
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КУРСАНТОВ

Кандидат педагогических наук Д. Н. Абрамов

Военно-космическая академия имени А.Ф.Можайского,

Российская Федерация,

г. Санкт-Петербург

Соискатель Р. А. Микоян

Военный университет имени В. Саргсяна, г. Ереван,

Республика Армения

Ключевые слова. Физическая культура, физическая подготовка, военно-профессиональная деятельность, курсант, физические качества.

Актуальность. В настоящее время далеко не все вопросы военно-профессиональной деятельности курсантов нашли должное отражение в проведенных исследованиях, в практической работе кафедр физической подготовки. Весьма ограничено количество научно-методических работ, устанавливающих роль физической культуры и спорта в становлении и совершенствовании качеств личности, необходимых будущему офицеру.

Задачи. В связи с небольшим количеством работ в сфере влияния физической культуры и спорта на становление, а так же совершенствование качеств личности будущего офицера, перед нами была поставлена задача установить их воздействию на уровень военно-профессиональной деятельности.

Методы. Исследованы и обобщены литературные источники. В ходе проверки выявлен уровень физической подготовки, а так же военно-профессиональной деятельности курсантов контрольной и экспериментальной групп. Произведен педагогический научный эксперимент.

Результаты. Под наблюдением находились группы курсантов не занимающихся и занимающихся физической культурой и спортом вне учебной программы. По мере повышения спортивного мастерства занимающихся собиралась информация в учебно – боевой и общественной деятельности курсантов обеих групп.

Научно-теоретические предпосылки применения различных подходов к проведению физической подготовки с курсантами вузов Министерств обороны лежат в теории физической подготовки.

Хрестоматийным в теории физической подготовки курсантов вузов Министерств обороны и Российской Федерации и Республики Армении считается, что на начальных этапах тренировки развитие какого-либо физического качества одновременно обеспечивает развитие и других качеств, причем наибольший эффект генерализации характерен для развития силы, общей и скоростной выносливости[1].

Каждый курсант вуза по своей природе неповторим и имеет свои специфические особенности организма по адаптации к различным физическим нагрузкам. Поэтому, на наш взгляд, следует учитывать, на каком уровне находятся наиболее развитые физические качества.

В целом, в этом проявляется общий подход к организации процесса физической подготовки курсантов. Отметим, что в тренировочном процессе наиболее значимы такие элементы организации, как планирование и контроль над нагрузкой на занятиях по физической подготовке. Прежде всего, это связано с простотой содержательной стороны тренировки (контрольные упражнения) и необходимостью регулярной тренировки, направленной на совершенствование качественных индивидуальных особенностей двигательной деятельности каждого курсанта.

В последние годы значительное внимание уделяется процессу интенсификации процесса физической подготовки курсантов вузов. При этом широко используется тренировка в выполнении упражнения с высокой интенсивностью усилий. Однако следует помнить, что не все курсанты в состоянии осилить предлагаемые нагрузки. Это во многом определяется индивидуальным уровнем наиболее развитых физических качеств курсантов.

История физической культуры отражает специфическую сферу преобразования природы самого человека путём формирования все более совершенного организма, сознания, воли, а также развития соответствующих традиций, институтов и организаций.

Наш век-век значительных социальных, технических и биологических преобразований. Научно-техническая революция внесла в образ жизни человека наряду с прогрессивными явлениями и ряд неблагоприятных факторов, в первую очередь гиподинамию и гипокинезию, нервные и физические перегрузки, стрессы профессионального и бытового характера. Все это приводит к нарушению обмена веществ в организме, предрасположению к сердечно - сосудистым заболеваниям, избыточной массе тела и т. п. Влияние неблагоприятных факторов на состояние здоровья молодого организма настолько велико и объемно, что внутренние защитные функции организма не в состоянии с ним справиться. Опыт десятков тысяч людей, испытавших на себе воздействие такого рода неблагоприятных факторов, показывает, что лучшим противодействием им является регулярные занятия физическими упражнениями, которые помогают восстановлению и укреплению здоровья, адаптации организма к условиям внешней среды.

В процессе обучения следует постоянно выработать навыки здорового образа жизни. Необходимо помнить, что систематические занятия физической культурой и спортом сохраняют молодость, здоровье, долголетие, которому сопутствует творческий трудовой подъём. Соблюдение гигиенических норм, создание в воинских коллективах хорошего психологического климата – необходимые условия здорового образа жизни. Огромное значение имеет сознательное отношение к занятиям по физической подготовке [2].

В конечном итоге исследования показатели боевой подготовки, а так же успеваемости, общественной деятельности, дисциплины, ответственности, здоровья курсантов занимающихся спортом значительно превосходили показатели не занимающихся.

Многофункциональный характер физической культуры ставит ее в число общественно полезной деятельности, в которых формируются и проявляются социальная активность и творчество учащейся молодежи. Данные исследований позволяют утверждать, что навыки общественной и профессиональной деятельности, приобретенные благодаря занятиям физической культуры, успешно переносятся на другие виды деятельности.

Вывод. Подготовка курсантов к военно-профессиональной деятельности и поведению в экстремальных ситуациях – одна из важнейших задач системы физического воспитания. Методически правильное использование средств физической культуры и спорта укрепляет здоровье человека, повышает его работоспособность, способствует профилактике заболеваний и травматизма.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамов Д.Н., Методические подходы к совершенствованию процесса физической подготовки курсантов вузов МО РФ. Научный рецензируемый журнал «Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур». – 2015. – № 1 (28), (часть вторая, для служебного пользования) – С. 5-7.

2. Абрамов Д.Н., Педагогическое мастерство специалиста по физической культуре в решении профессионально-педагогических задач. «Социализация растущего человека в контексте прогрессивных научных идей XXI века: социальное развитие детей дошкольного возраста» // Сборник научных трудов I-ой всероссийской научно-практической конференции с международным участием / под. общ. ред. доцента Т.И. Никифоровой – Якутск., 2015. – С. 28-30.

ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ ԴԵՐԸ ԿՈՒՐՍԱՆՏՆԵՐԻ ՈՒՋՄԱՄԱՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ԸՆԹԱՑՔՈՒՄ Մ.գ.թ.Դ. Ն. Աբրամով, հայցորդ Ռ. Ա. Միկոյան ԱՄՓՈՓՈՒՄ

Առանցքային բաներ: Ֆիզիկական կուլտուրա, ֆիզիկական պատրաստություն, ռազմամասնագիտական գործունեություն, կուրսանտ, ֆիզիկական ընդունակություններ:

Ֆիզիկական կուլտուրայի բազմաֆունկցիոնալ բնույթը այն պիտանի հասարակական գործունեությունների շարքից է, որտեղ ձևավորվում են և ի հայտ են գալիս ուսանող երիտասարդության հասարակական ակտիվությունը և ստեղծագործական հատկանիշները:

Հետազոտությունների տվյալները թույլ են տալիս հաստատել, որ ֆիզիկական կուլտուրայով զբաղվելու ընթացքում ձեռք բերված հասարակական հմտությունները և արհեստավարժությունը հաջողությամբ կիրառվում են այլ բնագավառներում:

THE ROLE OF PHYSICAL PREPAREDNESS IN MILITARY-VOCATIONAL ACTIVITY OF CADETS

PhD D. N. Abramov, applicant R. A. Mikoyan

SUMMARY

Key words. Physical culture, physical preparedness, military-professional activity, cadet, physical abilities.

The multifunctional nature of physical culture is one of the useful social activities which form and manifest social activity and creativity of students.

The results of researches make it possible to confirm that the public skills and professionalism acquired through physical training, successfully are applied in other fields.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ И РЕАЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ЧЕМПИОНОВ, ПРИЗЕРОВ И ФИНАЛИСТОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В СТИЛЕ КРОЛЬ НА ДИСТАНЦИИ 100М. У ЖЕНЩИН, ОЛИМПИЙСКИХ ИГР 2016 Г.

К.п.н., доцент В.С.Автандиян. преподаватель Э. С. Асланян
Кафедра прикладных видов спорта

Ключевые слова. Олимпийские игры, прогнозирование, результат, призер, чемпион, финалист, динамика, пловец.

Актуальность. В последние десятилетия наиболее актуальны проблемы прогнозирования спортивных достижений и разработка методов получения прогнозных оценок. Этому уделяется все большее внимание, чему, без сомнения, способствует широкое внедрение в практику научно-исследовательской работы современных средств вычислительной техники и соответствующих прикладных программ, существенно ускоряющих обработку исследуемых данных.

Актуальность разработки проблемы прогнозирования на сегодняшнем этапе развития спорта обусловлена целым рядом обстоятельств: значительным повышением высших спортивных достижений и вследствие этого возрастанием конкуренции на международной спортивной арене, повышением неопределенности исходов борьбы между основными соперниками, нацеленности трени-

ровочной деятельности на достижение предполагаемых результатов.

Для осуществления прогнозирования необходимо тщательное изучение специфики вида спорта, основываясь на том, что все виды двигательной деятельности спортсмена находятся в органической взаимосвязи, составляя сложную динамическую систему взаимодействия структур и функций, обусловленную особенностями определенного вида спорта, предъявляющего специфические требования к двигательной деятельности. В.М.Дьячков подчеркивает, что для прогнозирования в том или ином виде спортивной специализации необходимо выявить комплекс требований, предъявляемых к данному виду спорта.

Цель настоящего исследования сводится к определению динамики результатов сильнейших пловцов женщин, специализирующихся на дистанции 100м. в способе кроль на груди на олимпийских играх 2004, 2008, 2012 гг. и на основании полученных данных спрогнозировать ожидаемый результат, вместе с тем сравнить реальные результаты с прогнозируемыми у чемпионов, призеров и финалистов олимпийских игр 2016 года для оценки точности прогнозируемого результата.

Задачи. 1. Спрогнозировать результаты чемпионов, призеров и финалистов на олимпийских играх 2016 г. на дистанции 100м. в способе кроль на груди у женщин.

2. Сравнить прогнозируемые результаты с реальными в плавании на дистанции 100м. кролем на груди у женщин, на олимпийских играх 2016 г..

В работе использовались следующие **методы исследования**: 1. Анализ и обобщение литературных источников. 2. Изучение соревновательных протоколов трёх (2004. 2008. 2012 гг.) олимпийских игр. 3. Метод прогнозирования соревновательных результатов /Э.М.Черкасов. 1983, Н.Ж.Булгакова, Э.Г.Мартиросов 1982, И.И.Филипов 1984/. 4. Метод математической статистики.

По В.М.Зациорскому (1969) прогнозирование зависит от многих причин, предугадать которые почти невозможно.

На динамику роста спортивных достижений в видах спорта с объективно измеряемыми результатами для прогнозирования ис-

пользуют метод уравнений регрессии. Используемый метод определяет наиболее вероятный спортивный результат, соответствующий тому моменту времени, для которого дается прогноз, вместе с тем можно рассчитать и стандартную ошибку прогноза. Подобная операция прогнозирования результатов называется экстраполяцией. Прогноз высших мировых достижений, равносильно предположению, что достижения будут расти в будущем примерно также, как они росли в прошлом. В нашей работе исследуемый промежуток времени равен восьми годам. Экстраполяция производится на основании восьми сильнейших пловцов-участников трёх последних олимпийских игр. Прогноз результатов победителей в 2016 году производится с меньшей вероятностью попадания в цель, причиной этого является резкое изменение методики подготовки спринтеров в последние 3 - 4 года и появлением большой группы одаренных молодых пловцов, от которых можно ожидать высоких спортивных результатов. Тем не менее этот прогноз можно считать допустимым, что доказывает только реальный результат олимпийских игр 2016 года.

Для проведенного нами исследования наиболее оптимальным вариантом прогнозирования является метод В.М.Зациорского (1969), где вычисление проводится по наибольшей выборке на максимальный промежуток времени

$$X_4 = \frac{(t_1 - t_2)z}{n}; t_3 - Z$$

X_4 – ожидаемый результат; t_1 – худший результат; t_2 – лучший результат; t_3 – последний результат; n – количество исследуемых, Z – разница худшего и лучшего результатов.

Исходя из результатов, показанных на трёх олимпийских играх с учетом минимально допустимых норм отклонения получаем прогнозируемые результаты олимпийских игр 2016г.: чемпионов – 52.78 ± 0.5 сек.; призёров – 52.37 ± 0.5 сек.; финалистов – 53.20 ± 0.5 сек. Реальные результаты показанные на олимпийских играх 2016г равны у чемпионов 52.70сек., призёров 52.79сек., финалистов 53.05сек..

По приведенным данным наблюдается факт почти 100% точности прогнозируемых результатов по всем исследуемым параметрам.

Выводы. 1. Прогнозные результаты равны у чемпионов – 52.78 ± 0.5 сек; у призёров – 52.37 ± 0.5 сек.; у финалистов – 53.20 ± 0.5 сек.

2. Реальные результаты олимпийских игр 2016 г. на дистанции 100м. у женщин равны у чемпионов – 52.70сек., у призёров – 52.79 сек.; у финалистов – 53.05сек.

3. По приведенным данным, с учетом норм допустимого отклонения, наблюдается факт почти 100% точности прогнозируемых результатов по всем исследуемым параметрам.

ЛИТЕРАТУРА

1. В.М.Дьячков, Совершенствование технического мастерства спортсмена. М.,Фис,1972,стр.230

2. Э.М.Черкасов., Методы прогнозирования спортивных достижений в олимпийских видах спорта. ВНИИФК. Автореф.канд.дисс., 22с.,1983.

3.. Н.Ж.Булгакова, Э.Г.Мартиросов. Прогноз спортивного результата в плавании. В кн. Тезисы всесоюзной конференции “Критика анатомопатологического контроля в спорте”, М.,1982, 32 с.

4.. В.М.Зациорский., Кибернетика, математика, спорт. М., ФиС, 1969. 199 с.

5..И.И.Филипов, математические аспекты прогнозирования спортивных достижений. М, ВНИИФК. 1984,с.15-17

2016թ. XXXI օլիմպիական խաղերի ԿԻՆ ՉԵՄՊԻՈՆՆԵՐԻ, ՄՐՑԱՆԱԿԱԿԻՐՆԵՐԻ ԵՎ ԵԶՐԱՓԱԿԻՉ ՓՈՒԼԻ ՄԱՍՆԱԿԻՑՆԵՐԻ ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԻ ԿԱՆԽԱՏԵՍՈՒՄԸ ԵՎ ՃՇԳՐԻՏ ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԸ 100Մ ԿՐՈԼ ԿՐԾՔԻ ՎՐԱ ԼՈՂԱՏԱՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆՈՒՄ

**Մ.գ.թ., ղոցենտ Վ.Ավթանդիլյան, դասախոս Է.Ասլանյան
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Կանխատեսում, արդյունք, օլիմպիական խաղեր, եզրափակիչ փուլ, մրցանակակիր, չեմպիոն,արդյունքների շարժ:

2004, 2008, 2012թթ. Օլիմպիական խաղերի արդյունքների շարժը՝ հետազոտված չափանիշերով եղել է բացարձակ դրական:

Համեմատելով կին լողորդների կանխատեսված և իրական արդյունքները 100մ կրոլ լողատարածությունում՝ ստանում ենք գրեթե 100% ճշգրտություն. չեմպիոնների մոտ կանխատեսված արդյունքը՝ 52.78 ± 0.5 վրկ., իրական արդյունքը՝ 52.70վրկ., մրցանակակիրներինը՝ 52.37 ± 0.5 վրկ. -52.79վրկ., եզրափակիչ փուլի մասնակիցներինը՝ 53.20 ± 0.5 վրկ.- 53.05 վրկ.:

FORECASTING AND REAL RESULTS OF CHAMPIONS, PRIZE WINNERS AND FINAL STAGE PARTICIPANTS, SPECIALIZING IN CRAWL STYLE AT 100 M DISTANCE AMONG WOMEN OF 2016 OLYMPIC GAMES

PhD, associate professor V.Avtandilyan, Lecturer E.Aslyan

SUMMARY

Key words. forecasting, result, Olympic games, champion, final stage, prize-winner, dynamics.

According to research standards the dynamics of the results of Olympic games in 2004. 2008. 2012 had been proved absolutely positive.

The foreseen results in comparison with the actual ones due to research criterion for 100m crawl-stroke female swimming had shown up 100% per cent precision champions foreseen result is 52.78 ± 0.5 seconds, the real result is 52.70seconds, prize-winners accordingly- 52.37 ± 0.5 seconds, 52.79 seconds Finalist 53.20 ± 0.5 seconds, 53.05 seconds.

ИЗМЕНЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СЕРДЕЧНОГО РИТМА У ЛИЦ С РАЗЛИЧНЫМ ТЕМПЕРАМЕНТОМ

*К.б.н., доцент А.Р.Агабабян, доцент К.Г. Даниелян,
к.б.н., доцент А.Н.Аракелян*

**Кафедра физиологии и спортивной медицины
Ереванский государственный университет**

Ключевые слова: вариабельность, ритм сердца, индекс напряжения, экстраверсия, симпатотония.

Исследованы показатели вариабельности сердечного ритма у испытуемых, отличающихся по степени экстраверсии при выполнении творческого задания. У испытуемых – интровертов обнаружено уменьшение значения индекса напряжения, свидетельствующее об усилении влияния парасимпатического отдела вегетативной

нервной системы. В отличие от них у испытуемых – экстравертов парасимпатический эффект не наблюдается.

Введение. Творчество в своей основе представлено механизмами сверхсознания, что имеет отношение к явлениям озарения, инсайта и основано на эмоциях и интуиции. Эмоциональное сопровождение творческого процесса является одной из причин того, что наряду с повышением активности мозга творческая деятельность оказывает влияние на регуляторные системы, работу сердца, на состояние организма в целом. Известно, что интеллектуальные процессы, в том числе связанные с творчеством, характеризуются определенным уровнем напряжения регуляторных механизмов и находят свое отражение в сдвигах различных вегетативных показателей [1], наиболее информативными среди которых являются показатели сердечно-сосудистой системы, отражающие энергетический аспект выполнения любого психического акта. Есть ряд работ, где показано изменение показателей сердечного ритма при различных видах деятельности: как физической, так и умственной [2]. Следует отметить, что характер изменений вегетативных реакций зависит от психологического восприятия ситуации, темперамента и особенностей личности, накладывающих отпечаток на физиологические функции и психоэмоциональную сферу человека [3]. Особенно тесно связаны с психоэмоциональной сферой такие показатели темперамента как экстраверсия-интроверсия. Однако вопрос о том, как меняются показатели сердечного ритма при творческой деятельности в зависимости от степени экстравертированности мало изучен. Вот почему мы задались целью исследовать как влияет выполнение творческого задания на изменения variability сердечного ритма у лиц, отличающихся по степени экстраверсии. Мы предположили, что темперамент (степень экстраверсии) является существенным фактором, влияющим на изменение индекса напряжения, отражающего в основном активность симпатического отдела вегетативной нервной системы. Из предложенной гипотезы вытекала задача определить изменения показателей variability сердечного ритма до и после решения творческой задачи вербального содержания с учетом личностных особенностей.

Для анализа вариабельности сердечного ритма как одного из самых мобильных и легко регистрируемых физиологических показателей системной деятельности человека, позволяющей оценить психофизиологическую напряженность и эмоциональное состояние, одним из наиболее популярных методов является метод вариационной пульсометрии, разработанный Р.М. Баевским.

Методика исследования. Исследования проведены на 18 практически здоровых испытуемых в возрасте 18-22 года. Испытуемые протестированы по многофакторному личностному опроснику Кеттела по фактору F_2 (интроверсия - экстраверсия).

Для выявления функционального состояния сердечно-сосудистой системы испытуемых регистрировали электрокардиограмму (ЭКГ) до и после решения творческой задачи (T_0 и T_1 соответственно). Для обработки ЭКГ применялся метод вариационной пульсометрии Р.М.Баевского [1]. Исследовали следующие статистические параметры сердечного ритма: индекс напряжения (ИН) регуляторных систем, отражающий степень централизации управления сердечным ритмом, индекс вегетативного равновесия ($ИВР = AM_0 / \Delta x$); вегетативный показатель ритма ($ВПР = 1 / \Delta x M_0$) и показатель адекватности процессов регуляции ($ПАПР = AM_0 / M_0$), где M_0 - мода, Δx - вариационный размах, AM_0 - амплитуда моды. Данные показателей сердечного ритма были подвергнуты статистическому анализу по T- тесту (в пакете статистических программ).

Результаты и их обсуждение. По степени экстраверсии испытуемые разделены на 2 группы: в группу I вошли испытуемые с выраженной экстраверсией (10 человек), во группу II – испытуемые с выраженной интроверсией (8 человек). Согласно результатам исследования у испытуемых группы I наблюдается тенденция к увеличению значения ИН на 37 усл. ед., значения ПАПР –на 103 усл. ед., и достоверное ($p < 0,05$) уменьшение значения ИВР на 62 усл.ед. по сравнению с исходным фоном. Вариабельность сердечного ритма у экстравертов сохранялась в пределах нормы. После решения творческой задачи у большинства испытуемых экстравертов наблюдалось наличие симпатического эффе́кта.

Анализ изменения параметров сердечного ритма у испытуемых группы II обнаружил, что после выполнения творческого зада-

ния значение ИН уменьшается на 62 усл.ед. ($p < 0,05$), ПАПР увеличивается на 32 усл. ед. на уровне тенденции, а значения ИВР и ВПР достоверно ($p < 0,05$) уменьшаются на 78 и 3 усл. ед. соответственно по сравнению с исходным фоном. Результаты проведенного исследования свидетельствуют о том, что у лиц с различным темпераментом сердечная деятельность по-разному реагирует на творческий процесс. Так, у испытуемых группы I с выраженной экстраверсией достоверных изменений сердечного ритма не наблюдается. В то время как у испытуемых группы II при решении творческой задачи имеет место понижение ИН, указывающее на нарастание парасимпатического влияния. Общеизвестно, что напряженная умственная деятельность сопровождается симпатическим эффектом. Однако осознанное творческое мышление как ориентировочно-исследовательская деятельность характеризуется падением ЧСС и понижением ИН, связанных с усилением парасимпатического эффекта, а также высвобождением холинергических веществ. Согласно некоторым авторам [4] падение ЧСС при умственной деятельности отмечается у лиц с низкими показателями подвижности нервных процессов, что характерно для выраженной интроверсии.

Таким образом, можно предположить, что творческий процесс благотворно влияет на сердечную деятельность лиц с выраженной интроверсией.

В то же время у лиц с выраженной экстраверсией парасимпатический эффект не наблюдается, что, по-видимому, связано с повышенной отвлекаемостью испытуемых-экстравертов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баевский Р.М., Физиология человека, 2002, Т.28, № 2, С.70-82.
2. Данилова Н.Н., Астафьев С.Г., ЖВНД, 1999, Т.49, № 3, С.28-35.
3. Коркушко О.В., Шатило В.Б. и др., Физиология человека, 1991, Т.17, №2, С. 31-40.
4. Щербатых Ю.В., Психологический журнал, 2002, Т.23, № 1, С. 118-122.

**ՄՐՏԻ ՌԻԹՄԻ ՓՈՓՈԽՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ՏԱՐԲԵՐ
ԽԱՌՆՎԱԾՔՈՎ ԱՆՁԱՆՑ ՄՈՏ
Կ.Գ.Թ., դոցենտ Հ.Ռ. Աղաբաբյան, դոցենտ Կ.Գ. Դանիելյան,
Կ.Գ.Թ., դոցենտ Ա.Ն. Առաքելյան
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Տատանողականություն, սրտի ռիթմ, լարվածության ցուցիչ, էքստրավերսիա, սիմպատոտոնիա:

Ստեղծագործական առաջադրանք կատարելու ընթացքում էքստրավերտության աստիճանով տարբերվող փորձարկվողների մոտ ուսումնասիրվել են սրտի ռիթմի փոփոխականության ցուցանիշները: Ինտրավերտ փորձարկվողների մոտ հայտնաբերվել է լարվածության ցուցիչի նվազում, ինչը վկայում է վեգետատիվ նյարդային համակարգի պարասիմպատիկ բաժնի ազդեցության ուժեղացման մասին: Ի տարբերություն նրանց, էքստրավերտ փորձարկվողների մոտ պարասիմպատիկ էֆեկտ չի դիտվել:

**PARAMETERS OF THE HEART RHYTHM OF INDIVIDUES WITH
DIFFERENCE TEMPERAMENT**

**PhD of biology, associate professor H.R. Aghababyan,
associate professor K.G. Danielyan, PhD of biology,
associate professor A.N. Arakelyan**

SUMMARY

Keywords: variability, heart rhythm, index of tension, extraversion, simpthotonia.

Parameters of heart rhythm variability of the examinees with different level of extraversion during creative task performance were investigated. Reduction of the stress index value at examinees – introverts is revealed, which testifying about intensification of para-sympathic influence of vegetative nervous system is revealed. Unlike them at examinees –extravert parasymphatic effect is not observed.

ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ У СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНЫХ СПЕЦИАЛИЗАЦИЙ

Кандидат психологических наук Вл. В. Андреев, ст. преподаватель Вит.В. Андреев

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

Ключевые слова: психологическая защита, вытеснение, проекция, регрессия, рационализация, гиперкомпенсация, компенсация, отрицание.

Актуальность темы исследования. Спортсмен, находясь в экстремальной ситуации, переживает психическое напряжение, качество и интенсивность которого зависит, во-первых, от выраженности субъективной потребности в спортивном достижении; во-вторых, от объективных параметров спортивной ситуации; в-третьих, от представленности спортивной ситуации в сознании личности спортсмена; в четвертых, от осознания собственных физических и психических возможностей; в пятых, от опыта разрешения аналогичных спортивных ситуаций в прошлом и от уровня уверенности в своих силах.

Психологическая защита представляет собой систему механизмов, направленных на устранение или сведение до минимума негативных, травмирующих личность переживаний, сопряженных с внутренними или внешними конфликтами, состояниями тревоги или дискомфорта.

Проблему психологической защиты рассматривали многие зарубежные и отечественные ученые: А. Адлер [1], Вл.В. Андреев [2], Ф.В. Бассин [3], Р.М. Грановская [4], Л.Р. Гребенников [6], и И.М.Никольская [4], Э.И. Киришбаум [5], Е.С.Романова [6], Л.Р. R.Plutchik [9], Н. Kellermann [9], Н. R. Conte [9], А. Фрейд [7], З. Фрейд [8] и другие исследователи.

Таким образом, роль психологической защиты в формировании личности спортсмена трудно переоценить, так как функционирование этого механизма, необходимо для успешного выполнения спортивной деятельности.

Цель исследования заключалась в изучении, описание и проведение сравнительного анализа особенностей индивидуальной психологической защиты у квалифицированных спортсменов различных специализаций и квалификации.

Задачи исследования включали теоретический анализ различных концепций психологической защиты, представленных в работах зарубежных и отечественных психологов, изучение отношения спортсменов к психологической защите и ее зависимость от пола, возраста, личностных качеств и спортивного опыта, исследование особенностей конкретных видов индивидуальной психологической защиты у спортсменов с учетом их квалификации и спортивной специализации.

Методы и методики эмпирического исследования.

В ходе экспериментального исследования применялись различные виды опроса (анкетирование, интервью, тестирование), метод наблюдения и методики изучения психологической защиты личности спортсменов. Применялись такие методы и тесты, как тест-опросник механизмов защиты «Life Stule Index», (опросник Р. Плутчика-Келлермана-Конти), опросник А. Шостром – «Самоактуализация личности», опросник SACS – «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (С. Хобфолл, 1994), методика Д.А. Леонтьева – «Тест смысложизненных ориентаций (СЖО)», методика Е.Б. Фанталовой – «Уровень соотношения «ценности» и «доступности» в различных жизненных сферах», авторская опросная методика-анкета: «Психологическая защита спортсмена», методы качественно и количественного анализа полученных данных.

Основной анализ результатов.

1. Характеризуя общую структуру психологической защиты как систему взаимосвязей между различными показателями личности спортсменов, можно констатировать, что для женщин системообразующим видом психологической защиты является «отрицание», которая имеет 15 коэффициентов корреляций. Особо стоит отметить наличие корреляционной связи «отрицания» с «рационализацией» ($r = 0,415$, при $p \leq 0,01$), с «креативностью» ($r = 0,452$, при $p \leq 0,01$), с показателями смысложизненной ориентацией (СЖО), с показателями «процесса» ($r = 0,284$, при $p \leq 0,05$), с по-

казателями «результата» ($r = 0,270$, при $p \leq 0,05$) и с показателями «ЛК-Жизнь» ($r = 0,278$, при $p \leq 0,05$) и с «адаптивной защитой» по М. Бонду ($r = 0,284$, при $p \leq 0,01$). Единственный негативный момент, это наличие отрицательного коэффициента корреляции с показателями Ц2 «Здоровье (физическое и психическое здоровье)» ($r = -0,470$, при $p \leq 0,01$), то есть для них здоровье не является доминирующей ценностью. Аналогично, позитивную роль в структуре личности женщин играет такой вид психологической защиты, как «рационализация», которая имеет 13 коэффициентов корреляций с различными показателями личности женщин-спортсменок исследуемой выборки. В данном случае уместно подчеркнуть наличие коэффициентов корреляций с показателями «адаптивной защитой» по М. Бонду ($r = 0,321$, при $p \leq 0,05$) и с показателями «познавательные потребности» ($r = 0,340$, при $p \leq 0,01$). Следует отметить наличие положительной связи и у «отрицания» ($r = 0,340$, при $p \leq 0,01$) и у «рационализации» ($r = 0,305$, при $p \leq 0,05$) с показателями «взгляд на природу человека». Данный факт фиксирует присутствие у женщин положительного отношения к людям.

