависимости между ними. Косвенные связи системы не являются принципиальными для работы системы контроля и отражают, в основном, специфику вида спорта.

ВЫВОДЫ. В результате работы для единоборств на примере киокусинкай:

1. Определены принципы, лежащие в основе разработки системы контроля в системе многолетней подготовки.
2. Определены формы, виды, объекты и методы контроля.
3. Структурированы и установлены иерархические связи между элементами системы контроля.
4. Разработано графическое описание структуры системы контроля в системе многолетней подготовки.

Разработанная структура имеет широкие возможности адаптации для других видов единоборств и позволяет без внесения существенных корректировок наполнить систему подробным методическим содержанием.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Методические рекомендации по разработке научно-обоснованных модельных характеристик подготовки спортсмена по виду спорта, имеющим прикладное значение : утверждено Министерством спорта Российской Федерации 03.07.2020 : Письмо Министерства спорта РФ от 8 июля 2020 г. №02-5-10/6164 – 2020. URL: https://fcpsr.ru/sites/default/files/2022-05/modelnye_kharakteristiki_metodrekomendacii_podpisannye_o.v._matycinym.pdf (дата обращения: 15.01.2024).
2. Озолин Н. Г. Современная система спортивной тренировки. Москва : Физкультура и спорт, 1970. 478 с.
3. Белый К. В. Система многолетней подготовки в киокусинкай. Спорт и традиции : монография. Москва : Спорт, 2023. 226 с. : ил.
4. Озолин Н. Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. Москва : АСТ, 2011. 864 с.
5. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. Москва : Советский спорт, 2005. 820 с.
6. Павлов С. Е., Павлов А. С. , Павлова Т. Н. Современные технологии подготовки спортсменов высокой квалификации. 2 изд., дораб. и доп. Москва : Изд. «ОнтоПринт», 2020. 300 с.
7. Иссурин В. Б. Подготовка спортсменов XXI века : научные основы и построение тренировки. Москва : Спорт, 2016. 464 с. : ил.
8. Белый К. В. Применение показателей специальной выносливости и тренировочной нагрузки в киокусинкай // Вестник спортивной науки. 2023. № 1. С. 12–15.
9. Белый К. В. Индикаторы эффективности соревновательной деятельности в киокусинкай // Ученые записки Университета имени П.Ф. Лесгафта. 2022. № 10 (212). С. 28–31.

REFERENCES

1. Ministry of Sports of the Russian Federation (2020), Methodological recommendations for the development of scientifically based model characteristics of training an athlete in a sport that have practical significance: Approved by the Ministry of Sports of the Russian Federation 07/03/2020: Letter of the Ministry of Sports of the Russian Federation dated July 8, 2020, №02-5-10/6164.
2. Ozolin N. G. (1970), Modern system of sports training, Physical culture and sport Publ., Moscow.
3. Bely K. V. (2023), The system of long-term training in Kyokushin. Sports and traditions : monograph, Sport Publ., Moscow.

4. Ozolin N. G. (2011), Coach's handbook. The science of winning, AST Publ., Moscow.
5. Platonov V. N. (2005), System of training athletes in Olympic sports. General theory and its practical applications, Soviet Sport Publ., Moscow.
6. Pavlov S. E. (2020), Modern technologies for training highly qualified athletes, 2nd ed., revised. and additional, Publishing House «OntoPrint», Moscow.
7. Issurin V. B. (2016), Training of athletes of the XXI century: scientific foundations and construction of training, Sport Publ., Moscow.
8. Bely K. V. (2023), Application of indicators of special endurance and training load in Kyokushin, Bulletin of sports science. № 1, pp. 12–15.
9. Bely K. V. (2022), “Indicators of the effectiveness of competitive activity in Kyokushinkai”, Scientific notes of the P.F. Lesgaft University, No 10 (212), pp. 28–31.