2. Для мужчин системообразующим видом психологической защиты является «замещение», которая имеет 15 коэффициентов корреляций и связана с такими показателями ценностных ориентаций как «активная деятельная жизнь» ($r = 0,255$, при $p \leq 0,05$), «материально-обеспеченная жизнь» ($r = 0,267$, при $p \leq 0,05$) и «наличие друзей» ($r = 0,323$, при $p \leq 0,01$). Это все позитивные факторы психологической защиты кроме «творчества», с которым у показателей «замещения» отрицательная связь ($r = -0,321$, при $p \leq 0,01$). Большое значение в структуре личности мужчин играет «компенсация» и «не адаптивная защита». У обеих защит по 13 коэффициентов корреляции, но играют они в структуре личности скорей негативную роль. Так, например, между показателями «компенсации» и показателями самоактуализации [с показателями «самопринятие» ($r = -0,245$, при $p \leq 0,05$), с показателями «контактность» ($r = -0,289$, при $p \leq 0,051$)] получены отрицательные коэффициенты корреляций, ну а большое количество коэффициентов корреляций с «не адаптивной защитой» говорит само за

себя, т.е. в структуре личности мужчин психологические защиты выполняют чаще всего негативную роль.

Выводы.

1. Феномен психологической защиты – это форма психической организации спортсмена, учитывающая ее многоуровневый и многофункциональный характер, которая может выполнять различные функции в жизни спортсмена: негативную, адаптивную и позитивную. Психологическая защита спортсмена – это система методов и способов психической регуляции и саморегуляции в экстремальных условиях спортивной жизни и охраняет психику спортсмена от разрушающего влияния различных экстремальных спортивных факторов (неудач, поражений, травм, стрессов, конфликтов и кризисов).

2. Для женщин системообразующим видом психологической защиты является «отрицание», имеющая 15 коэффициентов корреляций. Связь с рационализацией, с креативностью, со смысло-жизненной ориентацией (СЖО) [с показателями «процесса», результата, ЛК-Жизнь], адаптивной защитой. Для женщин психологическая защита играет более позитивную роль.

3. Для мужчин системообразующим видом психологической защиты является «замещение», которая имеет 15 коэффициентов корреляций и связана с такими показателями ценностных ориентаций как «активная деятельная жизнь», «материально-обеспеченная жизнь», «наличие друзей». Большое значение в структуре личности мужчин играет «компенсация» и «не адаптивная защита». У обеих защит по 13 коэффициентов корреляции, но играют они в структуре личности скорее негативную роль. В структуре личности мужчин психологические защиты выполняют чаще всего негативную роль. Для мужчин она в сумме приносит больше вреда, чем пользы

ЛИТЕРАТУРА

1. Адлер, А. О нервическом характере /А.Адлер; Пер. с немц. И. В. Стефанович; Под ред. Э.В. Соколова. – СПб.: Университетская книга, 1997. – 388с.

2. Андреев, Вл.В. Индивидуальные особенности психологической защиты личности в спортивной деятельности: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Андреев Владимир Витальевич; [Место защиты: Нац. гос. ун-т

физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта]. – Санкт-Петербург, 2006. – 177 с.

3. Бассин, Ф.В. О силе «Я» и психологической защите // Вопросы философии. - 1969. - № 2, - С. 118 - 125.

4. Грановская, Р.М. Защита личности: психологические механизмы / Р.М. Грановская, И.М. Никольская. – СПб.: Знание, 1999. – 352с.

5. Киршбаум, Э.И. Психологическая защита / Э.И. Киршбаум, А.И. Еремеева. – 3-е изд. – М.: Смысл, СПб.: Питер, 2005. – 176с.

6. Романова, Е.С. Механизмы психологической защиты. Генезис. Функционирование, Диагностика / Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников. – Мытищи.: Издательство «Талант», 1996. – 144с.

7. Фрейд, А. Психология «Я» и защитные механизмы / А. Фрейд; Пер. с англ. М.Р. Гинзбурга. - М.: Педагогика, 1993. – 144с.

8. Фрейд, З. Введение в психоанализ: Лекции / З. Фрейд. - М.: Наука, 1989.- 456с.

9. Plutchik R., Kellermann H., Conte H. R. A structural theory of ego defences and emotions // Isard C. E. (ed.) Emotions in personality and psychopathology. N. Y.: Plenum, 1979. P. 229—257.

ՏԱՐՔԵՐ ՄԱՍՆԱԳԻՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ ՈՒՆԵՑՈՂ ՄԱՐԶԻԿՆԵՐԻ ՀՈԳԵՔԱՆԱԿԱՆ ՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹՅԱՆ ԳԵՆԴԵՐԱՅԻՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

**Հ. Գ. Թ., դոցենտ Վլ. Վ. Անդրեև, ավագ դասախոս Վիտ. Վ. Անդրեև
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Հոգեբանական պաշտպանություն, փոխադրում, նախագծում, ռեգրեսիա, իրականացում, գերփոխհատուցում, փոխհատուցում, ժխտում:

Հոդվածում ներկայացվում են տարբեր մասնագիտացումներ ունեցող մարզիկների հոգեբանական պաշտպանության հետազոտության արդյունքները: Տրված է և՛ տղամարդկանց, և՛ կանանց հոգեբանական պաշտպանության համեմատական վերլուծությունը: Նշվում են կանանց և տղամարդկանց հոգեբանական պաշտպանության կառուցվածքում գերիշխող տարբերությունները՝ հաշվի առնելով նրանց անհատական առանձնահատկությունները, սպորտային մասնագիտացումը և սպորտային վարպետության մակարդակը, որոնք թույլ են տալիս բացահայտել նրանց թույլ և ուժեղ կողմերը, որը կարող է հաջողությամբ օգտագործվել մրցումներին պատասխանատվությամբ վերաբերվող մարզիկների հոգեբանական պատրաստության մեջ:

GENDER FEATURES OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION AMONG ATHLETES OF DIFFERENT SPECIALIZATIONS.

PhD of psychological. sciences, associate professor, VL. V. Andreev,
senior lecturer, Vit.V. Andreev

SUMMARY

Key words: psychological protection, displacement, projection, regression, rationalization, Hyper-compensation, compensation, negation.

The article presents the results of the study of psychological among athletes of different specializations. A comparative analysis of psychological protection of both men and women is given. It is noted dominant differences in the structure of psychological among men and women taking into account their personal characteristics, sports specialization and the level of sports skills. The established features in the structure of their psychological protection allow to predict their strong and weak sides, which can be successfully used during psychological preparation of athletes responsible for competitions.

ОТНОШЕНИЕ ЖЕНЩИН К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Д.п.н., профессор Аюпян Е.С., магистр Ковалева А.А.

Кафедра теории и методики физического воспитания

Ключевые слова: анкетный опрос, женщины, физическая культура, потребности и интересы.

Актуальность. Неоспорима роль физической культуры в сохранении здоровья, поддержании должного уровня физической работоспособности и творческой активности, повышении сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внешней среды, и в целом, в улучшении качества жизни взрослого населения.

Естественно, специалисты многих стран одно из главных направлений решения проблемы здоровья населения связывают с приобщением людей к регулярным занятиям физическими упражнениями, обеспечения необходимого уровня двигательной активности.

С сожалением следует признать, что физкультурное движение в нашей республике пока не приняло массового характера. На это есть множество причин: проблемы социально-экономического характера, недостаточно развита материально-техническая база,

недоступность услуг, и самое главное – менталитет взрослого населения в отношении физической культуры.

Недостаточная образованность в сфере физической культуры существенно снижает число людей, вовлеченных в регулярные занятия физической культурой[1].

Таким образом, в настоящее время возникло противоречие между неуклонно растущими требованиями общества к здоровью и физической подготовленности взрослого населения и недостаточным уровнем его компетентности в вопросах физической культуры.

В этой связи особое значение приобретает изучение отношения взрослого населения к физической культуре.

Цель исследования: изучить отношение женщин к физической культуре.

В соответствии с поставленной целью определены следующие **задачи исследования:**

1. определить потребности и интересы женщин в области физической культуры,
2. выявить вовлеченность женщин в регулярные занятия физической культурой.

Методы и организация исследования: анализ литературных источников по проблеме исследования, социологический опрос, математической статистики.

В анкетировании приняли участие 169 женщин трудоспособного возраста и пенсионеров Республики Армения, разделенных на следующие возрастные группы: 40-50, 51-60 и 61 и старше лет. Анализ результатов проводился отдельно для каждой возрастной группы.

Первая группа вопросов была направлена на получение общих сведений о респодентах: возрасте, образовании, характере трудовой деятельности, двигательной активности, состоянии здоровья. Второй группой вопросов были определены мотивация, интересы и потребности женщин в сфере физической культуры. Третья группа вопросов была направлена на выявление предпочитаемых форм и средств физической культуры, причин и факторов,

препятствующих вовлечению женщин в занятия физической культурой.

Результаты и обсуждение.

В результате опроса удалось установить, что в настоящее время физической культурой занимается всего 57.2 % опрошенных женщин. Следует отметить, что в настоящее время предпочтение отдается самостоятельным формам занятий физической культурой – 32.7% в то время как организованные формы занятий используют 20.6% женщин.

Мотивы занятий представлены в нескольких аспектах [2]: эмоциональном – “получить удовольствие”, “улучшить настроение; прагматическом – “быть здоровым, улучшить здоровье”, “восстановить физические силы после работы”, “совершенствование телосложение”, “снять умственное напряжение”; познавательном – “приобрести общественно полезные навыки и умения”; самовоспитания – “самоутвердиться”, “развить волевые качества, силу характера”.

Как и следовало ожидать, наиболее важное значение среди женщин старше 40 лет имеют прагматические мотивы, далее эмоциональные, менее значимые познавательные и воспитательные.

Следует принять во внимание мнение респондентов, касающееся продолжительности одного занятия и его периодичности, так как изучение времени, затрачиваемого на занятия физическими упражнениями, расценивается как показатель, раскрывающий количественную сторону занятий физической культурой [3]. Как показали результаты анкетирования, наиболее предпочтительной частотой занятий в неделю является 2-3 разовое проведение оздоровительной тренировки, длительностью до одного часа.

В результате опроса удалось определить наиболее предпочитаемые виды физических упражнений: пешие прогулки, гимнастические упражнения.



График 1. *Предпочитаемые средства физической культуры у женщин в среднем по всем возрастным группам (%).*

Высокий интерес к пешим прогулкам обусловлен, должно быть, их большей доступностью.

Вместе с тем, в результате анкетирования удалось выяснить уверенность женщин в том, что в случае создания хороших условий, будут заниматься физической культурой. Заслуживает внимания тот факт, что 41.4% женщин выразили уверенность в занятиях физической культурой.

Выводы. Результаты анкетирования выявили потребности и интересы женщин старше 40 лет. Определены основные мотивы, а также причины, препятствующие вовлечению женщин в занятия физической культурой.

Для повышения интереса к физической культуре, согласно мнению опрошенных, необходимо:

- развитие сети спортивных сооружений,
- Финансовая доступность и обустроенность мест занятий,
- Обеспечение методической литературой,
- Реклама.

📖 ЛИТЕРАТУРА

1. Гилязиева С.Р., Отношение взрослого населения к занятиям физической культурой (На примере г. Оренбурга) Вестник ОГУ № 2 (163)/февраль, 2014. С. 58-63.

2. Молчанов С.В., Исследование физкультурной активности рабочих // Теория и практика физической культуры.- 1981, N10, с. 39.

3. Филиппов Н.Н., Организация и содержание физкультурно-оздоровительной работы с населением по месту жительства в современных социально-экономических условиях: на примере Республики Беларусь. Автореф. дис.... к.п.н., Москва, 2004.-22с.

**ԿԱՆԱՆՑ ՎԵՐԱԲԵՐՄՈՒՆՔԸ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒՆՏՈՒՐԱՅԻՆ
Մ.գ.դ., պրոֆեսոր Ե.Ս. Հակոբյան, մագիստրոս Ա.Ա. Կովալյովա
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Հարցաթերթիկային հարցում, կանայք, ֆիզիկական կուլտուրա, պահանջմունքներ և հետաքրքրություններ:

Հոդվածում ներկայացված են կանանց վերաբերմունքը ֆիզիկական կուլտուրայի հանդեպ: Հարցման արդյունքները բացահայտել են 40 տարեկանից բարձր կանանց հետաքրքրությունները և պահանջմունքները ֆիզիկական կուլտուրայի ոլորտում: Որոշվել են կանանց ֆիզիկական կուլտուրայի պարապմունքներին ներգրավվելու հիմնական դրդապատճառները և խոչընդոտող պատճառները:

THE ATTITUDE OF WOMEN TOWARDS PHYSICAL CULTURE

Doctor of pedagogy, professor Y. Hakobyan,

Master's degree A. Kovalyova

SUMMARY

Key words: inquiry, women, physical culture, needs and interests

The article presents the results of sociological inquiry results made for revealing the attitude of women towards physical culture. The results have revealed the needs and interests of women over 40 in the field of physical culture. It was determined the essential motivations and hindering causes of involving the women in physical culture trainings.

**ВЛИЯНИЕ ПРОТИВОРЕЧИЙ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ
ЛИЧНОСТИ НАБЛЮДАЕМЫХ В СИСТЕМЕ «СПОРТ-ЗДОРОВЬЕ»**

Кандидат психол. наук А.В. Алёшичева,

доктор биол. наук, профессор Н.Г. Самойлов

**ФГБОУ ВО «Рязанский государственный медицинский
университет им. ак. И.П. Павлова», Россия, Рязань**

Ключевые слова: психологическое здоровье, личность спортсмена, «спорт-здоровье», коммерциализация спорта.

Развитие любого общества, достижения цивилизации, всегда имели диалектический характер, т.е. были по своей природе противоречивы. Причем увеличение скорости общественных трансформаций противоречия только обнажает и усиливает. В качестве предмета для анализа данного положения удобно использовать такой феномен как «спорт».

Без всякого сомнения «мир спорта», поощряемый государственной политикой большинства стран, изменяется с огромной скоростью. Одним из существенных противоречий спортивной деятельности является влияние на спортсменов и в целом на общество ее результатов. Имеется в виду, прежде всего, их воздействие на здоровье.

Однако взаимодействия в системе «спорт-здоровье» развиваются далеко не прямолинейно и неоднозначно. Дело в том, что тенденции развития технократического общества губительны для человека становятся в спорте особенно отчетливыми. Иначе говоря, в спорте выкристаллизовываются, как преимущества, так и недостатки цивилизации, которые она таит как для укрепления, так и ослабления здоровья. Поэтому спорт, спортивную деятельность следует рассматривать как специфический индикатор и по отношению к здоровью человека, как противоречиво действующий фактор.

Так, не подлежит сомнению, что в настоящее время спорт является, безусловно, чрезвычайно значимым социально-политическим явлением, оказывающим глубокое воздействие на различные сферы общественной жизни: культурную, финансовую, экономическую и др. Влияние спорта столь широко, что оно влечет за собой широкомасштабное воздействие, распространяющееся от особенностей воспитания у населения двигательной и социальной активности для решения государственных военно-политических и народнохозяйственных задач до миротворческих в межгосударственном масштабе [3].

Чрезвычайно важным атрибутом, имеющим, безусловно, положительное значение в спортивной деятельности и спорте как таковом, является его зрелищность, состязательность, наличие борьбы интересов, традиций, концепций, гордости за себя лично, за

команду, за государство, что глубоко будоражит и является основным условием возникновения у зрителей, болельщиков положительных эмоций [4,5,9]. Именно поэтому трудно найти такое социальное явление, которое вызывало бы к себе столь большое внимание и симпатию как спорт [4]. Пожалуй, немного можно назвать видов деятельности, которые могут быть приравнены к спорту по популярности и по степени деятельного участия большого количества людей.

Вместе с тем установка выработанная в десятилетиях и гласящая о том, что спорт положительно влияет на здоровье, в последние годы не совсем соответствует своему содержанию все более обнаруживая зарождающееся в ней противоположное значение влияния спорта на здоровье спортсменов.

Основными факторами, вызывающими эту негативную трансформацию, являются такие процессы как профессионализация и коммерциализация спорта высоких достижений [5, 6, 7]. Это явление выступило мощным рычагом значительных изменений в психике спортсменов [8]. И это первый вектор влияния – вторым следует назвать глубокую перестройку взаимоотношений спортсменов-профессионалов с обществом. Хотя они взаимосвязаны и взаимообусловлены.

Итак, с позиций психологии, необходимо ответить на вопрос: какие кардинальные влияния на психику, и особенно на психологическое здоровье спортсменов, породила коммерциализация спорта? Прежде всего, изменилась мотивация к занятиям теми видами спорта, которые относятся к зрелищным, в наибольшей степени будоражат публику и, соответственно, представители этих видов спорта попадают в категорию наиболее щедро оплачиваемых спортсменов.

Иные мотивации влекут за собой и переоценку ценностей данного вида спорта, игнорирование спортсменами влияния повышающихся до экстремальных условий, в которых им приходится выступать, резко возрастающий уровень физических и нервно-психических нагрузок, увеличивающуюся вероятность травматизации и др.

В связи с этим в настоящем исследовании поставлена цель: выявить противоречия, наблюдаемые в системе «спорт – здоровье» и определить их влияние на психологическое здоровье личности.

В работе использованы 24 психологических метода исследования. Проведенные нами исследования (n=1060), направленные на анализ изменений, возникающих в психике спортсменов в спорте высоких достижений и профессиональном спорте показали наличие у них значительного количества серьезных негативных предпатологических и патологических изменений.

С ростом спортивного стажа наблюдается существенное увеличение степени проявления таких качеств личности и состояний как тревожность, эмоциональный дискомфорт, раздражительность, фрустрированность, депрессия, агрессивность и др. Наблюдается накопление и увеличение силы проявления декомпенсаторных процессов, а также психической утомляемости. Несмотря на хорошее материальное положение и высокие гонорары за свои выступления, спортсмены-профессионалы демонстрируют низкие показатели удовлетворенности качеством жизни, устойчивость аффективно окрашенных переживаний, трудно корректируемые мнения и оценки, выраженную степень невротичности, несдержанности, раздражительности, разных форм агрессивности [1].

Лишение себя обычных житейских возможностей, дефицит и строгость в требованиях к еде, сну, отдыху, свободному времени, размышления о выходе из спорта, подавленные и апатичные состояния после травм, вызывают всепоглощающую фрустрацию. Негативные изменения накапливаются, усиливаются и «интериорируются» в структуру личности спортсменов.

Второй, общественный вектор влияющий на спортсменов-профессионалов также весьма серьезно отражается на их психологическом здоровье.

К «давлению» на личность следует отнести отрицательные аспекты спортивной жизни, которые порождаются теми же финансовыми рычагами влияния на спортсменов. Речь идет о «засуживании», финансовых махинациях спортивных федераций, клубов, конфликтных взаимоотношений с тренерами, руководителями ко-

манд, врачами, массажистами, болельщиками, представителями СМИ и пр. [2].

Непосредственная диагностика состояния психологического и социального здоровья у спортсменов-профессионалов свидетельствует о более низком его уровне, по сравнению со спортсменами средней квалификации и начинающими. Увеличение противоречий в системе «спорт-здоровье» вызывает постановку вопроса в форме, что мы имеем: спорт для здоровья или здоровье для спорта? По-видимому, второй вариант ближе к современной действительности.

Заключение. Учитывая непреходящую ценность здоровья как для отдельного человека, так и для общества в целом, следует констатировать: необходимо всестороннее изучение, анализ и разработка практических рекомендаций в рамках государственно важной проблемы создания здоровьесозидающей среды для молодёжи, укрепления и сохранения психологического здоровья спортсменов, особенно в спорте высших достижений и профессиональном. Решение проблемы сохранения психологического здоровья спортсменов с целью своевременного выявления предболезненных изменений в их психике возможно в результате проведения его мониторинга.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алёшичева А.В. Влияние специфики и экстремальности спортивной деятельности на психологическое здоровье спортсмена/ А.В. Алёшичева, Н.Г. Самойлов// Вестник Тверского государственного университета. Серия «Педагогика и психология».- 2016. - №4. – С. 6 – 15.

2. Алёшичева А.В. Современные представления о состоянии психологического здоровья спортсменов / А.В. Алёшичева, Н.Г. Самойлов// Спортивный психолог. – 2016. - №4 (43). – с. 4-11.

3. Еганов А.В. Влияние занятий спортом на психическое здоровье мужчины/ А.В. Еганов// Современные наукоёмкие технологии. – 2016. - №1.- С. 107-110.

4. Biddle S.j.H. Psychology of physical activity: Determinants, well-being, and interventions: / S.j.H. Biddle N., Mutrie. – 3rd edition – London: Routledge, 2015 – 420 p.

5. Caddick N. The impact of sport physical activity on the well-being of combat veterans: A systematic review / N. Caddick, B. Smith // Psychology of sport and exercise. – January 2014. – Volume 15, issue 1. – P. 9-18

6. Kontos A.P. Mental health implications and consequences following sport-related concussion / A.P. Kontos, J. M. Deitrick, E. Reynolds // British journal of Sports Medicine. – 2016. – Vol. 50, issue 3. – P. 139-140

7. Kristiansen E. Organizational and media stress among professional football players: testing and achievement goal theory model / E. Kristiansen, H. Halvari, G. Roberts // Scand journal Med. Sports. – 2012. – № 22. – P. 569-579

8. Stănescu M. Using Physical exercises to improve Mental Health / M. Stănescu, F. Vasile // Procedia- Social and Behavioral Sciences. – September. 2014. – Vol. 149, № 5 - P. 921-926

**«ՍՊՈՐՏ-ԱՌՈՂՋՈՒԹՅՈՒՆ» ՀԱՄԱԿԱՐԳՈՒՄ ՀԱԿԱՍՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ԱՆԶԻ ՀՈԳԵՐԱՆԱԿԱՆ ԱՌՈՂՋՈՒԹՅԱՆ ՎՐԱ
Հ.գ.թ. Ա. Վ. Ալոշիչևա, Կ.գ.դ., պրոֆեսոր Ն.Գ.Սամոյլով
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Հոգեբանական առողջություն, մարզիկի անհատականություն, «սպորտ- առողջություն», սպորտի առևտրայնացում:

Տարբեր որակավորում ունեցող մարզիկների հետազոտությունը ցույց է տվել, որ որակավորման բարձրացումը և անցումը պրոֆեսիոնալ մակարդակի բերում է նրանց հոգեբանական առողջության վատթարացմանը: Որպես այս գործընթացը խթանող հիմնական գործոն հանդես է գալիս հակասությունների սրացում՝ «անձի անհատականություն – հասարակություն» և «սպորտ- առողջություն» համակարգերում: Այս խնդրի լուծումը՝ պետական մասշտաբով առողջ միջավայրի ստեղծումն է:

THE IMPACT ON THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF A PERSON OF CONTRADICTIONS OBSERVED IN THE SYSTEM OF «SPORT-HEALTH»

**PhD of Psychological Sciences Aleshicheva Anna
Doctor of Biological Sciences, Professor Samoilov Nikolay
SUMMARY**

Keywords: psychological health, personality of a sportsman, «sport-health», commercialization of sport.

The study of athletes of different qualification levels showed that increase and transition of qualification to the category of professionals will entail deterioration of their psychological health. The main factors causing this process intensify the contradictions in the systems «society- personality of an athlete» and «sport-health». The solution to this problem is seen in creation a healthy environment on a state scale.

ПРОЯВЛЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ СПОРТСМЕНА В ПРОЦЕССЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ БОРЬБЫ

*Доктор педагогических наук,
профессор Геннадий Дмитриевич Бабушкин*
Сибирский государственный университет
физической культуры и спорта России, г. Омск

Ключевые слова: подготовленность спортсмена, психическая готовность, факторы, успешность выступления на соревнованиях.

Актуальность. Высокая подготовленность спортсмена к соревнованию ещё не факт её реализации в соревновательной борьбе. Это нередко имеет место в спорте высших достижений, где соревновательная деятельность протекает на пределе человеческих возможностей. Конечно высокий уровень подготовленности спортсмена к соревнованию (физической, тактической, психологической, технической) является необходимым условием успешного выступления, но это не единственный фактор её проявления в соревновательной борьбе. Подготовленность представляет собой накопленный ресурс, который не всегда реализуется на соревнованиях. В реализации подготовленности на соревнованиях задействован психологический фактор – психическая готовность как формируемое в соревновательной деятельности состояние, подверженное воздействию внешних и внутренних факторов.

Цель исследования – проанализировать проявление состояния психической готовности спортсмена в соревновательной борьбе.

Результаты исследования. В приведенном впервые А.Ц. Пуни понятии «психической готовности» спортсмена выделяются следующие компоненты: трезвая уверенность в своих силах, оптимальный уровень эмоционального возбуждения, желание бороться до конца, несмотря на неудачи, высокая помехоустойчивость против сбивающих факторов, способность управлять своими мыслями, чувствами и действиями. Наиболее ярко психическая готовность проявляется у высококвалифицированных спортсменов, но далеко не у всех. Состояние психической готовности представляет

собой динамичное состояние активности, побуждающее спортсмена проявлять максимальные физические и волевые усилия в условиях соревновательной борьбы [3, 4]. Предсоревновательная подготовленность – накопленный при подготовке к соревнованию спортсменом потенциал, реализация которого лежит в зоне психической готовности.

Если в предстартовый период ведущую роль в психической готовности играет уверенность в своих силах, то в процессе соревновательной борьбы на главную роль выходит стремление бороться до конца, несмотря на неудачные действия в ходе соревновательной борьбы. Выраженность этого стремления у спортсмена не выявить с помощью опросников и других методов, кроме наблюдения за поведением спортсмена на соревнованиях. По характеру и результатам соревновательной борьбы спортсмена можно говорить о степени выраженности у него стремления бороться до конца, несмотря на неудачные действия, допущенные в ходе соревновательной деятельности. Именно на этом этапе проявляется характер и воля спортсмена. Достаточно ярко проявление состояния психической готовности наблюдаем за выступлением биатлонистов высокой квалификации на соревнованиях (Кубок Мира).

Что обуславливает готовность биатлониста бороться до конца, не смотря на неудачные действия (промахи в стрельбе) в процессе соревновательной борьбы? Почему спортсмен, проигрывая в процессе соревнования, продолжает упорно бороться и даже, выходить победителем? Такое нередко можно видеть на соревнованиях по биатлону. Французский спортсмен М. Фуркад, норвежские спортсмены И. Бё, Э. Свендсен и некоторые другие зарубежные биатлонисты демонстрируют высочайшую психическую готовность, неsgiбаемую волю к соревновательной борьбе, к победе. Чего не скажешь о некоторых Российских биатлонистах (мужчинах и женщинах).

Промахи на рубеже выбивают из колеи биатлониста. На этом сказывается недостаточная помехоустойчивость к сбивающим факторам, низко развитая способность управлять своими мыслями, чувствами, действиями (психорегуляция), характерологические качества спортсмена. Возникают мысли о не достижении победы, в

связи с этим затруднительным становится управление действиями. Однако это имеет место не у всех спортсменов. Та же К. Мякярйнен (финская биатлонистка) после промахов устремляется к финишу, обгоняя одну за другой спортсменок. Это можно сказать и о М. Фуркаде, И. Бё.

Наши исследования результативности соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов различных видов спорта, позволили выявить факторы, её обуславливающие [1, 2, 6], и на основе этого разработать методику психологической подготовки спортсменов высокой квалификации (пловцов) к соревнованию, прошедшую экспериментальную проверку и подтвердившую её эффективность.

В содержании мыслительной деятельности спортсмена имеют место отрицательные и неопределенные суждения, сказывающиеся негативно на его состоянии и деятельности. Этот факт установлен нами при исследовании содержания мыслительной деятельности у тяжелоатлетов высокой квалификации [1, 6]. Спортсмены, у которых в содержании мыслительной деятельности имеют мысли неопределенной направленности, не достигают высоких результатов на соревновании.

Именно стремление спортсмена бороться до конца связано с умением спортсмена выложиться полностью в соревновательной борьбе, используя все резервы. Демонстрируют эту способность далеко не все спортсмены на примере биатлона. Так, при опросе пловцов высокой квалификации после участия в соревновании, один из них проплыв дистанцию 200м, заявляет, что готов проплыть ещё столько же. Он не израсходовал свой потенциал, накопленный на тренировках, и не умеет полностью выкладываться.

Стремление спортсменов бороться до конца, особенно в спортивных играх, не постоянно и имеет тенденцию изменяться – усиливаться или ослабляться. Проявление у спортсменов стремления бороться до конца четко выражено в футболе, хоккее. Довольно часто в футболе и хоккее встречается следующее явление. Команда, имеющая превосходство в счете в первой половине игры, проигрывает матч во второй половине игры. Основная причина этого явления заключается в следующем. Игроки команды, выиг-

равшей первую половину игры, достигли успеха (реализована мотивация достижения успеха). На уровне подсознания происходит смена мотивации достижения успеха на мотивацию избегания неудачи. В их мотивации доминирует избегание неудачи – не увеличить превосходство, а сохранить его. В результате игроки команды, не достигшие успеха в первой половине игры, устремлены на успех во второй половине игры. И они нередко его достигают.

Заключение. Проведенный анализ проявления психической готовности спортсмена в соревнованиях, позволил установить следующее. Психическая готовность – динамичное состояние, мобилизующее спортсмена на достижение поставленной цели, и проявляющееся в стремлении к проявлению максимальных физических и волевых усилий в соревновательной борьбе. Предсоревновательная подготовленность спортсмена выступает предпосылкой проявления психической готовности, но не у всех высококвалифицированных спортсменов. Важными компонентами психической готовности спортсмена являются: позитивная составляющая мыслительной деятельности, стремление спортсмена бороться до конца, способность к максимальному проявлению физических и волевых усилий.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бабушкин, Г.Д. Психоэмоциональные факторы, определяющие результативность соревновательной деятельности тяжелоатлетов высокой квалификации / Г.Д. Бабушкин, С.О. Ковбель // Омский научный вестник. – 2015. – № 5. – С. 93-96.

2. Бабушкин, Г.Д. Психологические факторы, способствующие демонстрации высококвалифицированными спортсменами высоких результатов / Г.Д. Бабушкин, А.П. Шумилин, Р.Е. Рыбин // Современные наукоемкие технологии. – 2016. – № 6(2). – С. 325-329.

3. Генов, Ф. Психологические особенности мобилизационной готовности спортсмена /Ф Генов. – М.: Физкультура и спорт, 1971. – 245 с.

4. Марищук, Л.В. Подготовленность и готовность / Л.В. Марищук: Материалы первой междунар. науч. конф. – Ереван, 23-26 окт. 2017 г. – С. 19-25.

5. Яковлев, Б.П. Прогнозирование результатов выступления спортсменов на основе диагностики психологической подготовленности / Б.П.

Яковлев, Г.Д. Бабушкин, Е.Г. Бабушкин // Теория и практика физической культуры. – 2017. – №7. – С. 87-89.

6. Яковлев, Б.П. Психологическая подготовленность тяжелоатлетов высокой квалификации и результативность соревновательной деятельности / Г.Д. Бабушкин, Б.П. Яковлев, С.О. Ковбель // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 3. – С. 85-87.

ՄԱՐԶԻԿԻ ՀՈԳԵՔԱՆԱԿԱՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅՈՒՆԸ ՄՐՑՈՒԹԱՅԻՆ ՊԱՅՔԱՐՈՒՄ

**Մ.գ.դ., պրոֆեսոր Գ. Դ. Բաբուշկին
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Մարզիկի պատրաստվածություն, հոգեբանական պատրաստություն, գործոններ, մրցույթներում ելույթի հաջողություն:

Հետազոտության նպատակն է վերլուծել մրցակցային պայքարում մարզիկի հոգեբանական պատրաստությունը, որը բնութագրվում է նպատակին հասնելու համար մարզիկի ուժերի կենտրոնացման դինամիկայով: Մարզիկի հոգեբանական պատրաստությունն արտահայտվում է մրցույթային պայքարում ծայրահեղ ֆիզիկական և կամային ուժերի դրսևորման ձգտումով:

MANIFESTATION OF PSYCHOLOGICAL PREPAREDNESS OF A SPORTSMAN IN THE PROCESS OF COMPETITIVE STRUGGLE The doctor of pedagogical sciences, professor G.D. Babushkin SUMMARY

Keywords: preparedness of the sportsman, psychological preparedness, factors, success of performance at competitions

The objective of the given research is to analyze manifestation of a condition of psychological preparedness of a sportsman in competitive struggle. The method of research is the theoretical analysis of a problem of the psychological preparedness, generalizing available literary data and data of the author. The analysis of manifestation of psychological preparedness of a sportsman at competitions enabled to establish the following. Psychological preparedness is a condition on the way of achieving the goal, characterized by the dynamics of both preparation and concentration of the sportsman for competitions,. Psychological preparedness of the sportsman is manifested in aspiration to show maximal physical efforts in the competitive struggle.

УПРАВЛЕНИЕ В СФЕРЕ ТУРИЗМА

К.э.н. доцент, Бондаренко М.П.,

д.п.н., профессор Зубарев Ю.А.

**Волгоградская государственная академия
физической культуры, Россия**

Ключевые слова: туризм, экономическая эффективность, объект управления, кадровая политика.

Актуальность: Туризм – это путешествие за пределы постоянного места жительства с обязательной ночевкой и с любой целью кроме заработка и смены постоянного места жительства, а также удовлетворение общественных потребностей, связанных с необходимостью перемещения в пространстве масс людей.

Целью исследования: выступает необходимость рассмотрения основных особенностей управления в туризме и организации управленческой деятельности на примере работающей турфирмы. Экономическая эффективность функционирования туризма определяется его формой, предполагающей соответствующий набор услуг, удовлетворяющих потребности туристов. Существуют две формы туризма: внутренний и международный.

Задачи исследования:

- ✓ проанализировать особенности управления туризмом;
- ✓ определить роль и специфику туристического продукта;
- ✓ представить краткую характеристику анализируемой турфирмы;
- ✓ рассмотреть особенности организационной структуры ООО «Лата Реал»;
- ✓ определить основные черты, которые характерны для управления любым туристическим предприятием.

Методы исследования: анализ специализированной литературы по управлению туристическими предприятиями, сравнение существующих систем управления в туризме.

Рассмотрим особенности управления туризмом. Труд в управлении туризмом специфичен и отличается от деятельности работников других отраслей [2].

Первой особенностью управления туризмом является большая глубина проникновения туризма и сложность взаимосвязей между его составными элементами. В туристской индустрии множество туристских организаций, которые должны вписываться в единую систему управления, где преследуется общая цель – обеспечение длительной дееспособности и конкурентоспособности на рынке.

Вторая особенность туризма как объекта управления – неясность и трудно измеримые цели. Для менеджмента частных туристских предприятий, которые в своей деятельности ориентируются на получение прибыли, характерны четкие и измеримые цели – накопление ценностей, движение наличности, прибыль. Для менеджмента туристских организаций таких целей не существует ни на уровне предприятия, ни на уровне региона.

Также особенностью туризма является сильное влияние со стороны заинтересованности клиентуры. Для того, чтобы клиенты снова и снова обращались для получения туристских услуг нужно, чтобы они были в полном объеме удовлетворены предыдущими путешествиями, поэтому планированию и координации деятельности путем разработки ведущего образа уделяется очень большое значение [1].

Очень важной особенностью туризма как объекта управления является специфика туристского продукта, его неотделимость от источника формирования. Туристская услуга неотделима от источника её создания.

Также особенностью в туризме является то, что при реализации туристского продукта усиливается личностный аспект, процесс предоставления туристской услуги не может быть полностью автоматизирован, как, к примеру, при производстве товаров. Именно поэтому в менеджменте туризма особое значение отдаётся управлению персоналом и регулированию межличностных отношений.

Кадровая политика предприятия во многом влияет на успех фирмы. На работу необходимо принимать приветливых, работоспособных работников, которые будут ежедневно создавать дружелюбную атмосферу в беседе с клиентом.

Также специфика туристского продукта связана со спецификой спроса. Спрос на туристские услуги не однороден в силу трёх основных причин:

1. Неосвязаемость и несохраняемость туристского продукта;
2. Разнообразиие потребителей услуг;
3. Высокая значимость общественных факторов, таких как экономические ситуации в стране, экологии и социальных факторов.

Наконец, особенностью туризма является его сезонность. При решении проблемы менеджмента в туризме данное явление обязательно учитывается руководителем туристических предприятий, поскольку колебание спроса может ухудшить условия функционирования всей туристической индустрии.

Определение «туризм» охватывает не только путешествие и отдых, но и название одной из отраслей экономики. Туризм – это также туристические предприятия и деятельность туристических организаторов и посредников. К туристической сфере также можно отнести различные объединения и транспортные компании. Они тоже являются неотъемлемой частью туризма.

В данной статье рассмотрим особенности организации и управления на примере туристической фирмы ООО «Лата Реал».

Одной из главных задач управления туристской организацией является определение целей, ради достижения которых она создается и функционирует. Целевая функция начинается с установления миссии организации, выражающей ее смысл.

Миссия ООО «Лата Реал» - производство и реализация турпродукта и услуг, доступных широкому кругу потребителей с различным уровнем дохода. Все усилия предприятия должны быть направлены на развитие тех качеств, которые выгодно отличают его от потенциальных или реальных конкурентов.

Главной целью предприятия является извлечение прибыли, также можно выделить и другие цели деятельности ООО «Лата Реал», например:

- расширение рынка туристского продукта;
- повышение конкурентоспособности турпродукта и услуг на рынках въездного и выездного туризма;

- тщательное изучение рынков сбыта туристических услуг для определения стратегии организации по их удержанию;
- комплексное воздействие на клиентов фирмы на всех этапах туристского обслуживания;
- поддержание имиджа туристской организации;

Задачи ООО «Лата Реал»:

Основная задача турфирмы - это качественная консультация клиентов исходя из их запросов и подбор туров по критерию "Цена – Качество". Так же существует ряд других задач, таких как:

- использование лучшего сырья и/или более надежных поставщиков вместо долгосрочных контрактов;
- завоевание психологического имиджа и позиции у потребителей.

Так как предприятие ООО «Лада Реал» является малым бизнесом, система стратегических, тактических и оперативных планов отсутствует. Планы разрабатываются, но краткосрочные и по узкой специализации.

Всё зависит от спроса, а спрос, как известно, зависит от экономического, политического состояния страны.

Главной задачей ООО «Лата Реал» является продвижение Волгоградского региона как центра туристского гостеприимства. Также задачей турфирмы является качественная консультация клиентов исходя из их запросов и подбор туров по критерию «Цена – Качество». Так же существует ряд других задач:

- расширение продуктовых возможностей на рынке с целью предотвратить такую же попытку конкурента
- использование лучшего сырья и/или более надежных поставщиков вместо долгосрочных контрактов
- обслуживание престижных потребителей
- завоевание психологического имиджа и позиции у потребителей.

Общество осуществляет свою деятельность на основании любых, за исключением запрещенных законодательством, операций, в том числе путем:

- проведения работ и оказания услуг по заказам юридических лиц и граждан как в России, так и за рубежом, на основании

заключенных договоров или в инициативном порядке на условиях, определяемых договоренностью сторон;

- участия в деятельности других юридических лиц путем приобретения их акций.

Главный смысл финансовой деятельности туристического предприятия заключается в надлежащем обеспечении финансирования.

Туристическая деятельность осуществляется за счет коммерческой деятельности предприятия по оказанию услуг, как юридическим лицам, так и физическим.

Основными источниками формирования прибыли туристического предприятия является прибыль от оказания туристических услуг или от продажи туристического продукта.

Организационная структура ООО «Лата Реал» представляет собой линейную структуру, во главе которой стоит генеральный директор. Данная структура позволяет установить взаимоотношения, которые связывают высшее руководство с низшими уровнями работников.

Директор выполняет управленческую роль. Он контролирует деятельность всей фирмы и принимает управленческие решения, планирует, новые пути развития фирмы и занимается ежедневным подписанием принесенных ему документов. В обязанности директора входят разработка имиджа фирмы, маркетинг, представительские функции, взаимодействие с партнерами, набор и обучение персонала. Он принимает решения по всем вопросам финансово-хозяйственной деятельности фирмы, отнесенным к его компетенции законодательством РФ и внутренними документами ООО «Лата Реал».

Работники туристического агентства исполняют свои обязанности, в соответствии с Трудовым Кодексом РФ, Коллективным договором, иными нормативными правовыми актами, действующими в отношении работников, внутренними документами фирмы, приказами и распоряжениями Генерального директора, и собственными должностными инструкциями.

Таким образом, туризм – это отрасль экономики, включающая в себя деятельность туристических организаторов, агентов и посредников.

Менеджеры туристического бизнеса должны считаться с тем, что эта отрасль не похожа на другие отрасли, поэтому многие модели управления применять в сфере туризма невозможно.

Исходя из вышеизложенного, можно выделить основные черты, которые характерны для управления любым туристическим предприятием [3]:

- При планировании туристической деятельности во главу должны становиться нужды, потребности и желания конечных потребителей.

- Непервичность туристических услуг. Туристический продукт не стал ещё товаром первой необходимостью и вряд ли станет им в ближайшее время. На туристические услуги очень сильно влияет изменение покупательской способности населения. На развитие туризма также сильно влияют политические и экологические явления.

- В туристической отрасли гораздо большее значение имеет маркетинг. Это связано с тем, что продавец туристической услуги не может наглядно показать конечному потребителю свой товар, поэтому ему необходимо найти аргументы в пользу своего товара, а это можно сделать только при хорошо налаженной системе маркетинга. Помимо этого, в связи с непостоянством качества туристической услуги возникает острая необходимость постоянного контроля, то есть эта функция менеджмента приобретает особую значимость.

- Туристическая услуга уникальна. Даже два тура по одному и тому же маршруту часто проводятся по-разному, это связано с различными факторами, которые возникают в стране пребывания.

Заключение: В соответствии с этим можно выделить ряд общих черт, характерных для управления в сфере туризма:

- приоритет желаний конечных потребителей при планировании туристской деятельности;
- непервичность туристской услуги;
- большое значение маркетинга в туристской отрасли;

- уникальность туристской услуги [4].

Таким образом, туризм является специфической формой деятельности людей, которой обязательно нужно управлять. Поэтому процесс управления в сфере туризма должен опираться на ряд особенностей данной отрасли.

📖 ЛИТЕРАТУРА

1. Бондаренко М.П. Человеческий капитал как составной элемент человеческих ресурсов и его роль в современном воспроизводственном процессе / М.П. Бондаренко // Бизнес. Образование. Право. – 2010 - №1 – С. 76-88.

2. Bondarenko M.P. Assessment of the motivation factors for professional sport activity/ M.P. Bondarenko // Middle East Journal of Scientific Research. 2013. Т. 14. № 9. С. 1221-1225.

3. Крупенина Т. Социальные проблемы развития индустрии туризма. // Управление персоналом. – 2014. -№5. – С. 38-43.

4. Кучковская Н.В., Инвестиционная активность спортивных организаций / Кучковская Н.В., Бондаренко М.П. //Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2015. № 3 (13). С. 96-106.

ՏՈՒՐԻՍՏԱԿԱՆ ԲՆԱԳԱՎԱՌԻ ԿԱՌԱՎԱՐՈՒՄ

S.g.թ., դրոցենտ Մ. Պ. Բոնդարենկո, մ.գ.դ., պրոֆեսոր Յու.Ն.Ջուբարև ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ

Առանցքային բառեր: Տուրիզմ, տնտեսական արդյունավետություն, կառավարման օբյեկտ, կադրային քաղաքականություն:

Հոդվածում ուսումնասիրված է տուրիստական բնագավառի կազմակերպման և կառավարման առանձնահատկությունները՝ Վոլգոգրադում գտնվող «Լատա Ռեալ» տուրիստական ընկերության օրինակով: Ներկայումս աշխատանքային գործընթացների կառավարումը կազմակերպության կառավարման անբաժանելի մասն է:

THE MANAGEMENT OF TOURISM

PhD, associate Professor M.Bondarenko, PhD, Professor Yu. Zubarev SUMMARY

Keywords: tourism, economic efficiency, object of management, personnel policy.

The article studies the features of organization and management of tourism on the example of travel agency "Lata Real" in the city of Volgograd. Now the management of labor processes is an indivisible part of organization of management.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ: СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ РЕШЕНИЯ

К.э.н., доцент Бондаренко М.П., д.п.н., профессор Зубарев Ю.А., к.п.н., доцент Перфильева И.В.

Волгоградская государственная академия
физической культуры, Россия

Ключевые слова: физическое воспитание, проблема, умственное воспитание, трудовое воспитание, экономическое воспитание, правовое воспитание, этическое воспитание.

Актуальность: На каждом этапе исторического развития наша страна ставит перед учителями новые задачи. Традиционная система физического воспитания, в основу которой был положен принцип идейности и партийности, изжила себя, стала в большинстве своем недееспособной в современных условиях. Немецкий ученый С. Майнберг, анализируя мировую педагогическую литературу в сфере физической культуры и спорта, пришёл к выводу, что до настоящего времени отсутствует система воспитания спортсменов средствами физической культуры, а имеющиеся разработки наукообразны и не отражают запросов практики[2].

Физическое воспитание - часть общего воспитания, педагогический процесс, который направлен на укрепление здоровья, развитие форм и функций организма человека[3].

Цель исследования: проанализировать основные особенности физического воспитания школьников, выделить современные проблемы и пути их решения.

Задачи исследования: 1. рассмотреть физическое воспитание - часть общего воспитания школьников; 2. проанализировать систему физического воспитания школьников через призму 4 видов обучения; 3. выделить актуальные проблемы в физическом воспитании; 4. определить основные факторы, влияющие на необходимость разработки педагогики физической культуры.

Методология исследования: теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы и нормативных документов, контент-анализ научной литературы по вопросам физического воспитания школьников.

Физическое воспитание детей представляет собой систему из 4 видов обучения:

1. Основное: уроки и занятия физической культурой;
2. Дополнительное: физкультурно - оздоровительные занятия, физкультурно-спортивные мероприятия;
3. Факультативное: тренировки, общешкольные физкультурно-массовые, лечебно-оздоровительные занятия;
4. Самостоятельное: группы по видам спорта, походы с родителями.

В основе физической культуры лежит двигательная деятельность. Физкультурное образование необходимо, но обучающиеся в образовательных учреждениях не получают его в полном объеме.

Выделим актуальные проблемы в физическом воспитании:

✓ Преемственность физического воспитания в общеобразовательной школе, средних профессиональных, специальных и высших учебных заведениях. Недостаточная преемственность содержания практического и теоретического разделов учебного материала, несогласованность показателей и нормативов оценки физической подготовленности в школе.

✓ Проблема подготовки учащихся старших классов и студентов к физическому воспитанию в семье. Эффективность физического воспитания детей в семье зависит от подготовленности к нему родителей, соответственно, чтобы родители давали своим детям практические знания по физической культуре, нужно эти знания передавать из поколения в поколение.

✓ Проблема укрепления здоровья дошкольников, учащихся и студентов.

✓ Проблема дифференцированного учебно-методического комплекса физического воспитания, разработанного с учетом влияния неблагоприятных условий жизни.

✓ Проблема индивидуализации физического воспитания. Одни и те же педагогические средства оказывают различное воздействие на разных людей. Работа с лицами, у которых имеются некие отклонения в состоянии здоровья, должна проводиться индивидуально. А некоторые преподаватели даже не осведомлены о том, что у обучающегося имеются проблемы со здоровьем. Поэтому

му родители должны ответственно подойти к вопросам здоровья своих детей.

✓ Проблема недостаточного информирования различных слоев общества о видах физической культуры и спорта. Многие люди не знают о существовании тех или иных спортивных клубов. Некоторые слои общества не могут заниматься спортом из-за финансовых трудностей.

✓ Проблема стремительного падения престижности в обществе профессий школьного учителя физической культуры. Это обусловлено тем, что в последнее время происходят массовые сокращения кадров в области образования. Помимо этого, оплата труда не настолько высока, как в частных спортивных клубов. Поэтому молодежи проще пройти курсы обучения и работать на высокооплачиваемой работе в фитнес-клубах.

В нашей стране вся педагогическая наука строилась, в основном, на воспитании спортсменов высокого класса, при этом забывалось главное звено - учитель физической культуры, воспитывающий многочисленную армию школьников. Существующая сегодня практика воспитательной работы средствами физической культуры остро ставит вопрос о разработке научных основ предмета «Педагогика физической культуры». Сегодня переход от тоталитарных к демократическим методам воспитания, от тоталитарной педагогики к педагогике содружества поставил перед спортивными педагогами проблемы — «чему воспитывать?» и «как воспитывать?». Мы считаем, что незыблемыми остаются те знания и опыт, которые накапливались из поколения в поколение как в общей педагогике, так и в педагогике физической культуры. Следует также отметить, что многие учителя физической культуры имеют большой опыт и запас знаний в воспитании учащихся средствами физической культуры, однако до настоящего времени эти знания не обобщаются, а от этого проигрывают теория и практика воспитательной работы в общеобразовательных школах и в физкультурных организациях. Присутствует «острый дефицит» в педагогической литературе в сфере физической культуры. Педагогика физической культуры является частью общей педагогики, опирается на ее закономерности и имеет свою специфику. Необходимость в раз-

работке педагогики физической культуры обуславливается следующими факторами:

- ✓ смена политической власти повлекла за собой исчезновение принципов идейности и партийности, вокруг которых строилась вся воспитательная работа;

- ✓ современная обстановка, переход к педагогике содружества;

- ✓ в имеющейся литературе слабо отражается труд учителя физической культуры по воспитанию детей на уроках физической культуры и внеурочных занятиях.

Учитель физической культуры в силу своей профессии чаще и ближе находится со своими учащимися, будь то уроки, тренировки, спортивные соревнования, туристические походы и другие мероприятия. Каждый ребенок в разнообразных условиях раскрывается перед ним как личность, проявляя те или иные положительные или отрицательные качества и способности. Педагог — тонкий психолог, знаток души ребенка[1]. Он должен найти в своем ученике то, что не видят другие и помочь развить эти способности. Отрицательное постепенно ослабевает и исчезает совсем. Такой метод используют опытные учителя физической культуры и тренеры, работающие с педагогически запущенными детьми.

Для работы с детьми учитель должен многое знать о них: взаимоотношения в семье, коллективе, в классе, среди друзей, а также то, в какой социальной среде воспитывается ребенок, его материальные условия. Он должен знать черты характера воспитуемого, его сильные и слабые стороны. Учитель физической культуры должен постоянно помнить, что настоящий воспитательный эффект получается в том случае, когда удастся организовать взаимоотношения, которые основаны на положительных эмоциях.

В целостном педагогическом процессе воспитания все эти составные элементы воспитания реализуются и отражаются в его результатах. Эти требования в полном объеме относятся к воспитательной работе по физическому воспитанию и спортивной деятельности детей. Большую часть этого должны составлять: умственное, морально-нравственное, физическое, трудовое, экологическое, правовое и тд.[4].

Умственное воспитание - выучить людей владеть системой научных знаний о физической культуре, повысить их умственные силы и способности, диалектическое, логическое, абстрактное, эвристическое мышление.

Морально-нравственное воспитание - это знание и осознание нравственных ценностей и идеалов в обществе и физкультурно-спортивной деятельности, принципов, норм и правил общечеловеческой морали и норм поведения в сфере физической культуры и спорта; опыт нравственных отношений таких качеств личности, как ответственность, организованность, дисциплинированность, долг, честь, достоинство, порядочность, скромность, правдивость и др.

Трудовое воспитание - подготовка обучающихся средствами физической культуры и спорта к трудовой деятельности, выработка у них культуры и дисциплины труда, инициативы и творчества, предприимчивости и деловитости, готовности к сознательному выбору профессии.

Экономическое воспитание - это знание экономических закономерностей рыночной экономики; владение такими понятиями, как «кооперация», «планирование», «учет и контроль труда», «режим экономии», «себестоимость», «качество продукции», «экономическое мышление и поведение», «экономические потребности и интересы»; умение соотносить личные потребности с экономическими возможностями их удовлетворения; реальная организация бюджета времени; бережное отношение к спортивному инвентарю, оборудованию, спортивной форме и др.

Этическое воспитание - это определенные нормы поведения, взаимоотношения как с занимающимися физкультурно-спортивной деятельностью, так и с другими людьми. Все это привело к выработке правил поведения в спортивной деятельности, которые в спортивном мире называются спортивной этикой.

Спортивная этика - это совокупность норм и правил поведения спортсмена, его отношение к другим спортсменам, семье, окружающим людям, обществу в целом. Спортивная этика использует общечеловеческие нормы нравственности, накопленные предыдущими поколениями.

Правовое воспитание – причины, порождающие антиобщественные поступки, во многом обусловлены низким уровнем правового сознания. Задача правового воспитания заключается в том, чтобы довести до сознания учеников требования правовых норм, добиться того, чтобы эти требования приобрели для них личностный смысл, стали руководством в повседневном поведении. Спортивные отношения по своему содержанию неоднозначны. Прежде всего, следует выделить правовые, в основе которых лежит элемент обязательности. Обязательная физическая подготовка школьников обеспечивается на основе специальных программ по физическому воспитанию. Нормы права и спортивной этики по своему социальному содержанию тесно взаимосвязаны и являются мощным фактором правового воспитания.

Заключение. Проведенный анализ показал, что в процессе физического воспитания нельзя потерять прогрессивную, гуманистическую, личностную направленность физического воспитания. Проблемы физического воспитания должны занимать подобающее место в Государственной программе по воспитанию молодежи. Должна произойти корректировка проблем физического воспитания и путей его реализации.

Этот процесс должен быть непрерывный, приводящий к действенным практическим шагам, способствующим повышению качества жизни и оздоровления детей, учащихся и студентов. Никто не может сравниться с преобразующей силой физической культуры. Эта сила делает неловкого – ловким, медлительного – быстрым, слабого – сильным, устających – выносливым, болезненного – здоровым. Физическая подготовка позволяет быстрее осваивать новые сложные производственные профессии; она же стала одним из решающих факторов подготовки летчиков, космонавтов, военных.

ЛИТЕРАТУРА

1. Латыпов И.К., Физическая культура и спорт в современной школе: физическая культура: Учебно-методическое пособие. – М.: ГОУ ВПО МГПУ, 2016. – 230 с.

2. Бондаренко М.П., Лях М.П. Анализ организации спортивной и физкультурно-оздоровительной работы в г. Волгограде /Бондаренко М.П., Лях М.П. // Бизнес. Образование. Право. 2012. № 2. С. 260-265.

3. Лукьяненко В.П., Современное состояние и концепция реформирования системы общего образования в области физической культуры: Монография/В.П. Лукьяненко. – М.: Советский спорт, 2015. – 256 с.

4. Белорусова В.В., Беседы и морали спортсмена. – Л., 2017. – 25 с.

5. Лубышева Л.И. Спортизация общеобразовательных школ России: новые векторы развития – 2016 – с. 62-63

6. Bondarenko M.P. Wages in municipal sport facilities / Bondarenko M.P. // World Applied Sciences Journal. 2013. T. 27. № 13 A. С. 478-481.

ԴՊՐՈՑԱԿԱՆՆԵՐԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՐԹՈՒԹՅՈՒՆ. ԱՐԴԻ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐՆԵՐԸ ԵՎ ԼՈՒԾՄԱՆ ՈՒՂԻՆԵՐԸ

**S.գ.թ., դոցենտ Մ. Պ. Բոնդարենկո, մ.գ.դ., պրոֆեսոր Յու.Ն.Զուբարև, մ.գ.թ., դոցենտ Ի.Վ. Պերֆիլևա
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Ֆիզիկական դաստիարակություն, խնդիրներ, մտավոր, աշխատանքային, իրավական, տնտեսագիտական, էթիկական դաստիարակություն:

Հոդվածը վերաբերում է դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության խնդիրներին: Ֆիզիկական կրթությունը, լինելով ընդհանուր կրթության մի մաս և մանկավարժական գործընթաց, այն ուղղված է առողջության ամրապնդմանը, մարմնի ձևերի և գործառույթների զարգացմանը: Հետևաբար, ֆիզիկական դաստիարակությունը կրթական գործընթացի անբաժանելի մասն է: Այս ոլորտում մասնագետների աշխատանքը մանկավարժական աշխատանքի տեսակներից մեկն է: Այն պահանջում է բարձր մակարդակի մասնագիտական որակավորում, մշտական բարելավում և մասնագիտական գիտելիքների կատարելագործում:

THE PHYSICAL EDUCATION OF SCHOOLCHILDREN: MODERN ISSUES AND SOLUTION WAYS

**Bondarenko M. P. associate Professor,
Ph. D. of economics Zubarev Yu. a.,
Ph. D. of pedagogy, Professor, Perfileva I. V.,
Ph. D. of pedagogy, associate Professor**

SUMMARY

Keywords: physical education, problems, intellectual education, labor education, economic education, legal education, ethics education

The article refers to the problems of physical education of schoolchildren. Physical education, being a part of General education and

pedagogical process, is directed to the strengthening of health, development of forms and functions of the human body. Therefore, physical education is an indivisible part of the educational process. The work of specialists in this field is one of the types of pedagogical work. It requires a high level of professional qualification, constant improvement and reconstruction of professional knowledge.

ПРАВОВОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ В РФ

*К.э.н., доцент Бондаренко М.П., к.с.н.,
доцент Чернявская Е.Ю.*

**Волгоградская государственная академия
физической культуры, Россия**

К.п.н, доцент Гезалян А. Г.
**Государственный институт физической
культуры и спорта Армении**

Ключевые слова: спортивное право, управление спортом, спонсорство, оплата труда, спортивная организация.

Актуальность: в последние годы все чаще звучат мнения о необходимости выделения отдельной самостоятельной отрасли спортивное право. Данная отрасль права, по мнению сторонников ее выделения [1], обеспечит правовое и нормативное обеспечение развитию физической культуры и спорта, соответственно предметом спортивного права будет являться органический комплекс общественных отношений, возникающих в сфере физической культуры и спорта – трудовых и социального обеспечения, государственно-управленческих, финансовых и ресурсного обеспечения, хозяйственных (предпринимательских), уголовно-правовых, в сфере спортивной травматологии и противодействия применению допинга, международных, а также процессуальных (по урегулированию спортивных споров).

Цель исследования: рассмотреть правовое регулирование деятельности спортивных организаций в РФ.

Идея создания спортивного права в России возникла после скандала на Олимпиаде 2002 года, где по разным причинам

российские спортсмены были лишены наград. Стало ясно, что этими проблемами надо серьезно заниматься. Но вместо того чтобы перед несколькими крупными специалистами поставить задачу досконально изучить правила соревнований и порядок подготовки к ним, объявили, что в юриспруденции необходима целая отрасль спортивного права, а на юридических факультетах - кафедры спортивного права [6].

Задачи исследования:

- основные проблемы развития организаций спорта;
- выделить следующие перспективные направления развития законодательства касательно деятельности спортивных объединений;
- проанализировать положительный опыт зарубежных стран;

Методы исследования. Теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы и нормативных документов, контент-анализ научной литературы по вопросам спортивного права в сфере физической культуры и спорта.

На наш взгляд, выделение отрасли спортивного права не актуально, ибо все вопросы, которые предлагается вынести в спортивное право фактически уже регулируются нормами гражданского, трудового, уголовного права. Другое дело, что необходимо доработать имеющиеся нормы с учетом специфики спорта как компонента социальной и культурной жизни общества. Поэтому проблемные вопросы деятельности спортивных федераций должны решаться в рамках имеющихся отраслей права - преимущественно гражданского, т.к. спортивные федерации являются некоммерческими общественными объединениями, деятельность которых регулируется нормами ГК РФ и специальными законами.

Итак, можно выделить следующие перспективные направления развития законодательства касательно деятельности спортивных объединений: во-первых, законодательно закрепить государственную поддержку общественных физкультурно-спортивных объединений, используя мировой опыт. Самостоятельно (собственными финансовыми возможностями, даже учитывая спонсорскую помощь) справиться с данной задачей спортивные федерации России не могут. Однако средства только одного источника (бюд-

жета) не позволяют решать все финансовые проблемы. Практически все средства, которые спортивные федерации имеют в настоящее время, расходуются на спорт высших достижений, а в регионах, республиках, областях и городах, прежде всего на подготовку спортсменов высокой квалификации, содержание команд по игровым видам спорта и на проведение соревнований. На массовый спорт денег нет.

Так, например, в Аргентине средства Национального фонда спорта складываются из следующих источников: 50% чистой прибыли от деятельности залов развлечений, Национальной благотворительной лотереей, казино, фонды, поступающие со специального счета от проведения Спортпрогнозов, средства, ежегодно выделяемые государственным бюджетом; компенсации и проценты с займов, предоставленных спортивным организациям; поступления от штрафов; имущество ликвидированных спортивных организаций; поступления из иных источников [4].

В Испании средства Высшего совета спорта складываются из: ежегодных ассигнований из государственного бюджета; доходов от сборов и установленных государством цен; субсидий, предоставляемых административными органами и государственными объединениями; даров, наследств, завещаний, премий; экономических льгот, предоставляемых государственными нормативными актами; прибыли от собственного имущества; займов и кредитов. [4].

Подчеркнем, что доля средств государственного спортивного бюджета в Германии, Великобритании, Финляндии, Швеции, Дании составляет менее 20% суммы местных спортивных бюджетов, во Франции, Италии разница составляет 30%, в Испании, Португалии — 40%. Доля вложений региональных, муниципальных и местных органов управления в совокупный спортивный бюджет составляет в Великобритании — 95%, в Германии — 98%, Испании — 76%, Финляндии — 85%, Франции — 77%, Швеции — 90% и Италии — 57% [3].

В общем, не вызывает сомнений, что финансирование спорта, спортивных организаций разного уровня не может строится

лишь на бюджетных средствах – это и мировая практика, и российская действительность.

Отсюда – проблема «во-вторых»: необходимо создать благоприятные условия для спонсоров и инвесторов, направляющих свои средства на развитие уставной (исключительно уставной) деятельности спортивных федераций – подготовку спортивного резерва и сборной команды России для участия в Олимпийских, Параолимпийских играх, ответственных международных соревнований.

Зарубежный опыт спонсорства раскрывает две стороны этой медали. С одной стороны, это, безусловно, большая финансовая и материальная помощь клубу, обществу, федерации. С другой стороны, спонсорство позволяет спонсору диктовать свои условия деятельности спортивной организации, поскольку спонсорство, в отличие от меценатства, – это, прежде всего, экономическое понятие, подчиненное интересам спортсменов, занимающихся и зрителей [2]. Для спорта в любой стране характерны свои своеобразные в общем-то демократические принципы. Вследствие этого падает престиж т.н. «второсортных» видов спорта и спортсменов, специализирующихся в этих видах.

Относительно безболезненным вариантом выживания в отсутствие спонсорской помощи может стать программа льготного кредитования самих спортивных организаций – это позволит создать нормальные условия для развития массового спорта и обеспечить равные возможности для участия в спортивной деятельности всех граждан. Так, например, в Финляндии государственное финансирование, поддержка и кредитование выделяются в первую очередь из тех средств, которые поступают в национальный бюджет от проведения лотерей. Максимальный объем помощи составляет 75% от суммы расходов, а в ряде случаев может достигать 90%. Государственный бюджет ежегодно выделяет определенную сумму для оказания финансовой помощи национальным спортивным организациям в соответствии со списком, утвержденным Государственным Советом Финляндии [3].

В-третьих, возможно нормативно закрепить регулирование организации эффективной деятельности физкультурно-спортив-

ных обществ и организаций (федераций) по видам спорта, занимающихся развитием массовой физической культуры и спорта. Данный вопрос был обойден вниманием в Законе «О физкультуре и спорте».

Действующий Закон не содержит норм, направленных на регулирование экономической деятельности спортивных организаций как участников складывающегося рынка спортивных и физкультурно-оздоровительных услуг [1]. Соответственно этому должны быть посвящены отдельные положения законодательства.

Практической проблемой современных российских спортивных федераций можно назвать тот факт, что к руководству федераций все чаще приходят люди из политики или бизнесмены. При этом по оценкам самих спортсменов это пагубная тенденция, поскольку федерацией должны руководить люди близкие спорту, профессионалы.

Заключение. Проведенное исследование позволяет предположить, что следует в законодательство о спорте внести норму, что руководить национальными спортивными федерациями могут граждане Российской Федерации (согласно абз.2 п.3 ст.8 Закона «ФКиС»), в прошлом или настоящем занимающиеся спортом на профессиональной основе. Это необходимо для того, чтобы руководитель был знаком с доверенным ему на управление спортом «изнутри», был компетентен в вынесении резонных предложений на обсуждение в международных федерациях. Таким образом, деятельность спортивной федерации была бы направлена на истинно уставные цели развития и популяризации спорта в стране, как профессионального, так и массового, а иные политические и экономические задачи не превалировали бы над культурно-общественными.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алексеев С.В., Глашев А.А., Минаев М.Ю. Спортивное право: учеб. для вузов. – М., Лигалорбис, 2002
2. Бондаренко М.П., Зубарев Ю.А., Кучковская Н.В. Юридические и экономические аспекты подготовки спортивных менеджеров за рубежом /Бондаренко М.П., Зубарев Ю.А., Кучковская Н.В. // Вестник Евразийской академии административных наук. 2016. № 1 (34). С. 133-135

3. Бондаренко М.П., Макаренко Т.М., Клиновская Е.В. Управление физкультурными организациями в современный период // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2014. № 3 (9). С. 93-97

4. Вапнярская О.И., Золотов М.И. Зарубежный опыт управления массовым спортом // Менеджмент в России и за рубежом. - №3, 2003.

5. Кучковская Н.В., Инвестиционная активность спортивных организаций / Кучковская Н.В., Бондаренко М.П. // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2015. № 3 (13). С. 96-106.

6. Суханов Е.А. Осторожно: гражданско-правовые конструкции! // Законодательство - №9 - 2003 г.

**ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ
ԻՐԱՎԱԿԱՆ ԿԱՐԳԱՎՈՐՈՒՄՆԵՐԸ ՌՈՒՍԱՍՏԱՆԻ
ԴԱՇՆՈՒԹՅՈՒՆՈՒՄ**

**Տ.գ.թ., դոցենտ Մ.Պ. Բոնդարենկո,
ս.գ.թ., դոցենտ Ե. Յու. Չերնյավսկայա,
մ.գ.թ., դոցենտ Ա. Գ. Գյոզալյան
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Սպորտային իրավունք, սպորտի կառավարում, հովանավորում, աշխատանքի վարձատրություն, սպորտային կազմակերպություն:

Հոդվածում ներկայացված է Ռուսաստանի Դաշնության ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի ոլորտի ներկայիս օրենսդրությունը, որն իր մեջ ներառում է մոտ 200 իրավական ակտեր: Այս հանգամանքը հնարավորություն է ընձեռում հիմնավորել այն փաստը, որ անհրաժեշտ է ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի ոլորտում բարելավել օրենսդրությունն ընդհանրապես, և մարզական կազմակերպությունների գործունեությունը՝ մասնավորապես: Այս հակասության վերլուծությունը ներկայացված է հոդվածում:

**THE REGULATIONS OF LEGAL ACTIVITY OF SPORT ORGANIZATIONS IN
RUSSIAN FEDERATION**

**PhD. of economics, associate Professor M. Bondarenko,
Ph.D. of social sciences, associate Professor E. Chernyavskaya,
Ph.D. of pedagogy, associate Professor A. Gyozyalyan,
SUMMARY**

Key words: sports law, sport management, sponsorship, wage, sports organization.

This article presents current legislation of Physical Culture and Sport in Russian Federation which includes about 200 legal acts. This fact brings to the conclusion that it is necessary to improve the legislation in the field of

Physical Culture and Sport in general and the activity of Sports organizations in particular. The analysis of this contradiction is presented in the article.

АНАЛИЗ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ К ПРОБЛЕМЕ ПРЕДСТАРТОВЫХ СОСТОЯНИЙ В ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ЗАРУБЕЖНЫХ РАБОТАХ

Доктор пед. наук, канд. психол. наук, профессор Ю. В.
Байковский, магистр спорта,
преподаватель кафедры общей психологии
Московского института психоанализа А. О. Савинкина
Москва, Россия

Ключевые слова: психологическое состояние, предстартовое состояние, стресс, стресс-факторы, соревнования, оптимальное боевое состояние, поток.

Исследование проведено в рамках государственного контракта № 122 от «19» апреля 2017 года.

Введение. Многолетний опыт работы тренеров, психологов, физиологов и врачей со спортсменами позволил утверждать, что успешность выступления на соревнованиях во многом определяется предстартовым состоянием спортсмена [1, 6, 18, 20, 28, 39, 40 и др.]. Под **предстартовым состоянием спортсмена** понимают условно-рефлекторную психологическую и физиологическую преднастройку человека и его организма на предстоящую соревновательную деятельность [5, 11]. Предстартовое состояние является биологически целесообразной приспособительной реакцией организма, сопровождающейся мобилизацией двигательных и вегетативных функций для выполнения предстоящей работы – соревновательной деятельности [3, 13]. Однако хорошо известно, что повышение уровня возбуждения связано с эффективностью деятельности не линейно, а U-образной зависимостью, описанной Р.М. Йерксом и Дж. Д. Додсоном еще в 1908 году [8].

Психическое состояние, возникающее перед стартом, – это острое переживание спортсменом конкретного отношения к возможным результатам деятельности в данный момент времени. Вы-

сокие психические и физические нагрузки в спорте практически всегда приводят к стрессу, который рассматривается как целостное психофизиологическое состояние, определяемое широкой мобилизацией функциональных резервов для преодоления экстремального воздействия, сопровождаемое неспецифическими вегетативными и эмоциональными изменениями. Эти явления впервые описал канадский физиолог Г. Селье [11].

Стресс, в том числе и соревновательный, – это интегральный ответ организма и личности на экстремальные воздействия (стрессоры) или на повышенную нагрузку [24]. В динамике сопротивляемости организма по отношению к повреждающим факторам стресса выделяют три фазы:

1. Тревога – настороженность и первичное (часто избыточное) возбуждение в ответ на стресс-фактор.

2. Резистентность – реакция адаптации (приспособления) организма к стрессорам.

3. Истощение – фаза рассогласования в деятельности систем организма, приводящая к «поломке» отдельных из них.

Согласно представлениям о динамике спортивного стресса, после воздействия очень высоких соревновательных стресс-факторов возникают реакции организма, характеризующиеся мобилизацией функциональных резервов. Это позитивное влияние стресса на состояние спортсмена, способствующее существенному повышению возможностей человека именно в стрессе, называют **эустрессом**. Если действие стресс-фактора продолжается слишком долго, начинается стадия истощения – **дистресс**, т.е. общее падение функциональных показателей организма спортсмена [3, 6, 7, 11].

У спортсменов, длительное время занимающихся спортом, образуется система условно-рефлекторных связей, которая может активизироваться вне зависимости от их воли и желания, подготавливая организм к предстоящей ориентировочной и двигательной деятельности. Данные сдвиги могут возникать задолго до старта, когда спортсмен в них еще не нуждается. Однако, возникая непосредственно перед соревнованиями или стартом, они играют большую приспособительную роль.

Динамика психологического состояния спортсмена. В рамках теории зоны оптимального реагирования В.Ф. Соповым было предложено анализировать психологическое состояние спортсмена на основе периода тренировочного процесса: подготовительного, предсоревновательного и соревновательного. Согласно модели, в ходе тренировочного процесса происходит адаптация спортсмена к предъявляемой нагрузке и соответствующему ей стрессу. Спортсмен обучается новым упражнениям и способам их применения, после чего тренирует уровень освоенного двигательного навыка, постепенно сокращая амплитуды технических ошибок и колебания функционального состояния систем организма [24].

В зависимости от времени возникновения состояния и этапа тренировочного процесса можно выделить:

- **раннее предсоревновательное состояние**, появляющееся в подготовительном периоде за несколько недель до соревнований;
- **предсоревновательное состояние**, возникающее в предсоревновательный период тренировочного процесса за несколько дней до спортивных соревнований;
- **раннее предстартовое состояние**, проявляющееся в соревновательном периоде, начинающемся с момента попадания спортсмена в атмосферу спортивных состязаний;
- **предстартовое состояние**, которое возникает за несколько минут или секунд до старта;
- **стартовое состояние** – сопровождает начало выступления спортсмена на соревнованиях;
- **межстартовое состояние**, характерное для периодов отдыха между отдельными стартами в течение дня соревнований;
- **послестартовое состояние**, являющееся следствием успешного или неудачного выступления спортсмена.

Развитие неблагоприятного предсоревновательного и раннего предсоревновательного состояния характеризуется усилением работы функциональных ресурсов задолго до старта. При высокой субъективной значимости соревнования могут развиваться «**стресс ожидания**» [14]. Несвоевременная растрата

функциональных ресурсов организма лежит в основе последующей неготовности организма спортсмена к соревнованию и предвещает развитие значительных вегетативных изменений, выражающих неадекватное восприятие им соревновательной ситуации [21]. Таким образом, возникающие задолго до старта ранние предсоревновательные состояния оказывают непосредственное влияние на предстартовое и стартовое состояние за счет сохранения либо истощения психологических и физиологических ресурсов спортсмена [1, 16].

Предстартовое состояние в большинстве случаев характеризуется усилением частоты сердечных сокращений и дыхания, повышением артериального давления и газообмена, увеличением содержания количества эритроцитов, гемоглобина и глюкозы периферической крови [7, 20]. У лиц со «слабым» типом нервной системы это обычно приводит к ухудшению работоспособности [22]. Оптимальные характеристики предстартового функционирования организма являются индивидуальными для каждого спортсмена [1, 32, 34]. В целом, можно отметить, что на предсоревновательное и предстартовое состояние спортсмена влияет целый ряд факторов, таких как тип темперамента и характера и психофизиологические особенности личности [2, 26]. В частности, было выявлено, что интроверты чаще находятся на соревнованиях либо в состоянии боевой готовности, либо в состоянии апатии, экстраверты – в боевой готовности либо в состоянии лихорадки [26].

При негативном предстартовом состоянии сдвиги вегетативных функций еще более усиливаются. Непосредственно перед стартом у многих спортсменов наблюдается нарушение ритма сердечной деятельности в виде аритмии, которые могут свидетельствовать об острых психических переживаниях спортсменов, способствующих развитию эмоционального стресса, при котором активизируются не только симпатические, но и парасимпатические центры вегетативной нервной системы [16, 27]. Происходит мобилизация резервов организма, наиболее существенных для достижения поставленных спортивных целей. В частности, существенные сдвиги происходят в деятельности нервной, сердечно-сосудистой, гуморальной и терморегуляторной системе [15, 21].

Послестартовое и межстартовое состояние, как правило, варьирует от незначительного утомления до глубокого истощения организма. Этот период характеризуется временным снижением устойчивости и сопротивляемости психофизиологических функций средовым воздействиям. В данный период необходимо оперативное восстановление психологических и физиологических ресурсов спортсмена, что особенно важно при неблагоприятном межстартовом состоянии.

Теоретические подходы к изучению предстартовых психологических состояний. Изучению теоретических основ и практических аспектов управления предстартовыми состояниями спортсменов были посвящены многочисленные отечественные [6, 7, 10, 11, 18, 19, 24 и др.] и зарубежные работы [31, 33, 34, 37-40 и др.]. Эмпирические исследования показали, что состояние оптимальной психологической готовности спортсменов к соревнованиям, в сравнении с менее эффективными состояниями, характеризуется умеренным уровнем ситуативной тревожности, фрустрации и высокими показателями соотношения приподнятость-подавленность [4, 12]. Благоприятное предстартовое психологическое состояние было названо различными авторами *состоянием боевой готовности* [10, 18, 19], *оптимальным боевым состоянием* [1], *индивидуальной зоной оптимального функционирования* [32-34], *состоянием потока* [30, 31]. Авторы предложенных понятий сходятся в том, что под ними понимается некоторое оптимальное предстартовое состояние, с оптимальной степенью эмоционального возбуждения, однако существенные характеристики данного состояния в различных подходах разнятся.

А.Ц. Пуни рассматривал *состояние боевой готовности* в качестве специфического синдрома, характеризующегося трезвой уверенностью спортсмена в своих силах, стремлением проявить все силы в борьбе и добиться победы, высокой помехоустойчивостью, способностью управлять своим поведением в борьбе. К основной отличительной черте состояния боевой готовности А.Ц. Пуни относил оптимальный уровень эмоционально-волевого напряжения [4, 18, 19].

Г.Д. Горбунов под **состоянием боевой готовности** понимал гармоничное сочетание всех уровней управления в организме и поведении спортсмена, оптимизацией функциональных систем, обеспечивающих его деятельность и позволяющих реализовать подготовленность спортсмена, а при большом воодушевлении и его резервные возможности. В состоянии боевой готовности спортсмен переживает яркие эмоции, он уверен в успехе, в своих силах, чувствует прилив бодрости, энергии, с нетерпением ждет начала спортивной борьбы. К старту спортсмен готовится тщательно, расчетливо и организованно, его внимание сконцентрировано, устойчиво и интенсивно, восприятие обострено, мыслительные процессы протекают быстро и четко. Физиологической основой состояния боевой готовности является общий высокий уровень работоспособности всех систем организма спортсмена, оптимальное состояние возбудительных и тормозных нервных процессов [10].

А.В. Алексеев определяет **оптимальное боевое состояние** как модель наилучшего психофизического соревновательного состояния конкретного спортсмена или мысленная модель «самого себя в самом лучшем виде», т.е. это некоторый мысленный образ или прообраз идеального соревновательного состояния. Для того чтобы войти в оптимальное боевое состояние, спортсмен должен обладать представлением о нем, хранить в памяти мысленный образ идеального состояния и связанные с ним ощущения [1]. В отличие от А.Ц. Пуни и Г.Д. Горбунова, в содержании оптимального боевого состояния А.В. Алексеев выделяет физический, мыслительный и эмоциональный компоненты, тесно связанные с другими аспектами подготовки спортсмена [1, 4].

Согласно подходу Ю.Л. Ханина, называемому также теорией оптимального возбуждения, каждому спортсмену присуща **индивидуальная зона оптимального функционирования** (IZOF – individual zone of optimal function). Предполагается, что эффективность деятельности оказывается наилучшей, если уровень возбуждения находится в пределах IZOF [32-34]. С одной стороны, данный подход подвергался критике за повторение теории перевернутой U, основанной на законе Йеркса-Додсона. С другой, выдвинутая теория подчеркивает роль индивидуальности зон оптимального

функционирования спортсменов. Например, говорится о том, что одни спортсмены будут достигать наилучших результатов при очень высоком уровне возбуждения, другие – при среднем уровне возбуждения, третьи – при полном расслаблении.

М. Чиксентмихайи предложил термин **«поток»**, или «потоковое состояние» [30, 31]. Под ним понимается состояние, при котором человек полностью включен в то, чем он занимается – это эмоциональный подъем, состояние мобилизации [38]. Возникновению состояния потока способствует возрастание опыта человека и трудности задачи, баланс между навыками и сложностью. Для достижения состояния потока необходимо отслеживать этот баланс: задача должна быть сложной, но соответствовать возможностям спортсмена (находится в зоне ближайшего развития). М. Чиксентмихайи и соавт. выделяют такие признаки потока как ясные цели, концентрация внимания на задаче, потеря чувства самосознания и др. Особенно ярко состояние потока проявляется в командных видах спорта, когда достигается т.н. групповой поток [30, 31, 38].

Согласно **модели катастрофы** Л. Харди, выступление спортсмена на соревнованиях зависит не только от уровня физиологического возбуждения, но и от когнитивного беспокойства [35-37]. Л. Харди утверждает, что физиологическое возбуждение связано с эффективностью спортсмена как перевернутая U, но только в случае отсутствия когнитивной тревоги. В случае высокого когнитивного состояния тревоги (волнения) увеличение уровня возбуждения достигает определенного порога, после чего происходит быстрое снижение эффективности моторной деятельности – «катастрофа». Таким образом, в зависимости от величины когнитивного беспокойства, физиологическое возбуждение может оказывать различное влияние на уровень физической активности спортсмена. Предложенная модель подчеркивает необходимость контроля не только уровня возбуждения, но и когнитивного состояния тревоги – волнения [35, 37].

Неблагоприятные предстартовые психологические состояния. Зачастую психологическое состояние спортсмена до и во время соревнований не является оптимальным, что связано с возникновением стрессовых реакций, которые могут нарушать су-

точный ритм, снижать мобилизационную готовность и ухудшать спортивную работоспособность [16]. Предстартовое возбуждение в меньшей степени способствует нарушению выполнения длительных и хорошо автоматизированных упражнений, в большей – сложно-координационных движений [22].

Среди неблагоприятных предстартовых состояний чаще всего выделяют предстартовую апатию, лихорадку, благодушие и др. [1, 18, 23, 25, 28, 29]:

1. **Предстартовая лихорадка** характеризуется слишком сильным физиологическим возбуждением спортсмена, что может сопровождаться тремором и мешать контролированию моторной деятельности, приводить к неадекватной самооценке своих действий и сил соперников, что в совокупности снижает соревновательный результат спортсмена [9, 28].

2. **Предстартовая апатия** связана с длительным предсоревновательным эмоциональным возбуждением, которое часто переходит в предстартовое торможение, или перегорание [1, 17]. Данное состояние не позволяет спортсмену мобилизоваться в связи с истощенным состоянием центральной нервной системы, зачастую связанным с невозможностью полноценного восстановления и сна накануне соревнований. Деятельность спортсмена в состоянии предстартовой апатии осуществляется на общем пониженном функциональном уровне.

3. **Предстартовое благодушие** характеризуется недооценкой ситуации, переоценкой себя и недооценкой сил соперников, сниженным тонусом мышц, замедленностью движений, отстраненностью от ситуации.

4. **Психосоматический срыв** – проявляется в панике или обиде, неуправляемости движений, снижении тонуса мышц, судорожностью, невозможности адекватного реагирования на ситуацию.

5. **Болевой финишный синдром** сопровождается жалостью к себе, страхом боли, недостатком энергии, ватностью мышц, желанием уйти от борьбы [1, 24].

Заключение. Анализ зарубежных и отечественных источников показал, что проблема предстартовых состояний рассматри-

вается как один из ведущих факторов, определяющих эффективность выступления спортсмена на соревнованиях. Предложенные А.Ц. Пуни, Г.Д. Горбуновым, А.В. Алексеевым, Ю.Л. Ханиным, М. Чиксентмихайи, Л. Харди, В.Ф. Соповым и др. системы анализа предстартового состояния включают рассмотрение краткосрочных и более устойчивых особенностей динамики психического состояния, возникающих в ожидании и во время воздействия на спортсмена соревновательных стресс-факторов. В основу предложенных систем легли эмоциональные, когнитивные и физиологические изменения, возникающие перед стартом, т.е. в ответ на воздействие соревновательных стресс-факторов, а также общая U-образная зависимость результативности деятельности от уровня возбуждения организма. Стоит, однако, отметить, что описанные подходы существенно дополняют закон Йеркса–Додсона применительно к эффективности соревновательной деятельности.

Большая часть исследований, посвященных изучению предстартовых состояний, была направлена, в том числе на изучение и предсоревновательных, и соревновательных состояний, не учитывая специфику динамики психического состояния непосредственно перед стартом. Нами была предложена периодизация, включающая семь отрезков подготовительного, предсоревновательного и соревновательного периодов, сопровождающихся различными задачами, стресс-факторами и, соответственно, психическими состояниями. Каждый из выделенных периодов требует использования специфических методов оценки состояния спортсмена и коррекции, необходимой для повышения спортивной результативности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алексеев А.В., Себя преодолеть! [Текст] / А.В. Алексеев. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 144 с.
2. Белова Е.Л., Детерминированность реагирования сердечного ритма личностными особенностями спортсменов в предстартовом состоянии [Текст] / Е.Л. Белова, Н.В. Румянцева // Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2013. – №8. – 102 с.
3. Быстрова Я. А., Сущностная характеристика понятия предстартового состояния [Текст] / Я. А. Быстрова // Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2016. – № 6. – 136 с.

4. Быстрова Я. А. Понятие оптимального боевого состояния (ОБС) и оптимизация предстартовых состояний [Текст] / Я. А. Быстрова, А. Г. Левицкий // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2016. – №2. – С. 58-62.

5. Вайнер Э. Н. Краткий энциклопедический словарь: Адаптивная физическая культура [Текст] / Э. Н. Вайнер, С. А. Кастюнин. – 2-е изд., стер. – М. : Флинта, 2012. – 144 с.

6. Волков Н. К. Динамика предстартового эмоционального состояния у борцов и методика его регуляции: автореф. дис. ... канд. пед. наук [Текст] / Н. К. Волков ; ВНИИФК. – М., 1976. – 25 с.

7. Геселевич В.А. Предстартовое состояние спортсмена [Текст] / В.А. Геселевич. – М. : Физкультура и спорт, 1969. – 85 с.

8. Гиппенрейтер Ю. Б. Психология мотивации и эмоций / Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман // Хрестоматия по психологии. – М. : Астрель, 2009. – 704 с.

9. Гогунев Е.Н. Психология физического воспитания и спорта: учебное пособие [Текст] / Е.Н. Гогунев, Б.И. Мартыанов. – М.: Академия, 2000. – С. 63-78.

10. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта [Текст] / Г. Д. Горбунов. – М. : Советский спорт, 2012. – 312 с.

11. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека [Текст] / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2005. – 412 с: ил.

12. Кузьмина Л.Л. Влияние предстартового психологического состояния спортсменов, занимающихся фитнес-аэробикой, на успешность их соревновательной деятельности [Текст] / Л.Л. Кузьмина, Д.Л. Миронов, Э.М. Попов, И.Б. Губанцева // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2015. – № 4. – С. 124-127.

13. Мартыненко И.В. Регуляция предстартовых состояний методом аутогенной тренировки квалифицированных конькобежцев в соревновательном периоде [Текст] / И. В. Мартыненко, Д. В. Камелькова, И. Н. Орешкина // Проблемы современного педагогического образования: сборник научных трудов. – 2016. – № 53. – Ч. 8. – 220 с.

14. Меерсон Ф. З. Адаптация, стресс и профилактика [Текст] / Ф. З. Меерсон. – М. : Наука. – 1981.

15. Опарина О.Н. Дизадаптация при физических нагрузках // Современные проблемы и перспективы развития физической культуры, спорта, туризма и социально-культурного сервиса [Текст] / О.Н. Опарина // Материалы I Всерос. научн.-практ. конф. (Набережные Челны, 2013 г.) [Текст] – Набережные Челны: НФ Поволжской ГАФКСиТ, 2013. – Т.2. – С. 95-97.

16. Опарина О.Н. Влияние стрессовых состояний на работоспособность спортсмена в условиях соревнований [Текст] / О.Н. Опарина, Е. Ф. Кочеткова // Международный научно-исследовательский журнал. – 2014. – № 2 (21). – С. 58-59.

17. Попов Д.В. Взаимосвязь предстартовых состояний тренера и спортсмена (на материале единоборств): автореф. дис. канд. психол. наук [Текст] / Попов Д.В. – СПб, 2003. – 17 с.

18. Пуни А. Ц. Предстартовые состояния спортсмена [Текст] / А.Ц. Пуни // Теория и практика физической культуры, 1949. – С. 519-526.

19. Пуни А.Ц. Очерки психологии спорта [Текст] / А.Ц. Пуни. М. : Физкультура и спорт, 1959. – 164 с.

20. Радченко О.В. Саморегуляция психического состояния спортсменов сборной команды ФСИН России, занимающихся комплексным единоборством, в соревновательный период [Текст] / О.В. Радченко, Р. А. Гниломедов, А. К. Ефремов // Вестник Воронежского института ФСИН России. – 2014). – № 1. – С. 94-96.

21. Разумов С. А. Эмоциональный стресс, работоспособность и здоровье [Текст] / С. А. Разумов. – Л. : Знание, 1975. – 156 с.

22. Смирнов К.М. Физиология эмоций и физические упражнения // Актуальные вопросы физиологии спорта: Сб. науч. тр, 1979 / К.М. Смирнов. – С.168-177.

23. Симаков А. М., Павленко А. В. Инновационная система отбора спортсменов на ответственные соревнования (на примере тхэквондо) [Текст] / А. М. Симаков, А. В. Павленко // Наука, образование и инновации. – 2016. – С. 186-190.

24. Сопов В.Ф. Психические состояния в напряженной профессиональной деятельности: учеб. пособие [Текст] / В.Ф. Сопов. – М. : Трикта, 2005. – 128 с.

25. Сопов В.Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте [Текст] / В.Ф. Сопов. – М. : Трикта, 2010. – 116 с.

26. Спесивцева О.И. Влияния психосоциальных установок личностей юных спортсменов на предстартовые состояния [Текст] / О.И. Спесивцева // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2016. – № 5(4). – С. 417-420.

27. Судаков К. В. Системные механизмы эмоционального стресса [Текст] / К. В. Судаков. – М. : Медицина, 1981. – 232 с.

28. Толкунова И. В. Важность регуляции предстартового состояния в спорте [Текст] / И. В. Толкунова О. В. Красницкая, А. В. Голец // Физическое воспитание студентов. – 2011. – Вып. 6. – С. 107-110.

29. Толкунова И. В., Комарова А. М. (2016). Психологические особенности предстартовых состояний квалифицированных спортсменов (на

примере стрелкового спорта) [Текст] / И. В. Толкунова, А. М. Комарова. – 2016. – С. 137-140.

30. Чиксентмихайи М. Поток: психология оптимального переживания / Михай Чиксентмихайи ; Пер. с англ. – М. : Альпина Паблишер, 2015. – 194 с

31. Csikszentmihalyi M. Toward a psychology of optimal experience / M. Csikszentmihalyi // *Flow and the foundations of positive psychology*. – Springer Netherlands, 2014. – С. 209-226.

32. Hanin Y. (1995). Performance affect in soccer players: an application of the IZOF model / Y. L. Hanin, P. Syrja // *International Journal of Sports Medicine*. – 1995. – № 16. – P. 260-265.

33. Hanin Y. L. Emotions and athletic performance: Individual zones of optimal functioning model / Y. L. Hanin // *European yearbook of sport psychology*. – 1997. – Т. 1. – P. 29-72.

34. Hanin Y. L. (2002). Metaphoric description of performance states: An application of the IZOF mode / Y. L. Hanin, N. B. Stambulova // *The Sport Psychologist*. – 2002. – № 16(4). – P. 396-415.

35. Hardy L. A catastrophe model of performance in sport / L. Hardy. – 1990. – 128 p.

36. Hardy L. Testing the predictions of the cusp catastrophe model of anxiety and performance / L. Hardy // *The sport psychologist*. – 1996. – Т. 10. – №. 2. – P. 140-156.

37. Hardy L. Is self-confidence a bias factor in higher-order catastrophe models? An exploratory analysis / L. Hardy, T. Woodman, S. Carrington // *Journal of Sport and Exercise Psychology*. – 2004. – Т. 26. – №. 3. – P. 359-368.

38. Jackson S. A. Psychological correlates of flow in sport / S. A. Jackson // *Journal of Sport and exercise Psychology*. – 1998. – Т. 20. – №. 4. – P. 358-378.

39. Podrigalo L. V. Study of specificities of arm wrestlers' psychological status in competition period / L. V. Podrigalo, M. N. Galashko, N. I. Galashko // *Physical education of students*. – 2015. – № 3. – P. 44-51.

40. Robazza C. (1999). Emotions, heart rate and performance in archery: a case study / C. Robazza, L. Bortoli, V. Nougier // *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*. – 1999. – № 39. – P. 169-176.

**ANALYSIS OF THEORETICAL APPROACHES TO THE PROBLEM OF
PRESTART CONDITIONS IN RUSSIAN AND FOREIGN RESEARCHES**

**Yuri Baikovskiy – Doctor of Pedagogical Sciences,
PhD of psychological sciences, Professor, Alexandra Savinkina – Master
of Sport Sciences, Senior Lecturer, Junior Researcher**

SUMMARY

Keywords: psychological condition, pre-start condition, stress, stress factors, competitions, optimal fighting condition, flow.

The article presents theoretical ideas about pre-start psychological condition features described in the works of A.C. Puni, G.D. Gorbunov, A.V. Alekseev, Yu.L. Hanin, M. Csikszentmihalyi, L. Hardy, F.V. Sopotov, etc. It was shown that emotional, cognitive and physiological changes laid in the basis of the analyzed works. These changes occur before the start, in response to the impact of competitive stress factors, as well as the general U-shaped dependence of performance productivity from the level of organism stimulation. We proposed periodization, including seven segments of the training process, accompanied by various goals, stress factors, and, accordingly, psychological condition.

**ՆԱԽԱՄԵԿՆԱՐԿԱՅԻՆ ԻՐԱՎԻՃԱԿՆԵՐԻ ԽՆԴԻՐՆԵՐԻՆ
ՎԵՐԱԲԵՐՈՂ ՏԵՍԱԿԱՆ ՄՈՏԵՑՈՒՄՆԵՐԻ
ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆԸ ՀԱՅՐԵՆԱԿԱՆ ԵՎ ԱՐՏԱՍԱՀՄԱՆՅԱՆ
ՈՒՍՈՒՄՆԱՍԻՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՒՄ**

**Մ.գ.դ., հ.գ.թ., պրոֆեսոր Յու. Վ. Բայկովսկի
Սպորտի մագիստրոս,**

**հոգեբանության ամբիոնի վարիչ Ալ. Օ. Սավինկինա
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Հոգեվիճակ, նախամեկնարկային իրավիճակ, սթրես, սթրեսային գործոններ, մրցումներ, օպտիմալ մարտական վիճակ, հոսք:

Հոդվածում ներկայացված են նախամեկնարկային հոգեբանական իրավիճակների առանձնահատկությունների տեսական պատկերացումները, որոնք նկարագրված են Ա. Յ. Պունիի, Գ. Դ. Գորբունովի, Ա.Վ. Ալեկսևի, Յու. Լ. Խանինի, Մ. Չիկսենտմիխայի, Լ. Հարդիի, Վ. Ֆ. Սոպովի և մյուսների աշխատություններում: Ցույց է տրված, որ վերլուծված աշխատանքների հիմքում ընկած են էմոցիոնալ, ճանաչողական և ֆիզիոլոգիական փոփոխությունները, որոնք առաջանում են մեկնարկից առաջ՝ ի պատասխան

մրցակցական սթրեսային գործոնների ազդեցության, ինչպես նաև օրգանիզմի լարվածության մակարդակի գործունեության արդյունավետության ընդհանուր U-աձև կախվածության: Առաջարկված է պարբերականություն, որը ներառում է մարզական գործընթացի յոթ հատված՝ ուղեկցվող տարբեր առաջադրանքներով, սթրեսային գործոններով և, համապատասխանաբար, հոգեբանական վիճակներով:

КОММУНИКАТИВНАЯ ЦЕЛЬ ПРИ ОБУЧЕНИИ РУССКОМУ ЯЗЫКУ

Ассистент Л. А. Гаргалоян
Кафедра языков

Ключевые слова: коммуникативная цель, речевая деятельность, грамматические конструкции, аудирование, говорение.

Актуальность: коммуникативная компетенция-это способность человека к общению, которая представляет собой приобретенное в процессе естественной коммуникации или специально организованного обучения особое качество речевой деятельности.

Избранная позиция определяет основную цель- последовательное развитие и активизацию навыков говорения, творческое высказывание и ведение дискуссий.

Это именно те средства, которые позволяют личности, восприняв и проанализировав поступившую информацию, сформулировать, высказать и защитить свое мнение.

Реализация коммуникативной цели заключается в обучении различным видам речевой деятельности- чтению, письму, аудированию и говорению.

При обучении чтению учитываются две стороны процесса этого вида речевой деятельности: техника чтения и понимание. Понимание является целью, а техника- средством достижения этой цели.

При обучении чтению материал практически не ограничивается.

Важно, чтобы материал для чтения постоянно усложнялся как в языковом так и в смысловом отношении.

При этом необходимо учить студентов главному- выделению в тексте существенного, поиску ответов на проблемные вопросы. Желательно, чтобы текстовый материал содержал новую и интересную информацию. Это будет вызывать интерес у студентов, а следовательно, повышать мотивацию, что играет определенную роль в решении коммуникативных задач.

Следующим этапом в процессе обучения является говорение. Для говорения нужно выработать речевой механизм, который обеспечит реализацию речевого акта.

Речевой механизм-это совокупность определенных автоматизмов. Формирование речевого механизма производится на знакомом материале: определяется предмет высказывания и языковые средства для изложения событий в логической последовательности.

Ведущую роль в обучении речевой деятельности играет система упражнений: чем рациональнее эта система, тем эффективнее процесс обучения. Речевые упражнения являются коммуникативными и ситуативными. В этом процессе следует выделить этап, связанный с функционированием слова, т.е. непосредственным выходом его в речевую деятельность. Вот почему так важно рассматривать слово прежде всего как речетворческую единицу, выражая все его значения в разных контекстах. Осмысление слова развивает языковой кругозор, дает возможность глубже понять прочитанный материал.

Для формирования речевой деятельности следует более углубленно рассматривать морфологические формы слов, входящие в ту или иную синтаксическую конструкцию. Все грамматические категории, необходимые для построения коммуникативной речи, подаются через наращивание простого предложения. Без лишнего теоретизирования проводится ознакомительная работа в области морфологических конструкций и сочетаемости слов.

Главная коммуникативная цель обучения говорению- научить студентов свободно выражать свои мысли, желательно и при профессиональном общении. Для этой цели предлагаются упраж-

нения, лексика которых общеупотребительна, профессионально мотивирована, в большинстве случаев отражает повседневную жизнь студентов, их учебную и спортивную деятельность.

Одним из видов формирования речевой деятельности является аудирование, т.е. восприятие и осмысление услышанной информации.

Основные трудности при аудировании связаны прежде всего с восприятием информации не зрительно, а на слух. В этом процессе большое значение имеют особенности речи говорящего, несовпадение темпа его речи и воспринимаемость слушающего. Подготовительные упражнения при аудировании могут проводиться на материале отдельных частей текста - словосочетаниях, предложениях, смысловых отрывках.

Основным источником информации служат произведения художественной и спортивно-художественной литературы.

В процессе этой работы необходимо акцентировать внимание на умении выделять главное из услышанного, формировать ответы на проблемные вопросы.

При подборе текстового материала следует исходить из интересов учащихся, что будет повышать мотивацию. Чем содержательнее, занимательнее текстовой материал, тем выше мотивация, что играет определенную роль в решении коммуникативных, познавательных и воспитательных задач.

Результатом подобной работы предполагается приобретение навыков и умений для общения в языковой среде и ориентирование в профессиональной литературе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Мокиенко В.М., Образы русской речи, Москва, 2008г.
2. Шанский Н.М., В мире слов, Москва, 1985г.
3. Гвоздарев Ю.А., Рассказы о русской фразеологии, Москва, 2007г.

COMMUNICATIVE GOAL IN TEACHING RUSSIAN

Assistant L. Gargaloyan

SUMMARY

Keywords: communicative goal, speech activity, grammatical constructions, auding.

This article presents the analysis of the teaching process with the goal to solve communicative problems by learning morphological and syntactic constructions and enriching the lexical stock of students.

ՀԱՂՈՐԴԱԿՑՄԱՆ ՆՊԱՏԱԿԸ ՌՈՒՍԱՑ ԼԵԶՎՈՒՄ

Ասիստենտ **Լ. Ա. Գարգալոյան**
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ

Առանցքային բառեր: Հաղորդակցման նպատակ, խոսքային գործունեություն, քերականական կառուցվածք, բանավոր խոսքի ունկնդրում և վերարտադրում:

Աշխատանքում տրված է ուսումնական գործընթացի վերլուծություն, որի նպատակն է հաղորդակցման խնդիրների լուծումը ձևաբանության և շարահյուսության ուսուցման օգնությամբ, ուսանողների բառապաշարի հարստացումը, ինչպես նաև կողմնորոշումը մասնագիտական գրականության մեջ:

МИР ФРАЗЕОЛОГИИ

Ассистенты **З. М. Григорян, И. Э. Григорян**
Кафедра языков

Ключевие слова: фразеология, понятие, явление, идиомы, символы, фразеологические единства, сопоставления.

Актуальность: В середине 20-го века ученые-языковеды определили среди слов, составляющих основу языка, несколько десятков тысяч устойчивых словосочетаний, которые наравне с общепризнанными словами помогают строить речь, причем речь красочную и яркую, и, что эти сочетания требуют системного подхода и тщательного изучения.

Так родился новый раздел науки о языке- фразеология.

Русский язык обладает колоссальным запасом слов для выражения любого явления жизни. Например:

Лексический состав: жизнь, спорт, мать, солнце, май, физика, любовь, радость, крах, сон, стадион, здание, вулкан и т.д.

Это- общеупотребительные слова. Однако наблюдаются и более сложные единицы языка, выраженные в устойчивых словосочетаниях, называемые фразеологическими единицами, иначе

идиомы- спать на ходу, валять дурака, вешать на уши, золотые руки и т.д.

Характерный признак фразеологизмов- устойчивость состава. В их составе нельзя так просто заменить слова- идиома разрушится. Если существует понятие-словосочетание, “Делать из мухи слона” т.е. (преувеличить, раздуть что-то до предела), а логично сказать: “Делать из мухи медведя”.

Важный признак фразеологизмов- национальная особенность.

Сопоставим несколько выражений из разных языков, имеющих общее значение: Поздно сделать что-либо

а) Русский фразеологизм – “После ужина горчица”

б) Французский фразеологизм – “После смерти лекарство”

б) Греческий фразеологизм – “После войны союзники”

Фразеологические единства, если даже и выступают с необычными значениями, тем не менее указывают на общее понятие, иначе, мотивируют значение.

Например: “Никогда, ни в какое время этого не будет” (армянское)

“Когда луна превратится в зеленый сыр” (английское)

“Когда собаки залают хвостами” (немецкий)

Все эти выражения идентичны русскому – “Когда рак на горе свистнет”.

Фразеологизмы языка с точки зрения их происхождения делятся на “свои” и “чужие”.

Своими считаются те, которые родились в русском языке. Их называют исконными, остальные- заимствованные.

Национальный характер русских фразеологизмов ярко вырисовывается при сопоставлении с идиомами других языков, соотнесенных с ними по смыслу.

Русские Иноязычные

1. Душа в пятки ушла Сердце упало в ноги -латинский
Сердце остановилось -армянский
Сердце в штаны упало -немецкий
2. Как две капли воды Как два яйца – немецкий, чешский
Как две горошины – английский

3. Родиться в сорочке Родиться с серебрянной ложкой во рту- англ.
Родиться причесанным – французский
4. Делать из мухи слона Делать из иглы вилы – польский
Делать из комара верблюда - чешский
Делать из блохи верблюда – армянский
- Сравним несколько фразеологизмов в русском и армянском языках.

Русский Армянский

До черта (много) Больше, чем собак
Заморить червяка Обмануть живот
Сбыть с рук Освободить голову
Мелкая сошка Головка гвоздя, лука

Даже путем сопоставления невозможно получить полную картину самобытности фразеологии каждого языка.

Многие заимствованные фразеологизмы настолько стали привычными во многих языках, что мы их употребляем не задумываясь об их происхождении.

Язык, как и все в жизни, постоянно развивается, и процесс этот имеет две стороны. С одной- что-то в нем устаревает, уходит и постепенно забывается носителями языка, с другой-рождается новое.

Устаревают и фразеологизмы, но от этого фразеология отнюдь не беднеет. Она обогащается за счет новых поступлений, а новое, что общеизвестно, зарождается на базе старого: привычные сочетания получают новые значения, при этом словестный состав “родителей” либо полностью сохраняется, либо видоизменяется незначительно.

Прогнозы во фразеологии – дело рискованное, может возникнуть ситуация, когда, казалось, устойчивое выражение неожиданно может перейти в разряд фразеологизмов с новым значением.

Фразеология заняла достойное место в языкознании, создала особый пласт в языке и требует специального, системного подхода к изучению.

📖 **ЛИТЕРАТУРА**

1. Мокиенко В.М., Образы русской речи, Москва, 2008.
2. Шанский Н.М., В мире слов, Москва, 1985.
3. Гвоздарев Ю.А., Рассказы о русской фразеологии, Москва, 2007.

ԴԱՐՁՎԱԾԱՐԱՆՈՒԹՅԱՆ ԱՇԽԱՐՀԸ
Ասիստենտներ Զ.Մ. Գրիգորյան, Ի. Է. Գրիգորյան
ԱՄՓՈՓՈՒՄ

Առանցքային բառեր: Դարձվածաբանություն, հասկացություն, ֆե-նոմեն (երևույթ), բարբառներ, սիմվոլներ, դարձվածաբանական միասնու-թյուն, համեմատություն:

Սույն աշխատանքում շարադրված են դարձվածաբանության զար-գացման տարբեր փուլերը, բերված են դարձվածքների գործնական կի-րառման օրինակները ժամանակակից ռուսաց լեզվում:

THE WORLD OF PHRASEOLOGY
Assistants Z. M. Grigoryan, I. E. Grigoryan
SUMMARY

Keywords: phraseology, notion, phenomenon, idioms, symbols, phraseology unity, comparison.

In this article the author presents different periods of phraseology development. There are a lot of examples of Modern Russian idioms in practical use.

**СПОРТИВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ: ПОНЯТИЕ, МЕСТО И РОЛЬ В
СОВРЕМЕННОМ МИРЕ.**

Кандидат политических наук Д. А. Дживанян
Кафедра спортивного менеджмента и социальных наук

Ключевые слова: Спортивный менеджмент, социальные проблемы, спортивный менеджер, рыночная экономика, социальные институты.

Актуальность: В современном мире наблюдается тенденция формирования спорта в качестве социального института. Все растет интерес к достижениям в сфере спорта. В современном глобализирующемся мире спорт, конечно, развивается не изолированно от других областей общественной жизнедеятельности. Таким обра-

зом, спорт создает вокруг себя конкретную социокультурную среду: спортивные сооружения оказывают влияние на планировку городов; активно развиваются массовые коммуникационные технологии в области спорта; индустрия производства спортивных товаров и услуг все совершенствуется. Спорт существенно влияет на образ жизни человека, а также на имидж современного человека. Таким образом, можно отметить, что спортивный менеджмент сегодня является специфическим видом общественного производства, в рамках которого складываются стереотипы, нормы, складывается конкретный тип взаимодействий и т.д. Однако, в научной литературе до сих пор нет единого определения понятия “менеджмент”. Для того чтобы понять любое явление, мы должны знать, что подразумевается под ним и интерпретировать соответственно. Говоря об управлении спортом, можно сказать, что могут существовать различные интерпретации этого понятия, но суть всех определений остается практически одинаковой, другими словами, термин может изменить свою форму, но его содержание и основные принципы остаются теми же. Анализируя различные определения, данные когда-либо термину «спортивный менеджмент», можно дать обобщенное определение. Довольно часто к термину “менеджмент” добавляют слово “business» («business management») для подчеркивания принадлежности менеджмента к социально-экономической сфере. В свою очередь, спортивный менеджмент можно отнести к одному из видов отраслевого социального менеджмента, имеющего дело с управлением организациями физкультурно-спортивной направленности. Если смотреть с точки зрения менеджмента, то физическая культура и спорт – не только совокупность социальных средств и методов, направленных на развитие физической готовности людей. Таким образом, физическую культуру и спорт можно рассматривать как совокупность физкультурно-спортивных организаций, таких как стадионы, оздоровительные центры, школы, клубы, команды по видам спорта и т.д.

Спортивный менеджмент тесно связан с такими факторами рыночной экономики, как система свободного ценообразования, конкуренция, право свободного выбора, формы собственности и др. Рыночная экономика, в свою очередь, способствует развитию

предпринимательства в области спорта и физической культуры. Спортивный менеджмент существует уже достаточно длительный период времени, и всегда сопровождает спортивную деятельность, словно его неотъемлемая часть.¹ Естественно, спортивный менеджмент за всю историю своего развития имел разные формы и значительно отличался от понятия спортивного менеджмента, определенного в настоящее время, но данный вид деятельности известен с древних времен. По крайней мере, древние греки практикуют такую деятельность и, вероятно, их можно назвать одними из основателей спортивного менеджмента. Этот факт свидетельствует о высокой степени важности спорта и спортивного менеджмента в жизни людей всех времен. Причиной является то, что здоровье людей сильно зависит от занятий спортом, а спортивный менеджмент, в свою очередь, обеспечивает эффективность спортивной деятельности для всех его участников-физкультурных услуг.²

Для лучшего понимания понятия “спортивный менеджмент” нужно также четко определить **предмет и объект, цель и задачи последнего**. Так, объектом спортивного менеджмента как самостоятельной науки можно считать совокупность физкультурно-спортивной направленности страны. Предметом спортивного менеджмента является совокупность управленческих отношений, складывающихся в процессе взаимодействия субъекта и объекта управления внутри организаций физкультурно-спортивной направленности и взаимодействия этих организаций с внешней средой в процессе производства и распространения физкультурно-спортивных услуг.

Основная цель спортивного менеджмента – обеспечение эффективного функционирования спортивнофизкультурных организаций в современных рыночных условиях.

Задача спортивного менеджмента состоит в познании закономерностей социального развития физкультуры и спорта в об-

¹ Гриценко Н.А. Спортивный менеджмент: понятие, роль, состояние в России.

² Дыленова И.И. Становление спортивного менеджмента как социального института в условиях современного общества. <https://cyberleninka.ru/>

ществе, а также в разработке механизма, целенаправленного на эффективное управление этих процессов.

Центральную роль в функционировании спортивного менеджмента играет так называемый спортивный менеджер, характеризующийся как специалист, который владеет искусством научного управления физкультурно-спортивными организациями.

В целом, функции менеджмента в сфере спорта и физической культуры представляют собой достаточно обособленные направления управленческой деятельности, которые позволяют осуществлять управленческое воздействие.

Эффективность работы спортивного менеджмента зависит от личностных качеств руководителей и стиля их работы. Стиль работы возникает путем интеграции, взаимодействия личностных качеств руководителя и применяемых им методов управления.

Исходя из изложенного, стиль профессиональной деятельности спортивного менеджера можно определить как совокупность принципов и наиболее устойчивых методов управления при достижении основных целей организации и реализации функций менеджмента, а также как характер его взаимоотношений с подчиненными, равными по рангу коллегами и вышестоящими руководителями.

Обобщая статью, можно констатировать, что в современном мире рыночный механизм спроса и предложения специалистов спортивного менеджмента присуще более развитым странам, а в развивающихся странах он еще не сформулирован и основные функции менеджмента не работают в должном уровне.

ЛИТЕРАТУРА

1. Веселов А. Дорого, но сердито// Эксперт — 2013. № 6. с. 11-15.
2. Гриценко Н.А. Спортивный менеджмент: понятие, роль, состояние в России.
3. Дыленова И.И. Становление спортивного менеджмента как социального института в условиях современного общества.
4. Кравченко А.И. История менеджмента: учеб. пособие.-М; Академический проект, 2007.
5. Переверзин И.И. Искусство спортивного менеджмента. М; Московский спорт, 2005, -416 с.

**ՄՊՈՐՏԻ ԿԱՌԱՎԱՐՈՒՄ ՀԱՍԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆԸ, ՆՐԱ
ԴԵՐՆ ՈՒ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ ԺԱՄԱՆԱԿԱԿԻՑ ԱՇԽԱՐՀՈՒՄ
Քաղաքական գիտությունների թեկնածու Դ.Ա.Ջիվանյան
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Սպորտի մենեջմենտ, սոցիալական խնդիրներ, սպորտի մենեջեր, շուկայական տնտեսություն, սոցիալական ինստիտուտներ:

Սույն հոդվածում դիտարկվում է սպորտի կառավարում (management) հասկացության օբյեկտը, առարկան, հիմնական նպատակներն ու խնդիրները, ինչպես նաև գիտական գրականության մեջ առկա սահմանումները: Հեղինակի կողմից վերլուծության են ենթարկվել սպորտային կառավարման իրականացման հիմնական ուղղություններն ու առանձնահատկությունները, ինչպես նաև վերջինիս կապը շուկայական տնտեսության հետ ժամանակակից աշխարհում:

**ROLE OF SPORTS MANAGEMENT IN CONTEMPORARY WORLD
Candidate of Political Sciences, D.A. Jivanyan
SUMMARY**

Key words: Sports management, social problems, sport manager, market economy, social institutions.

The article deals with the object, subject, main aims and problems of sports management, as well as its definitions. The author analyses the specific features of sports management and its functioning under the market conditions.

**СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ ПОДГОТОВКА СПАСАТЕЛЕЙ И
АДАПТАЦИЯ К ТРУДУ В НЕПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СФЕРЕ
К.п.н., доцент, С. А. Даниелян, профессор Г.А. Аюпян
Кафедра прикладных видов спорта**

Ключевые слова: проф-фактор, спасатель, профессиональная подготовленность, телекоммуникационная сфера, интегральная платформа, стейкхолдеры.

Актуальность исследования. Универсальным средством формирования профпригодности спасателя является профессиональная подготовка специалистов, включающая их обучение и тренировку. В процессе профессионального обучения человек овладе-

вает определенной системой знаний, навыков и умений, которые характеризуют уровень его подготовленности, то есть готовности эффективно выполнять необходимые действия в той или иной ситуации. Профессиональная подготовленность к действиям в рабочих ситуациях является одним из факторов устойчивого, надежного поведения при воздействии проф-факторов, связанных с возникновением отказов техники, решения сложных и ответственных задач и т. д. Для поддержания на необходимом уровне приобретенных в процессе обучения навыков и умений, то есть сохранения и развития профессиональной подготовленности, проводятся периодические тренировки, предусматривающие выполнение не только стандартных («штатных») упражнений, но и заданий в экстремальных условиях деятельности для снижения психической напряженности и повышения устойчивости организма и психики к стресс-факторам реальной деятельности.

Актуальность нашего исследования заключается в том, что спасатель не всегда работая в профессиональной сфере адаптирует свои навыки и умение под конкретную не специализированную сферу, что является мало изученной и научно необоснованной проблемой.

Цель и задачи исследования. Цель исследования заключается в изучении эффективности профессиональной подготовки спасателей в ГИФКСА при работе в схожих областях.

1. Выявить предпосылки формированию проф пригодности спасателей при работе вне профессиональной специализации.

2. Определить основные теоретические и практические направления подготовки спасателей в плане становления их профессиональной деятельности.

3. Изучить адаптационные возможности спасателей для работы в телекоммуникационной сфере Армении.

Методы и результаты. Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: анализ и обобщение научной и методической литературы; опрос (анкетирование, интервьюирование); педагогические наблюдения; метод экспертных оценок; методы математической статистики.

Одним из видов профессиональной подготовки специалиста является его психофизическая подготовка, которая, с одной стороны, направлена на расширение функциональных возможностей организма и психики, развитие механизмов регуляции и активации функций, накопление биоэнергетических ресурсов и их адекватной реализации, совершенствование приспособительных и защитных реакций и рационализацию поведения в целом. С другой стороны, она обеспечивает ознакомление, привыкание и приспособление к условиям и характеру профессиональной деятельности. Тем самым она облегчает освоение средств, приемов и действий, необходимых в экстремальных условиях деятельности, способствует развитию морально-психологических качеств, закреплению профессиональных навыков, устойчивости эмоционально-волевой сферы, физической и психической выносливости.

Опираясь на исследования рынка труда Армении, которые были проведены с нашей стороны 2010-2016гг. мы выяснили, что помимо своей специальности наши выпускники задействованы в телекоммуникационной сфере Армении /VIVA, Ucom Beeline, Redinet/. Это сподвигло нас внести изменения в наших учебных программах/1-2курс/, учитывая современные требования и растущую потребность наших специалистов, работающих вне профессиональных учреждений. Наши педагогические наблюдения и интервьюирование руководителей подразделения сотовой связи показали, что наши специалисты применяют свои знания и навыки полученные в институте при работах, как в штатном режиме, так и в форс - мажорных ситуациях, что для нас особенно важно.

В ходе интервьюирования указывалось, что некоторые технические вопросы связанные с математикофизическими расчетами были недостаточно представлены в подготовке специалистов, однако учитывая базу уже имеющего интегральные платформы проф. обучения они легко схватывались.

В марте этого года предварительные результаты наших исследования были представлены в конференции в Москве посвящены «Охране труда специалистов, работающих на высоте».

Заключения. Модернизация качества образования является актуальной проблемой не только для Армении, но и всего научно-

педагогического сообщества мира. Всесторонний анализ показывает, что компетенции выпускников должны быть адаптированы к условиям труда будущих специалистов. Это также связано с вхождением нашей страны в Болонский процесс интеграции образования. Нами было показано, что выпускники спасатели, используя свой опыт обучения, действуя в экстремальных условиях, благополучно адаптируются в телекоммуникационной сфере Армении, что является эффективной составляющей процесса обучения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Դանիելյան Ա. Հ., Հակոբյան Գ. Ա., Փրկարարի դասագիրք, Ուսումնական ձեռնարկ, Երևան 2013:
2. Դանիելյան Ա. Հ., Վտանգավոր բարձրություն, Ուսումնական ձեռնարկ, Երևան 2013:
3. Байденко В.И., Компетенции в профессиональном образовании (к освоению компетентностного подхода), Высшее образование в России. — 2004. — № 11..
4. Зеер Э. Ф., Модернизация профессионального образования: компетентностный подход: учеб.пос. для вузов по специальности.

ՓՐԿԱՐԱՐՆԵՐԻ ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅՈՒՆԸ ԵՎ ԱՇԽԱՏԱՆՔԻՆ ՀԱՐՄԱՐԿՈՂԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՆԱՀԱՐՑԵՐԸ ՈՋ ՊՐՈՖԵՍԻՈՆԱԼ ԲՆԱԳԱՎԱՌՈՒՄ

**Մ.գ.թ., դոցենտ Ա.Հ. Դանիելյան, պրոֆեսոր Գ.Ա. Հակոբյան
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Պրոֆեսիոնալ գործոն, փրկարար, պրոֆեսիոնալ պատրաստություն, հեռահաղորդակցության ոլորտ, ինտեգրալային հարթակ, արտաքին շահակից:

Կրթության որակի արդիականացումը հրատապ խնդիր է ոչ միայն Հայաստանի, այլև ողջ աշխարհի գիտամանկավարժական հանրության համար: Բազմակողմանի վերլուծությունը ցույց է տվել, որ շրջանավարտների մասնագիտական համապատասխանությունը պետք է հարմարեցվի ապագա մասնագետի աշխատանքային պայմաններին:

Դա կապված է նաև մեր երկրի կրթության համակարգը Բոլոնյան գործընթացին ինտեգրելու հետ:

Մեր կողմից բացահայտվել է, որ շրջանավարտ փրկարարներն իրենց ուսուցման փորձը բարեհաջող կերպով կիրառելով ծայրահեղ իրավիճակներում, հարմարվել են Հայաստանի հեռահաղորդակցության ոլորտին, ինչն էլ ուսուցման գործընթացի բարեհաջող բաղադրիչն է:

**SPECIALIZED TRAINING OF RESCUERS AND ADAPTATION TO WORK
IN NONPROFESSIONAL SPHERE**

**Candidate of pedagogical sciences, assistant professor S. G. Danielyan
and Professor G. A. Hakobyan**

SUMMARY

Keywords: professional factor, rescuer, professional training, field of telecommunication, integrated platform, stake holder.

The quality of education is the most important task not only for Armenia but also for global scientific educational community. Comprehensive analysis has shown that professional competence of the graduates must correspond to working conditions.

We have found that graduate rescuers successfully use their training experience not only in rescue operations but in the field of telecommunication.

**ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРИЕМОВ КОГНИТИВНО-
ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ ТЕРАПИИ В СПОРТЕ ДЛЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ
ТРУДНОСТЕЙ УСПЕШНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ДВОЙНОЙ КАРЬЕРЫ**

Кандидат психологических наук, доцент Н.Л. Ильина

**Санкт-Петербургский государственный университет,
факультет психологии,
Санкт-Петербург, Россия**

Ключевые слова: спорт, карьера, когнитивно-поведенческая терапия, успешность в спорте, эффективность самореализации.

Поскольку активные занятия спортом приходятся на юношеский возраст и возраст ранней взрослости, как раз то время, когда принято получать среднее специальное или высшее образование, перед спортсменами часто встает вопрос, что важнее, спорт или обучение. Существует мнение, что, если пытаться делать два дела параллельно, ничего хорошего не выйдет, неэффективным будет либо одно из них, либо будут страдать оба. При этом, психологи и физиологи активно пропагандируют смену деятельности, особенно, если речь идет о физических и умственных нагрузках. Не только спортсмены, но их родители, зачастую считают, что надо сосредоточиться на чем-то одном. По этой причине, спортсме-

ны либо оставляют спорт на этапе первых больших успехов, либо жертвуют образованием, в пользу спорта высших достижений.

Задача нашего исследования состояла в том, чтобы понять, насколько действительно, спортсменам сложно совмещать учебную и спортивную деятельность. Являются ли эти трудности реальными или надуманными, и как можно помочь спортсменам быть успешными в двух видах профессиональной деятельности параллельно. По данным нашего предварительного исследования, были выявлены основные трудности двойной карьеры, которые условно были разделены на три категории [2]:

- временные и территориальные трудности (график тренировок пересекается с графиком учёбы, необходимо выбирать; много времени занимает передвижение по городу от места учёбы до тренировки и домой; не хватает времени на подготовку к занятиям, самостоятельное обучение; мало времени для отдыха; нет времени для бытовых дел);

- трудности общения (нет понимания со стороны педагогов в вопросах альтернатив обязательного посещения занятий; преподаватели не хотят идти на встречу, если нет индивидуального графика обучения; нет поддержки со стороны родителей (чаще считают, что важнее учиться, или считают, что должен успевать всё); недостаточно времени на общение с друзьями, партнерами);

- когнитивные и эмоциональные трудности (ощущение, что мало времени на другие приятные дела; ощущение, что что-то не успеешь; ощущение, что недостаточно глубоко погружаешься в изучаемый материал; ощущение, что всё делается наполовину (учёба/спорт/отдых); ощущение, что ты хуже других из-за загруженности делами/обязанностями; тревога не реализоваться ни в чём).

После анализа полученных данных и бесед со спортсменами, оказалось, что, например, временные трудности (недостаток времени), связаны в большей степени с неумением планировать свою деятельность, выставлять приоритеты, прокрастинацией, неточными целями и пр. То есть отсутствием навыков планирования. Трудности, связанные с проблемами общения, связаны не с тем, что спортсменов не понимают окружающие люди, а с тем, что сами спортсмены не пытаются решать эти трудности, а ждут действий

со стороны других людей. Трудности, связанные с эмоциональными переживаниями, обусловлены стереотипным мышлением, автоматическими мыслями, когнитивными искажениями.

В результате чего, нами была предпринята попытка разработать программу психологической помощи спортсменам по преодолению трудностей в эффективной реализации учебной и спортивной деятельности. В основу программы, были положены принципы и методы когнитивно-поведенческой терапии, с акцентом на когнитивные искажения - ошибочные способы мышления, которые убеждают нас в реальности, которая не соответствует действительности. Такая форма работы помогает достичь своих целей в ближайшем будущем, что актуально в спортивной деятельности.

Один из основных принципов когнитивно-поведенческой терапии звучит так: эмоции возникают в результате оценки ситуации, а не в результате ситуации как таковой. Цель терапии - это научить клиента быть терапевтом самому себе. Это значит обучить его распознавать, когда он использует старые методы «думания» или «реагирования», не приводящие к эффективному результату. Поняв это, человек может выбрать иной способ реагирования или «думания» [1].

Нам было важно, чтобы спортсмены в процессе работы, осознали, что источник проблем с большой вероятностью находится в них самих, а не во вне, как они считают, обозначая трудности двойной карьеры. Что дискомфорт им доставляют не ситуации, а их мысли, оценки ситуаций, оценки себя и других людей.

В исследовании приняли участие 30 спортсменов – разных видов спорта (академическая гребля, бильярд, плавание, теннис, фигурное катание), от 14 до 20 лет, от 1 взрослого разряда до мастера спорта, 13 девушек, 17 юношей.

Программа реализовывалась в течении 6 месяцев (с сентября 2017 г. по январь 2018 г.), по 2 часа в неделю (48 часов: 24 лекции, 24 практические занятия (в том числе самостоятельная работа)). Занятия проводились в индивидуальной и групповой формах, использовались консультации по скайпу, работа в малых группах 2-3 человека.

Для контроля успешности применения программы психологической помощи спортсменам в преодолении трудностей совмещения учебной и спортивной деятельности, была разработана анкета, целью которой было выявить динамику спортивных и учебных достижений, получить от спортсменов обратную связь о полезности/эффективности освоенных техник и частоте их применения на практике самостоятельно.

Приведем несколько упражнений из программы обучения спортсменов.

- после того, как спортсменом выделялись конкретные ситуации, где они оценивали себя не эффективными, было предложено упражнение «Альтернативное действие», цель которого заключалась том, что, если стратегии преодоления не являются полностью эффективными в отношении проблем и трудностей, которые возникают, надо перечислить другие стратегии, которые могут работать лучше, даже если они никогда спортсменом не использовались и, как он думает, не будут использоваться. После чего, спортсмену предлагалось попробовать какую-то из них на практике. Например, активное, регулярное взаимодействие с преподавателями вуза, с целью получения индивидуальных заданий. Привлечение к решению вопроса администрации вуза, федерации по виду спорта и пр.

- у спортсменов, очень часто возникают иррациональные или нелогичные мысли, которые они переняли от родителей, слышали от тренера или своих друзей. Эти мысли блокируют эффективное мышление, порождают угнетенные/пассивные состояния. Работа со спортсменами велась по выявлению таких регулярных нелогичных мыслей, после чего, ему предлагалось применить когнитивную реструктуризацию. Например, если спортсмен считает, что у него должны быть высокие спортивные результаты, чтобы его уважали в команде, но он пока не достиг этих результатов, он начнет плохо себя чувствовать. Это побуждает спортсмена негативно думать о себе. Когнитивная реструктуризация заставляет подумывать о том, что делает человека «уважаемым», убеждение, которое, возможно, спортсмен не рассматривал ранее.

- психика человека настроена на выявление опасностей вовне и защиту от них. Если взять данные об удачных и неудачных действиях спортсмена на тренировках и соревнованиях, то неудачных окажется больше, т.к. пока идет процесс обучения, ошибки являются естественным фоном. В результате чего, у спортсменов, в ответ на ошибки (а иногда и на удачу) формируются автоматические, негативные мысли, которые перерождаются в установки (когнитивные искажения). Для преодоления автоматических мыслей, использовалось упражнение «Дисфункциональный отчет о мышлении», которое помогало спортсменам выяснить, когда и почему они всплывают, а затем записать альтернативные мысли, более позитивные и функциональные, которые могут заменить отрицательные. Например, многие спортсмены считают, что если тренер на них кричит, а преподаватель их критикует, виноваты в этом только они, они глупые, бестолковые, делают что-то не то и не так (персонализация), хотя поведение других людей может быть обусловлено совсем другими факторами.

- поскольку в исследовании обнаружилось много трудностей, связанных с переживанием того, что спортсменам казалось, что им не хватает времени на досуг, отдых и общение с друзьями, мы, наряду с изучением методов планирования времени (тайм-менеджмент), включили такое упражнение, как «Планирование приятной деятельности». Спортсмен выбирал одно действие в день, которое является желаемым и приятным, он должен был поместить его в режим дня, и выполнять в течение следующей недели. Эта простая методика позволила ввести больше позитивности в день спортсмена и помогала сделать мышление менее негативным. Иногда оказывалось, что спортсмен, позволив себе делать то, что раньше только хотел, но, как ему казалось не мог из-за недостатка времени, в реальности не нуждается в этом так часто или не получает от этого того удовольствия, которого ожидал.

Кроме перечисленных упражнений, спортсмены освоили и другие приемы работы со своими мыслями и чувствами, например, «факт и мнение», «поведенческий эксперимент», «искусство маленьких шагов», «постановка умных целей (метод SMART)», «визуализация успехов дня» и др.

По результатам обратной связи от спортсменов, можно сделать вывод о том, что выбранные методы работы с когнитивными искажениями у спортсменов, являются эффективными. 29 человек, признали программу эффективной и полезной. Со слов спортсменов, они стали ощущать контроль над своей жизнью, осознавать собственный вклад в планирование своей профессиональной деятельности, осознавать имеющиеся и необходимые ресурсы для достижения целей и контролировать свои состояния, появилась вера в то, что они могут одновременно успешно реализовывать себя в учебной и спортивной деятельности.

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ (проект №17-06-00883а.)

ЛИТЕРАТУРА

1. Бек А., Бек Д. С., Когнитивная терапия: полное руководство. Cognitive Therapy: Basics and Beyond. — М.: «Вильямс», 2006.
2. Ильина Н.Л., Мельникова Н.Б. Психологические и организационные трудности совмещения спортивной и учебной деятельности студентами высших учебных заведений. В сборнике: Спорт, человек, здоровье. Сборник материалов конгресса. Редактор: В.А. Таймазов. 2017. - С. 176-178.

ՄՊՈՐՏՈՒՄ ԿՈԳՆԻՏԻՎ ԿԱՐՔԱՅԻՆ ԹԵՐԱՊԻԱՅԻ ՆԱՐՔՆԵՐԻ ԿԻՐԱՌՄԱՆ ՓՈՐՁԸ ԿՐԿՆԱԿԻ ԿԱՐԻԵՐԱՆ ՀԱՋՈՂՈՒԹՅԱՄԲ ԻՐԱԿԱՆԱՑՆԵԼՈՒ ՃԱՆԱՊԱՐՀԻՆ

**Հ.գ.թ., դոցենտ Ն.Լ. Իլյինա
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Սպորտ, կարիերա, կոգնիտիվ վարքային թերապիա, սպորտային հաջողություն, ինքնահաստատման արդյունավետություն:

Հոդվածում քննարկվում է կոգնիտիվ վարքային թերապիայի կիրառման փորձը սպորտում: Ուսումնական և սպորտային գործունեությունների համատեղման դժվարություններն ուսումնասիրելուց հետո հայտնաբերվել են հոգեբանական օգնության միջոցներ այդ դժվարությունները հաղթահարելու համար: Որպես աշխատանքի հիմնական ուղղություններ ընտրվել են կոգնիտիվ վարքային թերապիայի մեթոդները և հնարները, որի նպատակն է կյանքի կոչել մարզիկի գիտակցականը և օգնել ազատվելու կարծրատիպերից և նախապաշարմունքներից, որոնք զրկում են

մարզիկին ազատ ընտրության հնարավորությունից՝ մղելով նրան կադա-
պարային գործողությունների:

**THE EXPERIENCE OF APPLICATION OF COGNITIVE- BEHAVIORAL
THERAPY METHODS IN SPORT FOR OVERCOMING THE
DIFFICULTIES IN REALIZING DOUBLE CAREER**

PhD of psychological sciences N. Ilyina

SUMMARY

Key words: sport, career, cognitive-behavioral therapy, success in sport, efficiency of self-realization.

The article examines the experience of applying cognitive-behavioral therapy in sport. After studying the difficulties of combining educational and sports activities, the means of psychological help were identified for overcoming these difficulties. The main directions of the work are chosen methods and ways of cognitive-behavioral therapy, the purpose of which is to appeal to the athlete's consciousness and help to get rid of stereotypes and prejudiced ideas that deprive the athlete of free selection, thus making to act by the template.

**ПОВЫШЕНИЕ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА ОРГАНИЗМА
ПРИ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКЕ**

Доктор медицинских наук, профессор В.В. Зинчук

**Гродненский государственный медицинский
университет, Беларусь**

Ключевые слова: физическая нагрузка, мелатонин, кислород.

Физические нагрузки (ФН) опосредуют выраженные изменения аэробного обмена в организме, за счет увеличения уровня легочной вентиляции, потребления кислорода, скорости его доставки от легких к работающим мышцам, суммарной скорости кровотока. Представляется важным поиск средств, которые позволят улучшить функциональные возможности организма, в частности, его аэробный потенциал. Мелатонин, участвуя в гуморальной регуляции метаболизма в организме, способен улучшать функционирование различных органов и систем [2]. Эта субстанция оказывает регулирующее влияние на процесс образования и функцию основ-

ных клеточных элементов крови [1]. В связи с этим целью настоящего исследования – оценить влияние мелатонина на кислородтранспортную функцию крови, газотрансмиттеры и прооксидантно-антиоксидантный баланс у лиц мужского пола при выполнении ими субмаксимальной ФН.

Методы исследования. Объектом исследования были здоровые лица мужского пола в возрасте 18-21 год. Испытуемые ($n=20$) принимали мелатонин по 3 мг 1 раз в сутки в течение 2-х месяцев. У исследуемых проводился забор 8,0 мл крови из кубитальной вены до и после субмаксимальной ФН в начале и после приема курса мелатонина. Выполнялся тест PWC₁₇₀ на велотренажере в объеме двух нагрузок по 5 мин с интервалом между ними 3 мин и частотой педалирования 60 об/мин. Показатели кислородтранспортной функции крови измеряли с помощью микрогазоанализатора «Syntesis-15». Уровень эндогенного сероводорода (H₂S) и продукцию монооксида азота (NO) измеряли на спектрофотометре по реакции между сульфид-анионом и кислым раствором реактива N,N-диметил-парафенилендиамина солянокислого и по суммарному содержанию нитрат/нитритов (NO_x) в плазме крови с использованием реактива Грисса соответственно. Величину показателей прооксидантно-антиоксидантного баланса (малоновый диальдегид (МДА), диеновые конъюгаты (ДК), восстановленный глутатион, активность каталазы, церулоплазмин, α -токоферола и ретинол) измеряли на спектрофотометре по общепризнанным методикам.

Результаты и их обсуждение. После субмаксимальной ФН у лиц опытной группы в начале исследования выявлено повышение pO_2 на 30,2 % ($p<0,001$), степени оксигенации (SO_2) на 46,1% ($p<0,01$), что сопоставимо с характером изменений у лиц контрольной группы. При этом отмечается рост значения $p50_{\text{реал}}$ на 6,3% ($p<0,01$), что отражает сдвиг кривой диссоциации оксигемоглобина при реальных условиях циркуляции вправо. После приема мелатонина при субмаксимальной ФН наблюдается увеличение pO_2 на 7,7 % ($p<0,005$), SO_2 на 28,9% ($p<0,03$). Величина значений $p50_{\text{реал}}$ при этом вырастает на 10,5% ($p<0,01$), что отражает больший сдвиг кривой диссоциации оксигемоглобина при реальных условиях цир-

куляции вправо. Так же у лиц контрольной группы было определено, что выполнение ФН приводит к повышению концентрации газотрансмиттеров в плазме – NO на 54,1% ($p < 0,001$), H₂S на 32,8% ($p < 0,001$), а проведение курса мелатонина способствует более высокой концентрации газотрансмиттеров в плазме при ФН – NO на 74,9% ($p < 0,001$), H₂S на 46,5% ($p < 0,001$).

Так же в начале исследования после субмаксимальной ФН установлено увеличение уровня МДА и ДК в эритроцитах – на 42,8% ($p < 0,001$) и 30,5% ($p < 0,004$), в плазме – на 45,3% ($p < 0,001$) и 43,1% ($p < 0,001$) соответственно. Наблюдается снижение в эритроцитах концентрации восстановленного глутатиона на 21,8% ($p < 0,024$) и увеличение активности каталазы на 6,4% ($p < 0,01$). В плазме выявлено снижение концентрации α -токоферола на 24,4% ($p < 0,002$), ретинола на 49,1% ($p < 0,001$) и увеличение уровня церулоплазмينا на 9,6% ($p < 0,001$). После проведенного курса приема мелатонина наблюдается менее значительное увеличение уровня МДА и ДК в эритроцитах – на 25,6% ($p < 0,001$) и 21,5% ($p < 0,002$), в плазме – на 19,9% ($p < 0,001$) и 26,7% ($p < 0,001$) соответственно. Снижение в эритроцитах концентрации восстановленного глутатиона – на 14,5% ($p < 0,002$) менее выражено чем в исходных данных, как и увеличение активности каталазы на 12,5% ($p < 0,01$). В плазме выявлено снижение концентрации α -токоферола на 14,6% ($p < 0,002$), ретинола на 29,1% ($p < 0,001$) и увеличение уровня церулоплазмينا на 24,7% ($p < 0,001$).

Выводы. Таким образом, применение мелатонина позволяет повысить адаптационный потенциал к выполнению физических нагрузок. Мелатонин обеспечивает большой сдвиг кривой диссоциации оксигемоглобина вправо после выполнения физических упражнений, что улучшает доставку кислорода к тканям и его использование, а также прооксидантно-антиоксидантное состояние. Выявленный рост уровня газотрансмиттеров после приема мелатонина имеет значение для формирования кислородтранспортной функции крови и поддержания прооксидантно-антиоксидантного баланса организма при ФН.

 **ЛИТЕРАТУРА**

1. Зинчук В.В., Глуткин С.В., Шульга Е.В., Гуляй И.Э., Влияние мелатонина на кислородзависимые процессы // Экспериментальная и клиническая фармакология. – 2013. – Т. 76, № 2. – С. 32-36.

2. Reiter R.J., Mayo J.C., Tan D.X. et al. Melatonin as an antioxidant: under promises but over delivers // J. Pineal. Res. 2016. Vol. 61. № 3. P. 253.

ՕՐԳԱՆԻԶՄՈՒՄ ԱԴԱՊՏԻՎ ՊՈՏԵՆՑԻԱԼԻ ԲԱՐՁՐԱՑՈՒՄԸ

ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԲԵՌՆՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ԺԱՄԱՆԱԿ

**Բ. Գ.Պ., պրոֆեսոր Վ. Վ. Զինչուկ
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Ֆիզիկական բեռնվածություն, մելատոնին, թթվածին:

Հոդվածում հետազոտվել է մելատոնինի ազդեցությունը արյան թթվածնի ադապտիվ պոտենցիալին, տրանսպորտի գործառույթին, ինչպես նաև հակահիդրոքսային հավասարակշռությունը տղամարդկանց շրջանում իրականացվող վարժություններում:

**INCREASING THE ADAPTIVE POTENTIAL OF THE ORGANISM ON THE
PHYSICAL LOAD**

Doctor of Medical Sciences, professor V.V. Zinchuk

SUMMARY

Key words: physical load, melatonin, oxygen.

The article studies the impact of melatonin on the adaptive potential of blood oxygen, transport function, as well as antioxidant balance of exercises made among males.

**СОСТОЯНИЕ И ПУТИ РАЗВИТИЯ ЛЕГКОЙ
АТЛЕТИКИ В АРМЕНИИ**

К.п.н., профессор В.М. Мамаджанян

Кафедра легкой атлетики имени проф. Г.Топальяна

Ключевые слова: легкая атлетика, олимпиада, горизонтальные прыжки, национальные особенности, экономика, юноши.

Введение. Разнообразные легкоатлетические упражнения и простота их выполнения вывели легкую атлетику на одно из ведущих мест среди всех видов спорта. Являясь самым массовым и ли-

дирующим в индивидуальных видах спорта, легкая атлетика и сегодня пользуется большой популярностью во всем мире. Разнообразие видов дало возможность спортсменам различных стран показывать высокие результаты в отдельных видах легкой атлетики.

Армянские легкоатлеты показывали высокие результаты в горизонтальных прыжках и в метаниях. В прыжках в длину результат мирового класса еще в 1987г. показал Р.Эммян.

Неоценимые результаты в свое время показывали также другие армянские легкоатлеты: Ф.Мельник – олимпийская чемпионка в метании диска, В.Овсеян – многократный чемпион и рекордсмен СССР в толкании ядра, и О.Степанян – чемпион Советского Союза в прыжках в длину, А.Конов и А.Микоян чемпионы СССР в беге на 3000м с/п.

В то же время уровень современных рекордов в отдельных дисциплинах – бег на средние и длинные дистанции, прыжки в высоту и шестом, в барьерном беге достаточно низкий. Отсутствие соответствующей материально-технической базы не позволяет надлежащим образом проводить учебно-тренировочные занятия.

Армения единственная страна в Европе, которая не имеет легкоатлетических беговых дорожек, не говоря о стадионе.

Цель исследования. Проанализировать состояние и особенности развития отдельных видов легкой атлетики в республике.

Задача исследования. Изучить результаты участия легкоатлетов Армении на Олимпийских играх и обосновать пути развития отдельных видов легкой атлетики в связи с экономическими возможностями страны.

Методы исследования. Основным методом являлись анализ протоколов международных соревнований и научно-методической литературы.

Результаты исследования. После приобретения независимости в 1992-ом году была основана федерация легкой атлетики Армении (Armenian Athletics Federation), а в 1993г. признана Международной любительской легкоатлетической федерацией (ИААФ) и Европейской легкоатлетической ассоциацией (ЕАА). Легкоатлеты получили возможность участвовать во всех официальных соревнованиях, проводимых под эгидой ИААФ и ЕАА.

Самостоятельной командой армянские спортсмены стали участвовать в Олимпийских играх с 1996г.

Результаты участия легкоатлетов Армении представлены в таблице. Всего на шести Олимпийских играх участвовали 14 легкоатлета в семи видах, половина из которых прыгуны из четырех городов Армении (Ереван, Гюмри, Ванадзор и Капан).

Лучший результат из всех участников показал А.Мартirosян в тройном прыжке с результатом 16.97м, занявшем пятое место. Результаты остальных участников были более скромны. По показателям личных результатов. А.Мартirosян и Р.Эммян и другие прыгуны могли добиться более лучших результатов.

По нашему мнению, причинами неудачного выступления были.

- После Спитакского землетрясения (декабрь, 1988) частично были разрушены города Ленинакан (Гюмри) и Кировакан (Ванадзор), жителями которых были Р.Эммян и А.Мартirosян. Особенно пострадал Р.Эммян потерявший отца, все имущество и спортивные награды, что не позволило быстро восстановиться и физически, и психологически. В таком трудном положении находились большинство спортсменов.

- Другой причиной являлось начало карабахской войны, экономическая, энергетическая и транспортная блокада страны. В карабахской войне участвовали много легкоатлетов и некоторые из них не вернулись с войны. В память о Г.Гукасяне в Армении и С.Арутюняне в Нагорно- Карабахской республике (Арцах) ежегодно проводятся мемориальные турниры.

В второй половине 90-ых годов и в связи с окончанием карабахской войны жизнь началась постепенно налаживаться. С 2000г. армянские легкоатлеты добились некоторых успехов в юношеских U18 чемпионатах мира и Европы. На чемпионате мира по легкой атлетике среди юношей А.Бекларян (Капан) в тройном прыжке с результатом 13.06м заняла четвертое место, а на чемпионате Европы-третье место.

Успешно выступали молодые перспективные легкоатлеты Г.Чилоян и Я.Абрамян из Еревана. В чемпионате мира (U18) в Найроби Г.Чилоян в беге на 200м с результатом 24,62с заняла

восьмое место. Я.Абраамян в тройном прыжке неудачно выступила в основных соревнованиях и с результатом 12,12 заняла двенадцатое место, очевидно сказалось отсутствие соревновательного опыта. Президент федерации Р.Эммян делает все возможное для создания соответствующих условий подготовки армянских легкоатлетов. В Армении были руководители ЕАА и оказывали необходимую поддержку. Но наше правительство не может финансировать свою долю для постройки беговых дорожек.

Несмотря на это, ежегодно из бюджета республики для АФЛ выделяется определенная сумма для развития легкой атлетики. В 2017г. эта сумма составила 25.000.000 драм, что эквивалентно 52000 долларам США. Определенную помощь федерация получает и от ЕАА и IAAF. Неоценимую поддержку оказывает и Французская федерация, приглашающая ведущих легкоатлетов страны для участия на чемпионате Франции и в легкоатлетических соревнованиях Франкофонских игр.

Таблица

Участие армянских легкоатлетов на Олимпийских играх

	Фамилия, имя	Город	Дисциплина	Результаты		Место	Олимп. игры, гг
				личный	сорев.		
1	Мартirosян Армен	Гюмри	тройной прыжок	17,41	16,97	5-ое	1996
					14,95	36-ое	2000
					15,05	43-ий	2004
2	Эммян Роберт	Гюмри	прыжки в длину	8,86	7,76	28-ой	1996
3	Погосян Ширак	Ереван	прыжки в длину	8,04	7,24	45-ое	2000
4	Насилян Анна	Ванадзор	800м	2,10,82	2,14,86	34-ое	2000
5	Казарян Марине	Ванадзор	100м	11,8	12,29	47-ое	2004
6	Джаноян Мелик	Гюмри	метание копья	79,71	64,47	37-ое	2008
					72,64	39-ое	2012
7	Пахлеванян Вартан	Ереван	прыжки в длину	8,20	6,50	40-ое	2012
8	Саргсян Арсен	Ванадзор	прыжки в длину	8,20	7,62	25-ое	2012

9	Арутюнян Кристине	Гюмри	метание копья	59,12	47,65	38-ое	2012
10	Чилоян Гаяне	Ереван	200м	23,16	25,03	59-ое	2016
11	Хубесерян Диана	Ереван	200м	23,18	25,16	60-ое	2016
12	Арутюнян Лилит	Ванадзор	400м с/б	56,15	1.03,13	48-ое	2016
13	Агасян Левон	Капан	прыжки тройным	16,85	15,54	35-ое	2016
14	Шароян Амаля	Гюмри	прыжки в длину	6,72	5,95	35-ое	2016

В 2014г. АФЛ стала членом легкоатлетической ассоциации Балканских стран, что дало возможность участвовать на их соответствующих соревнованиях. До 2016г. армянские легкоатлеты участвовали и во многих соревнованиях, проводимых в Российской Федерации.

В то же время большинство легкоатлетов не имеют возможности нормально тренироваться и соревноваться, поскольку нет элементарных условий для занятий. Наши молодые легкоатлеты - Р.Агасян (Капан), став чемпионом Европы (U18) с результатом 16.01м в связи отсутствием элементарных условий для занятий не в состоянии совершенствовать свое мастерство.

Армянские легкоатлеты добились определенных успехов и в региональных соревнованиях. Прыгуны в длину В.Пахлеванян (Ереван) и А.Саргсян (Ванадзор) становились победителями в кубке Европы в III-ей лиге. Л.Агасян выиграл зимний чемпионат Балканских стран в тройном прыжке.

Выводы. 1. Результаты участия армянских легкоатлетов на Олимпийских играх можно считать удовлетворительными. Определенных успехов они добивались на юношеских чемпионатах мира и Европы.

2. Учитывая способности к отдельным видам легкой атлетики и недостаточные финансовые возможности страны, необходимо развивать те виды легкой атлетики, где армянские легкоатлеты добивались определенного успеха.

📖 ЛИТЕРАТУРА

1. Գ.Ծառուկյան, Օլիմպիական Հայաստան, Երևան, Հեղինակային հրատարակություն, 2011, - 277 էջ:
2. www.iaaf.org IAAF-Международный Ассоциации легкоатлетический федерации/iaaf.org
3. en.wikipedia.org Европейская Атлетическая Ассоциация-Википедия

ԱԹԼԵՏԻԿԱՅԻ ՎԻՃԱԿԸ ԵՎ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ ՈՒՂԻՆԵՐԸ ՀԱՅԱՍՏԱՆՈՒՄ

Մ.գ.թ., պրոֆեսոր Վ.Մ.Մամաջանյան
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ

Առանցքային բառեր: Աթլետիկա, օլիմպիադա, հորիզոնական ցատկեր, ազգային առանձնահատկություն, տնտեսություն, պատանի:

Հոդվածում ներկայացվում են հայաստանցի աթլետների մասնակցությունը օլիմպիական խաղերին և աթլետիկա մարզաձևի զարգացման հնարավորությունը Հայաստանի Հանրապետությունում՝ հաշվի առնելով ազգային առանձնահատկությունները և երկրի տնտեսական վիճակը:

CONDITION OF ATHLETICS AND THE WAYS OF ITS DEVELOPEMENT IN ARMENIA

PhD of pedagogy, professor Mamajanyan V.M.
SUMMARY

Keywords. Athletics, Olymiad, horizontal jumps, national peculiarity, economics, youth.

The article studies Armenian athletes' participation in the Olympic Games and the issues of athletics development in RA taking into account national peculiarities and economic conditions of the country.

ИППОТЕРАПИЯ КАК ОДИН ИЗ ЛУЧШИХ МЕТОДОВ РЕАБИЛИТАЦИИ

К.п.н., профессор С. А. Овечьян, ассистент Г. М. Саакян
Кафедра адаптивной физкультуры и анатомии,
кафедра языков

Ключевые слова: иппотерапия, интеграция, физическое восстановление, двигательная активность, малоподвижность, психологическая готовность.

Иппотерапия – “лечение с помощью лошади”- является довольно распространенным во всем мире методом реабилитации детей и взрослых с ограниченными умственными и физическими возможностями, при котором воздействие на организм больного оказывается как через тренировки верховой езды, так и через условное “биополе животных”. т. е. лошадей.

Актуальность. В настоящее время дети с ОВЗ получают огромные нагрузки в обществе и часто подвергаются стрессу.

В развитых странах современного мира метод анималотерапии и в частности иппотерапии давно уже используется. Армения с этой точки зрения сильно отстает от других стран. На сегодняшний день единственный центр конного спорта в Армении “Кентавр”, который практикует иппотерапию с 2007 года и занимается реабилитацией людей с ограниченными и умственными возможностями, находится в селе Уши.

Целью данной исследовательской работы в первую очередь является признание эффективности иппотерапии как одного из методов психотерапии, а так же рассмотрение перспектив развития данного метода в нашей стране путем увеличения количества квалифицированных кадров в этой области и создания условий, обеспечивающих успешное разведение коней, приученных к такой работе.

Иппотерапия показана при довольно широком спектре проблем, таких как: детский церебральный паралич, аутизм, сколиоз, остеохондроз и другие спинальные проблемы, шизофрения, синдром Дауна, проблемы нервной системы, отставание в развитии, простатит, постинфарктная и постинсультная реабилитация и др. Главное преимущество иппотерапии над традиционными реабилитационными методами заключается в ее одновременном физическом и эмоциональном воздействии на пациента.

Шаг лошади идентичен шагу человека, таким образом, на шагу лошадь передает импульсы правильной ходьбы всаднику с двигательными проблемами. Температура тела лошади на 1-1.5 градуса выше температуры тела человека. Таким образом, на спине лошади мышцы всадника получают мощный тепловой массаж. На шагу лошадь совершает около 110 разнонаправленных колебатель-

ных движений, которые повторяют все мышцы всадника. Посредством этих движений спастичные мышцы расслабляются, а слабые мышцы одновременно укрепляются, что очень важно особенно при церебральном параличе. Для сохранения равновесия на лошади всадник должен координировать и синхронизировать свои движения, «заставляя» работать все свои мышцы, в том числе те, которые обычно не активны.

С точки зрения эмоционального воздействия пациент воспринимает иппотерапевтические занятия не как лечение, а как уроки верховой езды – сложное, но одновременно очень увлекательное занятие. В иппотерапии пациент как бы доминирующий, здесь он “наверху”, а не “внизу”, как обычно. Ему всегда внушали: “Ты слаб, ты не сможешь”, а здесь он сидит на большом, сильном животном, которое подчиняется движению его “слабой, больной” руки. Это совершенно новое чувство повышает самоуважение и самооценку пациента не только, когда он на лошади, но и когда наблюдает за другими всадниками.

Методами исследовательской работы являются анализ литературных источников по данной теме и социологический опрос терапевтов ассоциации иппотерапии и конного спорта “Кентавр” Армении. Задача ассоциации – организовать и реализовать иппотерапию для людей с ограниченными возможностями, способствовать их интеграции в общество, содействовать общению людей с лошадьми и всячески пропагандировать лошадиную терапию.

Ассоциация иппотерапии и конного спорта предлагает ряд услуг как для взрослых, так и для детей. В их числе иппотерапия, занятия любительской верховой ездой, профессиональным конным спортом, содержание лошадей и собак,ковка лошадей и т. д. Специалисты не только имеют большой опыт в своем деле, но также бесконечно преданы своей работе.

Таким образом, на основе анализа социального опроса работников ассоциации “Кентавр” и литературных источников можно сделать вывод, что иппотерапия как реабилитационный метод не достаточно развит в Армении, и необходимо привлечь внимание государственных и общественных организаций к данной проблеме. Необходимо разработать проекты по развитию иппотерапии в Ар-

мении и различные гибкие во времени иппотерапевтические программы, влияющие как на эмоциональное состояние больного, так и на улучшение физического состояния, а так же развивать занятия любительской верховой ездой и профессиональные занятия конным спортом.

 **ЛИТЕРАТУРА**

1. Бикнел Джоан, Хелен Хенн, Джун Вебб. <Знакомьтесь: иппотерапия. Верховая езда как средство реабилитации детей- инвалидов>. М., 1999, 24с.
2. Вайзман Н. П., <Психомоторика умственно остальных детей>. – М., Аграф 1997, 122с.
3. Висенс Михаил.<Подражая кентавру>. –М., 2002, 80с.
4. Выготский Л. С. <Вопросы детской возрастной психологии>. Собр.. Соч.: В 6т.-М., Педагогика, 1982-1985, Т. 4., с. 385

**ՀԻՊՈԹԵՐԱՊԻԱՆ ՈՐՊԵՍ ՎԵՐԱԿԱՆԳՆՈՂԱԿԱՆ
ԼԱՎԱԳՈՒՅՆ ՄԻՋՈՑՆԵՐԻՑ ՄԵԿԸ**

**Մ. Գ. Թ., պրոֆեսոր Ս. Ա. Հովեյան, ասիստենտ Գ. Մ. Սահակյան
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Հիպոթերապիա, ինտեգրում, ֆիզիկական վերականգնում, շարժողական ակտիվություն, ցածր շարժունակություն:

Հոդվածի հեղինակները դիտարկում են հիպոթերապիան՝ որպես վերականգնման լավագույն մեթոդ և ընդգծում նրա արդյունավետությունն ու զարգացումը Հայաստանում:

**“HYPOTHERAPY AS ONE OF THE BEST
REHABILITATION METHODS”**

**Candidate of Pedagogical Sciences, professor S. A. Hoveyan,
Assistant G. M. Sahakyan**

SUMMARY

Keywords: hypo-therapy, integration, physical recovery, motor activity, physical inactivity.

The authors of the article consider the hypo-therapy as one of the best rehabilitation methods. The article mentions efficiency and development of hypo-therapy in Armenia.

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТИПОВ ХАРАКТЕРА СПОРТСМЕНОВ С ПРИМЕНЕНИЕМ ПОЛИГРАФА

*К.б.н. К. А. Панчулазян, профессор А. А. Арутюнян,
доцент М. Р. Асатрян*

**Кафедра физиологии и спортивной медицины
Институт физиологии им. акад. Л. А. Орбели НАН РА**

Ключевые слова: психофизиологическое исследование, компьютерный полиграф, студенты-спортсмены ГИФКСА, типы характера, спортивная мобилизационная готовность.

Введение. Разработана адаптированная к специфике спорта интегральная модифицированная система психофизиологического определения типов характера спортсменов с применением полиграфа. Комплексный психофизиологический опрос с применением полиграфа позволяет выявлять индивидуальные биологические особенности, функциональные нарушения нервной системы и формировать положительную психофизическую мобилизационную готовность спортсменов. Кооперация полиграфологической регистрации неспецифических физиологических реакций организма с психофизиологическим определением типов характера спортсменов служит универсальным средством декодирования подсознательных невербальных элементов психики спортсменов.

Бессознательное и сознательное поведение индивида зависит от генетически наследуемых анатомо-физиологических и фенотипически формируемых индивидуальных психофизиологических особенностей (ИПФО). По превалированию влияния наследственности или среды на организм определяется темперамент как генотип и характер (гр. *charactēr* отличительная черта, признак) как фенотип.

Если эмоционально-волевую сферу – темперамент составляют сила, подвижность и уравновешенность процессов возбуждения и торможения, то структурными компонентами характера являются экстра-, амбо- и интровертированность психофизиологических особенностей направленности поведенческих реакций и психосоциальных отношений личности [5, 10]. Одним из ведущих показателей характера выступает воля (лат. *voluntas*) – психофизиологи-

ческая способность индивида достигать поставленных им целей в условиях преодоления препятствий, в том числе спортивных [3].

Актуальность связи типа характера (ТХ) спортсмена с особенностями его предстартовой мобилизационной готовности (МГ), необходимость ее всестороннего теоретического и экспериментального изучения очевидны. В тех видах спорта, где действие как бы «одноактно» квантифицировать динамику психической напряженности спортсмена сложно. Более удобны для этих целей те виды спорта, где спортсмен неоднократно выходит на старт (например, в дзюдо, боксе или каратэ) для борьбы с различными по своей силе, технике и внутренней психофизиологической установке соперниками. Как правило, поединок выдерживает и побеждает не столько «сила-техника-опыт», относительно одинаковые у соперников, сколько наиболее гармонирующий с видом спорта тренируемый в борьбе стрессоустойчивый бойцовский ТХ. Правильное определение ТХ спортсмена дает возможность тренеру продуктивно индивидуализировать его тактику и стратегию борьбы, а спортивному психофизиологу – при наличии соответствующих психофизиологических условий дать правильную психологическую установку мобилизации и распределения энергии в предстартовый и стартовый периоды, управление естественным эндострессом. Спортивная борьба начинается не с «пустого места». Ей предшествует изменение психического состояния спортсмена на фоне характера, темперамента, опыта [12].

На базе профессионального сотрудничества Государственного института физической культуры и спорта Армении-ГИФКСА (Armenian State Institute of Physical Culture and Sport-ASIPCS) и Института физиологии им. Л.А. Орбели НАН РА в Лаборатории психофизиологии человека проведено научно-практическое психофизиологическое исследование (ПФИ) с применением компьютерного полиграфа (КП) 15-и студентов-спортсменов 2-х факультетов ГИФКСА по специальностям дзюдо, бокс, каратэ. Студенты 1-го и 2-го курсов факультетов Спортивная педагогика и управление (СПУ) и Физическое воспитание и оздоровительные технологии (ФВОТ) отбирались по принципу добровольности и представлению преподавателей ГИФКСА. Впервые на основе многофункциональ-

ного КП разработана и продуктивно применена адаптированная к специфике профессионального спорта модифицированная полиграфологическая методика психофизиологического определения (ПФО) ТХ по Юнгу [13, 14].

Адаптация полиграфологического метода к специфике профессионального спорта и ИПФО исследуемых осуществлялась качественно новой интегральной системой психофизиологических, психологических и полиграфологических методик комплексного психофизиологического опроса (КПФО) студентов-спортсменов с применением КП. Интегральной системой КПФО задействованы неэкспериментальный, экспериментальный и экспертный методы исследования. Определялся психофизиологический статус (ПФС) индивида по корреляции выявляемых типов личности, характера и темперамента, соционического (психоинформационный континуум) и физиологического компонентов. ТХ спортсменов определялись контрольной интегральной системой методик КПФО, затем опытной полиграфологической регистрацией адаптированным методом ЗСТ.

Материал и методы исследования. ПФИ с применением КП на определение ТХ по Юнгу прошли 15 студентов-спортсменов 1-го и 2-го курсов в возрасте 18 – 20 лет трех специальностей ГИФКСА: 5 дзюдоистов, 5 боксеров и 5 каратэистов. Предваряя каждое ПФИ, параллельно над тестами проводилась подготовительная работа – адаптация теста к ИПФО исследуемого и теме исследования. В качестве технического оснащения в КПФО использовался КП LX-3000SW лицензированной Lafayette Instrument Company-LIC (Indiana 47903, USA) с программным обеспечением Polygraph LX Software V.8.1.1 и алгоритмом обсчета результатов POLYSCORE® на основе современного метода Objective Scoring System (OSS) под управлением операционной системы Windows® [16]. По данным Applied Physics Laboratory (APL) Университета Джона Хопкинса (США) алгоритм POLYSCORE®, обеспечивает достоверность интерпретации более 99% и позволяет полиграфологам достичь практически полного консенсуса в оценке точности ПФИ [1]. OSS представляет эмпирическую основу результатов экспертной количественной оценки (ЭКО) и подтверждения достоверности

результата автоматического компьютерного анализа (АКА) [4, 17]. Регистрировалось также изменение интегральных неспецифических вегетативных реакций организма в границах «норма – акцентуация – патология» в ответ на произвольное вербальное и непроизвольное невербальное раздражение [8]. ИПФО выявляются по флуктуации 5 каналов физиологических индикаторов интегральной реактивности организма – объема и частоты пульса, кожногальванической реакции (КГР), грудного и диафрагмального дыхания в процессе КПФО спортсмена. Одновременно отображенные и зарегистрированные физиологические данные АКА в ходе предыдущих ПФИ, воспроизводятся для ЭКО и интерпретации психофизиолога-полиграфолога [9, 11]. Полиграфологические тесты ПФИ адаптированы к специфике спортивных единоборств, ИПФО и интеллектуально-профессиональному уровню каждого студента-спортсмена.

Результаты и обсуждение. Количественный сравнительный анализ полученной физиологической информации на основе метода системы цифровой обработки экспериментальных данных OSS показал общую вероятность ТХ (ОВТХ) методом ZCT алгоритма POLYSCORE® LIC: Интровертивному ТХ соответствует интервал <1 – 5 %, Амбовертивному ТХ – интервал 5 – 95 % и Экстравертивному ТХ – интервал 95 – >99 %.

Полиграфологическим методом ZCT из 5 дзюдоистов, 5 боксеров и 5 каратэистов Интровертивный ТХ определен у 3 дзюдоистов и 2 каратэистов (ОВТХ 1 – 5 %), Экстравертивный ТХ – у 2 дзюдоистов, 4 боксеров и 2 каратэистов (ОВТХ 97 – >99 %), средний эквивалентный Амбовертивный ТХ – у 1 боксера-правши с сильным левым кроссом и у 1 каратэиста (ОВТХ 35 – 48 %).

С целью сохранения конфиденциальности базы персональных данных (БПД) ГИФКСА и оперативной работы с результатами тест-анализа с применением КП идентификация личности, порядковый номер в таблице 1, файл полиграфа (ФП) и результаты ПФИ каждого исследуемого закодированы в условные обозначения: дзюдо – J (01 – 05), бокс – В (01 – 05) и каратэ – К (01 – 05).

В таблице 1 представлены результаты ПФО ТХ по Юнгу с применением КП 15 студентов-спортсменов ГИФКСА факультетов СПУ и ФВОТ.

Таблица 1

ПФО ТХ по Юнгу с применением КП 15 студентов-спортсменов

№	ФП	ФИО, вид спорта	ГР	Фак-ет, курс	Специальность	ВК (кг)	ТХ (по Юнгу)	ОВТХ (%)
1	0021	Ј 01	1998	СПУ, 1	Дзюдо, 1 KYU	73	Интроверт.	5
2	0022	Ј 02	1999	ФВОТ,1	Кинез-ия, 1 KYU	90	Экстраверт.	99
3	0023	Ј 03	1999	СПУ, 1	Дзюдо, 1 DAN	55	Экстраверт.	97
4	0024	Ј 04	1998	СПУ, 2	Дзюдо, 1 KYU	60	Интроверт.	2
5	0025	Ј 05	1997	СПУ, 2	Дзюдо, 6 KYU	66	Интроверт.	1
6	0026	В 01	1998	СПУ, 1	Бокс	56	Экстраверт.	>99
7	0027	В 02	1999	СПУ, 1	Бокс	60	Экстраверт.	99
8	0028	В 03	1998	СПУ, 1	Бокс	64	Экстраверт.	99
9	0029	В 04	1999	СПУ, 1	Бокс	56	Амбоверт.	48
10	0030	В 05	1999	СПУ, 1	Бокс	81	Экстраверт.	>99
11	0031	К 01	1998	СПУ, 1	Каратэ, 1 DAN	60	Амбоверт.	35
12	0032	К 02	1997	СПУ, 1	Каратэ, 3 KYU	73	Интроверт.	2
13	0033	К 03	1999	СПУ, 1	Каратэ, 1 DAN	70	Экстраверт.	99
14	0034	К 04	1999	СПУ, 1	Каратэ 1 DAN	67	Экстраверт.	99
15	0035	К 05	1998	СПУ, 1	Каратэ, 1 KYU	64	Интроверт.	2

Условные обозначения, аббревиатуры и пояснения.

ФП – файл полиграфа.

ФИО – фамилия, имя, отчество.

J (01 – 05) – дзюдоисты, В (01 – 05) – боксеры, К (01 – 05) – каратэисты.

ГР – год рождения.

СПУ – Спортивная педагогика и управление (факультет).

ФВОТ – Физическое воспитание и оздоровительные технологии (факультет).

ВК – весовая категория (в кг).

ТХ – тип характера (по К. Юнгу).

ОВТХ – общая вероятность типа характера (в %).

Дополнительно результаты полиграфологического тест-анализа ТХ по Юнгу позволяет также определить особенности характера в рамках типа темперамента по Айзенку [3]. Согласно особенностям ТХ в рамках типа темперамента (ТТ) по Айзенку: Интровертивному ТХ соответствует Меланхолический или Флегматический ТТ, Экстравертивному ТХ соответствует Холерический или Сангвинический ТТ, а среднему эквивалентному Амбовертивному ТХ ближе устойчивый (эмоционально стабильный) Флегматический ТТ [15]. Это не значит, что представители одного ТТ будут похожи друг на друга как близнецы. Могут не совпадать их характеры, возраст или образование, но в аналогичных, например стрессовых ситуациях, они будут действовать похожим образом, опираясь на свои ведущие, хорошо развитые психические функции. В таблице 2 представлены те же 15 студентов-спортсменов с особенностями характера в рамках ТТ по Айзенку.

Таблица 2

**Особенности характера студентов-спортсменов
в рамках ТТ по Айзенку**

Неустойчивый (эмоционально лабильный)			
	J 05		
	J 01	В 01	
Интровертивный	Меланхолический	Холерический	Экстравертивный
	Флегматический	Сангвинический	
	J 04	J 02	
	В 04	J 03	

	К 01	В 02	
	К 02	В 03	
	К 05	В 05	
		К 03	
		К 04	
Устойчивый (эмоционально стабильный)			

Полиграфологическое ПФИ объективизирует субъективное психологическое тестирование (ПТ), выявляет скрытые сердечно-сосудистые, психоэмоциональные, респираторные заболевания, акцентуации и функциональные обратимые психические отклонения. Достоверное знание ТХ спортсмена позволяет тренерам и преподавателям максимально продуктивно работать в унисон на индивидуальной «биологической частоте» спортсмена для: 1) преодоления эндогенных психологических барьеров, 2) формирования психолептики в стрессогенных ситуациях, 3) поддержания положительной спортивной мотивации, 4) выработки рефлекса лидера и 5) психофизической функциональной предстартовой МГ, иначе «стартовой готовности» по Левитову [6]. На базе выявленного ТХ гармоничное психосовмещение психосоциального этноменталитета спортсмена и философии восточных единоборств тренерам дает возможность кумулировать вектор долгосрочной борьбы на татами и добиваться победных результатов. Состояние фоновой МГ создается спортсменом продолжительное время сознательно и целенаправленно, и уровень этого состояния в большей степени определяется его характером, личным опытом и спортивной мотивацией в настоящее время [7]. Поскольку эти силы должны быть использованы в необходимый момент, то структура психических и физиологических процессов и функций стартовой МГ должна быть на наиболее оптимальном для данного вида спорта уровне.

ПФИ с применением КП позволяет выявлять акцентуации личности, проводить психодиагностику функциональных нарушений нервной системы (стрессы, острые и хронические депрессии, неврозы спортивной этиологии). А также психотренинг пролонгированной положительной спортивной мотивации и психокоррекцию постстрессовых психоэмоциональных и психосоматических состояний спортсменов после тяжелых побед, поражений, спортив-

ных травм и реактивацию иммунитета к спортивным экстремальным экзо- и эндогенным раздражителям методикой биологической обратной связи (БОС). Повышение стрессоустойчивости, поддержание положительной предстартовой спортивной мотивации и формирование пролонгированного предстартового функционального психофизического состояния МГ.

Была выявлена корреляция между ТХ, как компонента ПФС индивида, и положительной или отрицательной психоэмоциональной спортивной мотивацией спортсмена в предстартовый период. ТХ спортсмена определенно влияет на успешность его спортивной деятельности посредством мотивационных характеристик личности.

Таким образом, ПФО ТХ спортсменов с применением КП позволяет: 1) многосторонне исследовать спортсмена как личность в ее анатомо-физиологическом, интеллектуально-профессиональном и психосоциальном проявлении; 2) определять качественный вектор работы тренеров в эмпирическом процессе выявления скрытых компонентов личности спортсменов и повышении результативности тренировок; 3) выявлять адекватную и неадекватную реакции на соревнование, положительную или отрицательную динамику спортивной мотивации; 4) корректное проведение индивидуального и группового психологического тренинга с целью поддержания положительной спортивной мотивации и стабилизации психофизической стартовой МГ.

ЛИТЕРАТУРА

1. Азарова Н.Ю., Жирнов С.И., Корочкин П.Б. Обзор методик полиграфных проверок США. Ред. Коровина В.В., Изд-во ЦИПТ «ЭКСПЕРТ», М. 2013.

2. Айзенк Г.Ю. Структура личности. С.-Пб.: Ювента; М.: КСП+, 1999, – 464 С.

3. Арутюнян А.А. Психофизиологические основы спортивной подготовки. Ред. Испирян М.С., Изд-во ГИФКСА, Ереван, 2004, С. 24 – 26.

4. Варламов В.А., Варламов Г.В., Комиссарова Я.В. Составление заключений по материалам психофизиологических исследований. М. 2009.

5. Коробков А.В. Нормальная физиология. М., Изд-во «Высшая школа», 1980, С. 408 – 410.

6. Левитов Н.Д. Психическое состояние беспокойства, тревоги. М.: Просвещение, № 1, 1969, с. 38 – 45

7. Левитов Н.Д. Психология характера. М.: Просвещение, 1969, – 424 с.

**ՊՈԼԻԳՐԱՖԻ ԿԻՐԱՌՄԱՄԲ ՄԱՐԶԻԿՆԵՐԻ ԲՆԱՎՈՐՈՒԹՅԱՆ
ՏԵՍԱԿՆԵՐԻ ՀՈԳԵՖԻԶԻՈԼՈԳԻԱԿԱՆ ՈՐՈՇՈՒՄԸ**

**Կ.գ.թ. Կ. Ա. Պանչուլազյան, պրոֆեսոր Ա. Ա. Հարությունյան,
դոցենտ Մ. Ռ. Ասատրյան
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Հոգեֆիզիոլոգիական հետազոտություն, կոմպլոտերային պոլիգրաֆ, ՀՖԿՍՊԻ-ի ուսանողներ-մարզիկներ, բնավորության տեսակներ, մարզական մոբիլիզացիոն պատրաստություն:

Պոլիգրաֆի կիրառմամբ մշակվել է սպորտի սպեցիֆիկային ադապտացված մարզիկների բնավորության տեսակների հոգեֆիզիոլոգիական որոշման ինտեգրալ մոդիֆիկացված համակարգ: Պոլիգրաֆի կիրառմամբ կոմպլեքսային հոգեֆիզիոլոգիական հարցումը թույլ է տալիս բացահայտել անհատական կենսաբանական առանձնահատկությունները, նյարդային համակարգի ֆունկցիոնալ խանգարումները և ձևավորել մարզիկների դրական հոգեֆիզիկական մոբիլիզացիոն պատրաստություն:

**PSYCHO-PHYSIOLOGICAL DETERMINATION OF THE CHARACTER
TYPES OF ATHLETES WITH USING POLYGRAPH**

**PhD of biological sciences K. A. Panchulazyan,
professor A. A. Harutyunyan,
associate professor M. R. Asatryan**

SUMMARY

Keywords: psycho-physiological research, computer polygraph, complex psycho-physiological survey, student-athletes of ASIPCS, types of character, sporting mobilization readiness.

With application of polygraph it was developed integrated modified system of psycho-physiological determination of athletes' types of character adapted to the specifics of sport. Complex psycho-physiological survey using a polygraph allows us to identify individual biological features, functional disorders of the nervous system and to form positive psychophysical mobilization readiness of athletes. Cooperation of polygraph registration of nonspecific physiological reactions of the organism with a psycho-physiological definition of the types of character of athletes serves as a universal means of decoding subconscious nonverbal elements of the psyche of athletes.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ГРАММАТИЧЕСКИХ И СЕМАНТИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ ПРЕДЛОГОВ В АНГЛИЙСКОМ, РУССКОМ И АРМЯНСКОМ ЯЗЫКАХ

Ассистенты Г. М. Саакян, А. Х. Бадасян

Кафедра языков

Ключевые слова: предлог, функции, семантика, падежные отношения в английском, русском и армянском языках.

Целью данной работы является определить трудности изучения английских предлогов и попытаться выявить некоторые способы их преодоления.

Методы. В работе рассматриваются грамматические функции английских предлогов и их аналогичное проявление в русском и армянском языках, а также проводится сравнительный анализ семантических функций предлогов в данных трех языках.

Предлог – это служебная часть речи, с помощью которой выражаются различные виды отношений между значимыми словами. Предлог не может употребляться самостоятельно и не является членом предложения, однако выполняет очень важные грамматические и семантические функции.

При изучении английского языка одной из наиболее трудных тем являются предлоги.

Рассмотрим грамматические функции английских предлогов.

В связи с тем, что падежи в английском языке рудиментарны (существуют 2 падежа – общий и притяжательный) употребление предлогов и есть основной способ выражения отношений существительного или местоимения к другим частям речи в предложении.

В русском же и армянском языках эти отношения выражаются через падежи. Следует отметить, что в русском языке существуют 6 падежей, в армянском – 7, и они не всегда соответствуют друг другу.

Именительный и винительный падежи в русском языке, *նիղիշիւմի* и *իւղիշիւմի* в армянском языке, в английском выражаются порядком слов.

Н/р. My sister knows my friend. Моя сестра (им. п.) знает моего друга (вин. п.). Իմ քույրը (ուղղ. հ.) ճանաչում է իմ ընկերոջը (հայց. հ.):

В русском и армянском языках при изменении порядка слов смысл предложения не меняется.

Н/р. Моего друга (вин. п.) знает моя сестра (им. п.). Իմ ընկերոջը (հայց. հ.) ճանաչում է իմ քույրը (ուղղ. հ.):

В английском же при перестановке членов предложения меняется смысл.

Н/р. My friend knows my sister. Мой друг (им. п.) знает мою сестру (вин. п.). Իմ ընկերը (ուղղ. հ.) ճանաչում է իմ քրոջը (հայց. հ.):

Предлог of в значении принадлежности соответствует русскому родительному падежу и армянскому տեղական:

Н/р. The name of the book. Название книги. Գրքի անունը:

Но английские одушевленные существительные имеют притяжательный падеж, который выражается через апостроф +s ('s).

Н/р. My sister's name. Имя моей сестры. (род. п.) Իմ քրոջ անունը: (տեղ. հ.)

Предлог to является предлогом направления, через него могут быть выражены отношения в русском дательного падежа и в армянском տրական:

Н/р. I gave my application to the secretary. Я отдал заявление секретарю. (дат. п.) Ես տվեցի դիմումս քարտուղարին: (տր. հ.)

Предлоги by и with передают отношения русского творительного падежа.

1. The article was written by the student. Статья написана этим студентом.

2. The article was written with a pencil. Статья написана карандашом.

При переводе на армянский язык в первом примере употребляется բացականչական, а во втором – գործիական:

Հոդվածը գրվել էր ուսանողի կողմից: Հոդվածը գրված է մատիտով:

С точки зрения семантических функций английские предлоги подразделяются на следующие группы:

- предлоги места: on, in, behind, at и т.д.- на, в, за, у- վրա, մեջ, հետևում, մոտ

on the table – на столе – սեղանի վրա, at the window – у окна – փառուհանի մոտ

- предлоги направления: to, from, towards, along и т.д. – к, из (от, с), по направлению к, вдоль (по), на армянском языке эти предлоги переводятся в основном с помощью окончаний.

Н/р. 1. He is from Armenia. Он из Армении. Եւ Հայաստանից է:

2. They were walking along the street. Они шли вдоль по улице. Երանք քայլում էին փողոցով:

- предлоги времени – before, after, during, by и т. д. – до, после, в течении, к – առաջ, հետո, ընթացքում, մինչ

Н/р. before the lessons – до уроков – դասերից առաջ, by 6 o'clock – к 6-ти часам – մինչ ժամը վեցը

- предлоги причины – because of, according to, thanks to и т.д. – из за, согласно, благодаря – փատճառով, համաձայն (ըստ), շնորհիվ

Н/р. because of illness – из-за болезни – հիվանդության փատճառով, according to the instruction – согласно инструкции – համաձայն ցուցումի

Почти каждый из английских предлогов многозначен и очень часто не соответствует своим эквивалентом в русском и армянском языках.

Так например, предлог “in” соответствует русскому предлогу “в” и армянскому «մեջ».

In the bag – в сумке – փայրուսակի մեջ

Однако в следующих примерах тот же предлог in в русском и армянском языках используется с иным смыслом и передается иными способами.

in two hours – через два часа – երկու ժամից, in one year – за один год – մեկ տարվա ընթացքում

Некоторые английские глаголы и прилагательные с определенными предлогами образуют устойчивые выражения. Такие предлоги являются фиксированными.

Очень часто эти словосочетания в переводе на русский и армянский языки вообще не требуют предлога.

1. listen to (somebody) – слушать (кого-то), լսել (ինչ-որ մեկին)
2. wait for (somebody) – ждать (кого-то) – սպասել (ինչ-որ մեկին)
3. aware of (something) – быть в курсе (чего-то) – տեղյակ լինել (ինչ-որ բանից)

Интересно отметить, что и в русском языке есть глаголы, требующие определенных предлогов, в то время как их эквиваленты на английском и армянском языках употребляются без предлогов.

1. войти в комнату – enter the room – մտնել սենյակ
2. следовать за кем-то – follow somebody – հետևել որևէ մեկին
3. ответить на вопрос – answer the question – պատասխանել հարցին

Отдельное внимание следует обратить на место предлогов в предложении.

В английском и русском языках предлоги употребляются перед существительными и местоимениями, в армянском же языке – после них.

on the wall – на стене – պատի վրա, under the sofa – под диваном – բազմոցի տակ, after work – после работы – աշխատանքից հետո

но: He went to the nearest stop. – Он пошел к ближайшей остановке. – Նա գնաց ընթացի մոտակա կանգառը:

Как видно из примера в армянском языке предлог может быть употреблен перед существительным. Более того, есть случаи двойного употребления предлога с существительным или местоимением в армянском языке.

1. Բացի ռուսերենից, նա գիտի նաև անգլերեն или Ռուսերենից բացի նա գիտի նաև անգլերեն:

2. Դիմումի համաձայն՝ նա ազատվել է աշխատանքից или Համաձայն դիմումի նա ազատվել է աշխատանքից:

В чем же конкретно заключаются трудности изучения английских предлогов?

Во-первых, существует очень мало правил на употребление предлогов.

Во-вторых, английские предлоги многозначны, имеют разнообразное семантическое употребление и не поддаются четкой классификации, т.к. один и тот же предлог может одновременно быть предлогом и места и времени и т.д.

at the wall – у стены – ստորի մոտ (место), at six o'clock – в шесть часов – ժամը վեցին и т.д.

Выводы. Наряду с традиционным методом обучения английским предлогам, а именно на основе имеющихся правил, классификации и перевода, не менее эффективным является так называемый коллокационный метод (Collocation Approach), т.е. изучение предлогов в словосочетаниях, являющихся синтаксически и семантически целостной единицей:

- фразовые глаголы: to rely on – полагаться на – հույս դնել, վստահել, to work on – работать над – աշխատել ինչ-որ մի բանի վրա, to look for – искать – փնտրել, to depend on – зависеть от – կախված ինչ-որ բանից, to turn down – отклонять, выключить – մերժել, անջատել и т.д.

- предложные фразы – on time – вовремя – ժամանակին, at any rate – во всяком случае – ցանկացած դեպքում, by accident – случайно – ստահաբար, for a while – на короткое время – մի որոշ ժամանակով, out of order – не в порядке – շարքից դուրս и т.д.

ЛИТЕРАТУРА

1. Mueller C. M. (2011), English learners' knowledge of prepositions: Collocational knowledge or knowledge based on meaning.

2. Յու. Ավետիսյան, Հայոց լեզու և խոսքի մշակույթ, Երևանի Պետական Համալսարան, Երևան, 2014

3. Վիլեն Սահակյան, Վահան Սահակյան, Նվեր Մկրտչյան, Հայոց լեզու հարցեր և պատասխաններ, Երևան, 2011

**COMPARATIVE ANALYSIS OF GRAMMATICAL AND SEMANTIC
FUNCTIONS OF PREPOSITIONS IN ENGLISH, RUSSIAN AND ARMENIAN**

Assistant G. M. Sahakyan, assistant A. Kh. Badasyan

SUMMARY

Keywords: preposition, functions, semantics, case relations, English, Russian, Armenian.

This article considers grammatical and semantic functions of English prepositions and their equivalent use in Russian and Armenian based on comparative analysis.

The authors point out the peculiarities of preposition use in English and some difficulties of their translation into Russian and Armenian.

**ԿԱՊԵՐԻ ՔԵՐԱԿԱՆԱԿԱՆ ԵՎ ԻՄԱՍՏԱՐԱՆԱԿԱՆ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹՅԱՆ
ՀԱՄԵՄԱՏԱԿԱՆ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆԸ ԱՆԳԼԵՐԵՆ,
ՌՈՒՍԵՐԵՆ ԵՎ ՀԱՅԵՐԵՆ ԼԵՂՈՒՆԵՐՈՒՄ
Ասիստենտներ Գ. Մ. Սահակյան, Ա. Խ. Բադասյան
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Կապ, գործառույթներ, իմաստաբանություն, հոլովների հարաբերություն, անգլերեն, ռուսերեն, հայերեն:

Տվյալ աշխատանքում դիտարկվում է անգլերեն լեզվի կապերի քերականական և իմաստաբանական նշանակությունը և դրանց համարժեքային կիրառությունը ռուսերեն և հայերեն լեզուներում՝ ըստ համեմատական վերլուծության: Նշված են անգլերենի կապերի կիրառման առանձնահատկությունները և ռուսերեն, և հայերեն լեզուներով, դրանց թարգմանության որոշ դժվարություններ:

**ОБУЧЕНИЕ ЮНЫХ СПОРТМЕНОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ
УМЕНИЯМ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ИМИ «ДВОЙНОЙ» КАРЬЕРЫ**

Кандидат психологических наук, доцент Е.Е.Хвацкая

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

Ключевые слова: психологические умения, «двойная» карьера, юные спортсмены.

Актуальность. Реализация концепции «двойной» карьеры, подразумевающей замену установки «или–или» («или спорт, или учеба») на установку «и–и» («успешность и в спорте, и др. видах

деятельности, прежде всего, учебной») подразумевает помощь спортсменам в приобретении базовых психологических знаний и умений для сочетания спортивной и других видов деятельности, прежде всего, учебной. В этом плане созвучен подход В.А.Толочка к «сопряженной профессиональной карьере» [3]. Несмотря на то, что учебная деятельность является обязательной, субъективно таковой спортсмены подросткового возраста ее зачастую не принимают, что находит отражение в приоритете социальной роли «спортсмена», а не «ученика» и провоцирует ряд трудностей при сочетании занятий спорта и учебы.

Цель исследования – разработать содержание занятий по обучению юных спортсменов психологическим знаниям и умениям, важными для построения «двойной» карьеры на основе фронтального подхода через оптимизацию баланса между идентификацией с ролью «спортсмена» и ролью «ученика».

Методы и методика исследования. В качестве основного психодиагностического инструментария применены компоненты опросника N.Stambulova «The Dual Career Survey (DCS)» the Athletic Identity Measurement Scale (AIMS; Brewer D., Van Raalte & Linder D., 1990) и School Identity Measurement Scale (SIMS; Engström & Stambulova, 2010) в первичной адаптации Н.Л.Ильиной и Е.Е.Хвацкой [по 1; 2]. Обработка данных осуществлена с помощью критерия U-Манна-Уитни.

Организация исследования. Исследование проведено на базе ГБУ СШОР №2 Невского-района г.Санкт-Петербурга. В данной статье представлены промежуточные результаты исследования с участием 16 спортсменов 11-13 лет, специализирующихся в разных видах борьбы в диапазоне с октября 2017г. по февраль 2018г. включительно.

Анализ результатов. В качестве своеобразного индикатора готовности строить «двойную» карьеру выступает соотношение между идентификацией с ролью «спортсмена» и ролью «ученика». Более высокая субъективная значимость идентификации с ролью «спортсмена» по сравнению с ролью «ученика» в начале исследования показывает приоритет спортивной деятельности по сравнению с учебной в сознании спортсменов-подростков, что согласует-

ся с концепцией ведущих типов деятельности А.Н.Леонтьева и Д.Б.Эльконина: $6,50 \pm 0,73$ и $5,44 \pm 0,63$ балла; $p < 0,05$ по критерию U-Манна-Уитни.

В рамках Программы спортивной подготовки по виду спорта («восстановительные мероприятия», «теоретическая подготовка») разработано содержание занятий по психологической подготовке: информирование и обучение спортсменов базовым психологическим приемам рационального заучивания, развития внимания, организации своего времени, мобилизации активного состояния при переходе от спортивных занятий к учебной деятельности и, наоборот. Занятия проводились еженедельно по 45 – 60 мин (проведено всего 16, запланировано – 20). По форме – занятия тренингового типа с широким применением психотехнических игр и упражнений. Общая установка – «спортсмен – он и в спорте, и в учебе – спортсмен», которая определена на основе ретроспективного исследования реализации «двойной» карьеры в спорте [4].

Срезовой замер данных показателей после проведения психологических занятий показал сближение идентификации с ролью «спортсмена» и ролью «ученика» ($6,13 \pm 0,89$ и $5,60 \pm 0,73$ балла соответственно; $p > 0,05$) (при этом различия внутри данных показателей статистически незначимы, что важно для сохранения внутренней готовности к положительному отношению к двум видам деятельности – учебной, являющейся обязательной, и спортивной – носящей добровольный характер).

Заключение. Дисбаланс между идентификацией с ролью «спортсмена» и ролью «ученика» у спортсменов–подростков свидетельствует об отсутствии внутренней предпосылки для реализации ими «двойной» карьеры. Полученные данные по психологической работе со спортсменами-подростками являются промежуточными, однако, свидетельствуют о целесообразности обучения базовым психологическим умениям для сочетания спортивной и учебной деятельности на основе оптимизации баланса идентификации с ролью «спортсмена» и ролью «ученика».

Исследование выполнено при поддержке гранта РГНФ №17-06-00883.

📖 **ЛИТЕРАТУРА**

1. Андропова, Е.Ю. Проблема сочетания спортивной и учебной деятельности: психологический аспект / Е.Ю.Андропова, Е.Е.Хвацкая // Материалы XIII Междунар. научно-практич. конференции «Рудиковские чтения - 2017» (11-12 мая 2017). – М., 2017. – С. 94 - 98.

2. Ильина, Н.Л. Трудности реализации спортсменами двойной карьеры на этапе обучения в вузе // Н.Л.Ильина, Е.Е.Хвацкая, Р.А.Березовская, Н.Б.Мельникова, К.И.Пузанова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2017. - № 11 (153). - С. 325-330

3. Толочек, В.А. Сопряженная профессиональная карьера субъекта: контексты и измерения / В.А.Толочек // Человек. Сообщество. Управление. - 2011. - № 2. - С. 48-61.

4. Хвацкая, Е.Е. Реализация «двойной» карьеры спортсменами: ретроспективный подход / Е.Е.Хвацкая // Материалы I Междунар. науч. конф. «Проблемы психологического обслуживания в спорте высших достижений». – Ереван: ГИФКСА, 2017. – С.121-127.

ԵՐԻՏԱՍԱՐԴ ՄԱՐԶԻԿՆԵՐԻ ՀՈԳԵՐԱՆԱԿԱՆ ՀՄՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՈՒՍՈՒՑՈՒՄԸ «ԿՐԿՆԱԿԻ» ԿԱՐԻԵՐԱ ՍՏԵՂԾԵԼՈՒ ՀԱՄԱՐ

**Հ. Գ. Թ., դոցենտ Ե. Ե. Խվացկայա
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Հոգեբանական հմտություններ, «կրկնակի» կարիերա, երիտասարդ մարզիկներ:

Հոդվածում ներկայացված են դեռահաս մարզիկների (n=16; մասնագիտացումը՝ ըմբշամարտ) ուսուցման միջանկյալ արդյունքները: Ուսուցանվում են բազային հոգեբանական գիտելիքներ և հմտություններ «կրկնակի» կարիերա ստեղծելու համար՝ որպես «մարզիկ» և «աշակերտ»:

TEACHING YOUNG ATHLETES TO PSYCHOLOGICAL SKILLS FOR REALIZATION “DUAL” CAREER

PhD in psychological Sciences, associate professor Hvatskaya E.E.

SUMMARY

Keywords: psychological skills, “dual” career with athletes, young athletes.

The article presents the intermediate results of teaching the young athletes (n=16, specialization - wrestling) to basic psychological knowledge and skills, which helps to realize «dual» career of «an athlete» and «a pupil».

INTEGRATION OF MORHPO BIOLOGICAL PARAMETERS OF THE ATHLETE INTO BIOMECHANICS OF THE CHOSEN SPORT

Doctor of pedagogical sciences, professor V.P. Guba

**Russian state university of physical culture, sport,
youth and tourism, Russia, Moscow**

Keywords: individual, sports activity, endowments, talent, abilities, specific features, morpho bio mechanical diagnostics.

Relevance. Considering sports activities as one of factors of the social phenomenon, it is necessary to pay attention to the fact that many, apparently, firm postulates of the last century under the influence of irreversible changes need different types of correction after time and also that the most important, – changes which have happened during this time. The century of "a variety of gadgets" has aggravated so violently progressing hypo dynamics that leads to absolutely other approach, first of all, in sports practice, the sport for children and young people disappears, turning into "big-time sports" with all that it implies [1, 3]. Lack of time of the development allowed for physical qualities and also transition from one kind of activity to another it was reduced to a minimum without leaving before an individual of the rights for a mistake [2, 4].

Research objective – to create technology of sports selection.

Results of the researches conducted for 40 years and more than 30 last years under the Morpho bio mechanical direction supported in the mid-nineties by such outstanding scientists of domestic sports science as. P. Ratov, V.K. Balsevich, D.D. Donskoy, V.P. Filin, S.D. Neverkovich, etc., has found logical continuation in the form of over sixty dissertations defended under the leadership of the author in various directions of sports science:

- theory and practice of sports training;
- methodology of health saving technologies;
- constructing of training equipments and computer programming;
- technologies of creation of training in game sports and single combats;

- new concepts of assessment of prospects engaged in sport for children and young people, etc.

The conducted researches, allow to publish some results demonstrating those processes which have happened but also come in sport from his initial stage – selection, to elite sport.

Because a framework of this article in detail doesn't allow to describe each element of system, we will consider two of them, the newest in the general understanding of all process of sports preparation: a) morpho bio mechanical assessment of the individual; b) genetic analysis.

Morpho bio mechanical assessment of the individual is the direction allowing to recommend after a series of morphological measurements taking into account sport biomechanics engaged, efficiency of his physical action in the chosen look or to offer other continuation of sports career.

The genetic analysis in sports practice allows absolutely on the chosen sport, new with a bigger share of probability to define compliance, generally functional parameters engaged, and also to predict his further prospects.

Our longitudinally diagnostic testing is conducted for the purpose of expansion and deepening of theoretical and experimental data about an endowments perspective. A large number of the diagnostic methods directed to identification of new regularities and interrelations between the parameters characterizing endowments, and other characteristics of the subject surrounding him environments, etc. is a part of a research.

The main method of diagnostics of abilities of children of preschool age are motive tests.

It is established that 89% of teachers of physical training use the tests taken from the program for physical training of elementary school for diagnostics of abilities of preschool children (shuttle run, long jumps from the place, throwing of objects on the range and accuracy of hit in the purpose, etc.). And 74% from them draw a conclusion about the level of development of abilities of children on the basis of 2 — 3 tests, and 11% — only one test (that is just inadmissible!), forgetting that by means of one, even very difficult,

complex test including several motive tasks it is impossible to receive the exact, differentiated estimates of the level of development of concrete abilities. Therefore it is better to develop or select at first as the bigger number of motive tests is possible, and then to subject them to experimental check.

At justification of methods of testing of abilities of children of 4 — 6 years and receptions of their differentiated assessment data collection — not only determination of the general level of development of motive skills, but also identification of their interrelation with character and content of motive activity of the child is of particular importance. Thus, any diagnostic test is the peculiar research including not only actually performance of test tasks engaged, but also the choice of tests according to an objective, the organization of conditions of their use, assessment and the analysis of results of testing.

Now experts pay attention to studying of cross-disciplinary communications more and more, in a basis putting the genetic and psycho physiological potential of the child which allows to define a contribution of hereditary factors to development and to predict manifestation of the most significant abilities. According to modern provisions of genetics, it is considered that features of structure of DNA of the specific child and also his psycho physiological abilities are the cornerstone of individual distinctions of these or those qualities. Interpretation of structure of a gene and psycho physiological abilities gives the chance to establish external distinctions at group of children and to define their predisposition to sports, musical and art activity.

Achievement of progress in sports and creative activity is in many respects limited by hereditary factors and provided due to effective definition of "talent model", at children and teenagers.

Genetic polymorphisms and psycho physiological abilities which in the conditions of intensive physical and creative activity limit a metabolism and mental activity belong to the limiting factors, thereby reducing efficiency of end useful result.

Emphasizing the importance of diagnostics for determination of genetic and psycho physiological predisposition to kinds of activity, at an early stage of development of the child it is necessary to pay

attention that she also provides the adequate choice like physical and psychological activities which allow to achieve further great success in sports, art and musical activities.

Conclusion. A research after a morpho bio mechanic have shown need of creation of universal, effective, scientifically based technology of diagnostics of the person especially during the sensitive periods of her development taking into account specific features of each of them.

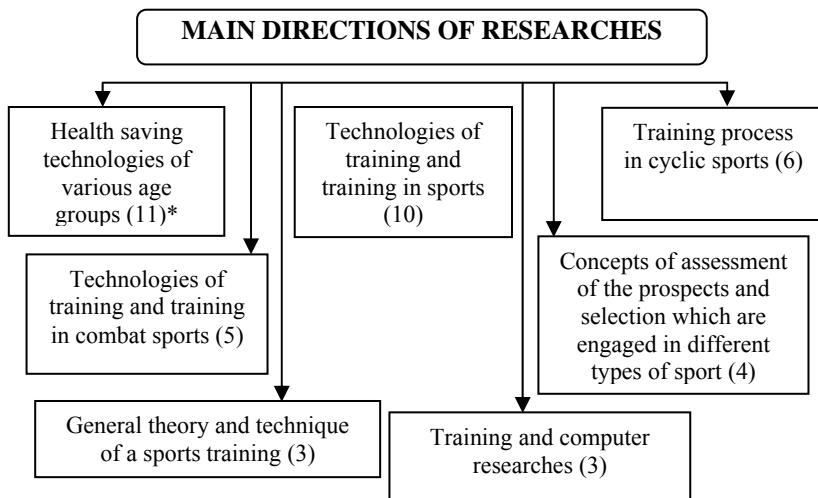


Figure 1. Main directions of morpho bio mechanical researches

Note: * - in brackets the approximate minimum quantity of the dissertations defended under the leadership of the author of article

Also, it is important, vocational and personal training of trainers, teachers, psychologists, managers in education, parents, not only for development and improvement of "natural" opportunities of children, but also achievement of good results during the entire period of sports activities of external achievements, and the most important of extension of a healthy lifestyle upon termination of sports career is of particular importance.

📖 LITERATURE

1. Guba V.P. Bases of recognition of early sports talent: monograph / V.P. Guba. – M.: Terra-Sport, 2003. – 224 p.
2. Guba V.P. Talant's lip and "critical points" of genotype / V.P. Guba // Science and life. – 2013. – №9. – P. 33.
3. Guba V.P. Theory and technique of modern sports researches: monograph / V.P. Guba, V.V. Marinich. – M.: Sport, 2016. – 233 p.
4. Guba V.P. The theory and practice of sports selection and early orientation in sports / V.P. Guba. – M.: Sovetsky Sport, 2008. – 306 p.

ИНТЕГРАЦИЯ МОРФОБИОЛОГИЧЕСКИХ ПАРАМЕТРОВ СПОРТСМЕНА В БИОМЕХАНИКУ ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА

Доктор педагогических наук, профессор В.П. Губа
РЕЗЮМЕ

Ключевые слова: индивидуальная, спортивная деятельность, дарование, талант, способности, особенности, морфо-биомеханическая диагностика.

В статье рассматриваются вопросы морфобиомеханической оценки способностей индивида к спортивной деятельности. Раскрывается методика проведения морфобиомеханического и генетического анализа индивидуальных особенностей детей и подростков, которые обеспечивают достижение высокого спортивного мастерства и результатов в процессе соревновательной деятельности.

ՄԱՐԶԻԿԻ ՆԱԽՆՏՐԱԾ ՄԱՐԶԱԶԵՎՈՒՄ ՄՈՐՖՈԿԵՆՍԱՔԱՆԱԿԱՆ ՉԱՓՈՐՈՇԻՉՆԵՐԻ ԻՆՏԵԳՐՈՒՄԸ ԲԻՈՄԵԽԱՆԻԿԱՅՈՒՄ

Մ. Գ. Ղ, պրոֆեսոր Վ.Պ. Գուբա
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ

Առանցքային բառեր: Անհատական, մարզական գործունեություն, հատկացումներ, տաղանդ, կարողություններ, յուրահատկություններ, մորֆոկենսաբանական ախտորոշում:

Հոդվածում ներկայացված են մարզական գործունեության մեջ անհատի կարողությունների մորֆոկենսաբանական գնահատականների հարցերը: Բացահայտվում է երեխաների և դեռահասների անհատական յուրահատկությունների մորֆոկենսամեխանիկական և ժառանգական վերլուծության իրականացման այն մեթոդները, որոնց կիրառմամբ մրցակցական փուլում նվաճում են բարձր արդյունքներ և ցուցաբերում սպորտային վարպետություն:

NEW PARADIGM OF TRAINING OF SPECIALISTS AT THE SPORT UNIVERSITIES IN THE RUSSIAN FEDERATION

PhD of pedagogical sciences, professor T.V. Mikhaylova
Russian state university of physical culture, sport,
youth and tourism (GTSOLIFK), Russia, Moscow

Keywords: sport university, physical culture and sports education, preparation of coaches, professional status, personal focused approach, readiness formation, sports pedagogical disciplines.

Introduction. In modern pedagogical culture in the last 10 years the focused scientific and pedagogical direction which realizes in the sphere of the highest sports pedagogical education ideals of development of potential of the person having high education level capable independently develops humanistic to acquire knowledge, to creatively think and work, make decisions in unusual pedagogical situations, to be professionally competent expert [2].

Success of training of highly skilled trainers in institutes of sport of the Russian Federation is a result of joint work of teachers, trainers and athletes which is defined by the level of mastering professional competences [1, 4]. Obvious is a relevance of a research, due to the need of improvement of process of their preparation according to tendencies of development of the domestic education promoting providing both administrative, and pedagogical and influences on the basis of "feedback" between the subject and an object, to creation the subject - the subject relations in pedagogical branch [3].

Research objective – to prove a new paradigm of training of specialists at the universities of sport of the Russian Federation.

Discussion of results of a research. The analysis of the educational process directed to training of trainers in sports educational institutions of Russia allows to reveal essential contradictions between:

- the social order of modern society for training of the qualified trainers and lack of uniform views in conceptual approaches to training of specialists in higher education institutions of Russia;

- it is more successful to resolve by the need for the qualified trainers of new type capable issues of professional activity in system

"for children and young people – student's – semi-professional - professional sport" and insufficient readiness of questions of effective formation of professional readiness of students of institute of sport for work of the trainer;

- improvement of modern contents and technological approach in the field of sports formation of higher education institutions of the Russian Federation on formation of professional abilities (competences) and lack of the uniform theory and methodology of training of trainers in the conditions of the integrated educational system of institute of sport;

- need of development of typology of professional qualities of trainers and insufficiency of the solution of the matters for the integrated system of training of trainers for institutes of sport of the Russian Federation;

- the increasing requirements to mastering legal bases of a profession of future trainers and lack of effective technology of regulation of the professional and labor relations at institutes of sport of the Russian Federation;

- need of involvement of perspective entrants for receipt in institutes of sport of the Russian Federation connected with requirement of branch of physical culture and sport for qualified specialists with valuable and motivational installations on professional activity and the existing traditional system of the vocational career guidance far from the standard.

The solution of the existing contradictions in the system of the higher sports education is caused by development of the concept of modern training of trainers at institutes of sport of the Russian Federation including:

- theoretic-methodological justification of formation of socially professional status of the trainer";

- methodological bases of justification of the concept of training of trainers in the conditions of the integrated educational system of institutes of sport of the Russian Federation;

- modeling and implementation of the program of training of trainers in specialized (profile higher education institutions) the Russian Federation.

Methodological bases of justification of the concept of training of trainers in the conditions of the integrated educational system of institutes of sport of the Russian Federation search of the directions and ways of increase in effective management of educational activity of trainers in higher education institutions of a sports profile taking into account modern social and economic conditions and need of their regulation for system "includes for children and young people – student's – semi-professional – professional sport".

Elaboration of new approaches to management of social processes in modern social and economic conditions of the sphere of physical culture and sport is caused by a number of circumstances:

- lack of the legislative provisions resolving problems of sports activity and social security of athletes and trainers;

- considerable costs of social protection of athletes, trainers and development of infrastructure of sport;

- the low system effectiveness of work incentives of trainers and athletes causing growth of social tension and thereof, uncertainty in tomorrow;

- lack of dependence of quantity and quality of work, level of income of subjects of sports activity owing to what the discipline of work decreases, the trust to the government and political institutions of the power falls;

- existence of new qualification requirements to shots;

- decrease in interest in sport and social activity of subjects of sports activity.

In this regard it is necessary to define the leading principles of training of trainers at institutes of sport disclosing social, educational and professional aspects of his development:

- hierarchy of trainer's abilities;

- unity of career guidance;

- prolongirovannost;

- orientations to the leading qualities;

- information support of system trainer-athlete;

- support on social and psychological qualities of the personality.

In this regard the organizational and pedagogical conditions promoting efficiency of training of the trainer are: the differentiation and individualization of education providing efficiency of implementation of the state educational standards; comprehensive use of potential of sport as means of achievement of his target reference points and formation of the general and professional culture; unity of target, motivational, substantial, psychophysical components of professional readiness of the personality; unity of knowledge, skills, beliefs, the valuable orientations shown in professional competence of future trainer.

Modeling and implementation of the program of training of trainers in specialized (profile higher education institutions) the Russian Federation" opens model of training of trainers at institutes of sport in the chosen sport, at institute of sport RGUFKST.

The developed conceptual model of formation of readiness of the trainer in the conditions of the integrated educational system of institutes of sport of the Russian Federation has been realized within experimental technology.

The basis of model is defined by the personal focused approach providing development motivational and purposes in the course of development of sports and pedagogical disciplines.

The basis of technology of formation of professional readiness of students for work as the trainer at institute of sport of the Russian Federation is defined mutually causing each other of an activity component: pre-university preparation; selection and vocational guidance of entrants; formation of common cultural, all-professional and professional competences; employment of graduates.

Conclusion. The solution of the existing contradictions in the system of the higher sports education is caused by development of the concept of modern training of trainers at institute of sport and physical training of the Russian state university of physical culture, sport, youth and tourism (GTSOLIFK) has shown the solvency and high efficiency. Therefore, it is possible to claim that the developed concept can be recommended for use in educational process of sports and pedagogical departments of higher educational institutions of physical

culture and faculties of physical culture in higher educational institutions of the Russian Federation.

LITERATURE

1. Guba V. P. Features of the decision of the national project in the sphere of secondary education and education / V. P. Guba // Bulletin of the Bryansk state university. - 2012.-№1. – P. 57-61.

2. Katrovsky A.P. The higher education in Russia - process of transformation and integration / A.P. Katrovsky, V.P. Guba // Vestnik Paleskaga of a dzyarzha, nag of the universities. -. 2015. - № 2. – P. 32-40.

3. Mikhaylova T.V. Professional readiness of students of institute of sport for trainer's activity (methodology and technology): monograph / T. V. Mikhaylova. – M., 2017. - 180 p.

3. Mikhaylova T.V. Technology of management of educational activity when training trainers at institutes of sport of the Russian Federation / T. V. Mikhaylova // Theory and practice of physical culture. – 2016. - № 2. – P. 71.

НОВАЯ ПАРАДИГМА ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ В УНИВЕРСИТЕТАХ СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ **Кандидат педагогических наук, профессор Т.В. Михайлова** **РЕЗЮМЕ**

Ключевые слова: университет спорта, физкультурно-спортивное образование, подготовка тренеров, профессиональный, личностно-ориентированный подход, формирование готовности, спортивно-педагогические дисциплины.

На примере Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК) рассматривается современная концепция подготовки тренеров в университетах спорта Российской Федерации. Разработка концепции подготовки тренеров включает теоретико-методологическое обоснование формирования социально профессионального статуса тренера», методологические основы обоснования концепции подготовки тренеров в условиях интегральной образовательной системы институтов спорта РФ, а также моделирование и реализация программы подготовки тренеров в специализированных (профильных вузах) Российской Федерации.

**ՌՈՒՍԱՍՏԱՆԻ ԴԱՇՆՈՒԹՅԱՆ ՍՊՈՐՏԻ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆՆԵՐՈՒՄ
ՄԱՍՆԱԳԵՏՆԵՐԻ ՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ ՆՈՐ ՆՄՈՒՇ**

**Մ. գ. թ., պրոֆեսոր Տ. Միխայելովա
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

Առանցքային բառեր: Սպորտի համալսարան, սպորտային կրթություն, մարզիչների պատրաստում, պրոֆեսիոնալ կարգավիճակ, անհատական մոտեցում, պատրաստվածության ձևավորում, սպորտ-մանկավարժական կարգապահություն:

Ռուսաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի, սպորտի երիտասարդության և տուրիզմի պետական համալսարանի օրինակով ուսումնասիրվում է մարզիչների պատրաստման ժամանակակից մոտեցումը Ռուսաստանի Դաշնության սպորտի համալսարաններում: Մարզիչների վերպատրաստման հայեցակարգերի մշակումը ներառում է մարզիչի սոցիալապես պրոֆեսիոնալ կարգավիճակի ձևավորման տեսական մեթոդաբանական հիմնավորումը, վերպատրաստման հայեցակարգերի հիմնավորման մեթոդաբանական հիմքերը՝ Ռուսաստանի Դաշնության սպորտի ինստիտուտների ամբողջական կրթական համակարգերի պայմաններում, ինչպես նաև ՌԴ մասնագիտական բուհերում մարզիչների պատրաստության ծրագրի ձևավորումն ու իրականացումը:

**AGE PERIODIZATION OF INDIVIDUAL TACTICAL TRAINING
OF ATHLETES IN GAME SPORTS**

***Candidate of pedagogical sciences, associate professor A.V. Rodin
Smolensk state academy of physical culture,
sport and tourism, Russia, Smolensk***

Keywords: sports, tactics, age periodical, individual actions, individual tactical preparation, component structure, integrated readiness.

Introduction. In the theory and a technique of sports individual tactical preparation is treated by experts [2, 3] differently, however, as a result of synthesis of literary data it is necessary to understand process of improvement of techniques of a game and development of the special abilities defining efficiency of performance depending on anticipation of a game situation as this term.

Modern practice of basketball and volleyball demands from experts of accurate differentiation of the time frames defining the

nature of impact on various components of physical activity who provide increase in level of individual tactical skill, however in the available sources of special scientific and methodical literature [1, 4], there are no these generalizing features of the organization and the direction of training of athletes in the context of long-term sports and pedagogical process.

The facts given above demonstrate that the problem of individual tactical training of athletes in sports is relevant and demands further pilot study in the context of an age periodicals.

Research objective – to define the age periods of effective training and improvement in individual tactical actions of athletes in game sports.

Organization of a research. For realization of the purpose, the research which was carried out in several steps, during the period from 2006 to 2017 has been organized. As examinees the athletes of various age playing basketball and volleyball were. In total 74 basketball players and 94 volleyball players aged from 10 up to 32 years have participated in a research. So extensive age range of examinees has been chosen with the purpose in experimental conditions to prove a periodical of component structure of individual tactical training of the athletes specializing in game sports.

Results of a research and their discussion. The pilot studies conducted with volleyball players of various level of readiness and qualification have allowed to establish that the most essential changes in kinematic and dynamic structure of physical actions happen at players in 10-12 years when the accented training in techniques of a game is carried out.

Results of a research have shown that basketball players and volleyball players most successfully cope with the solution of game tasks at the age of 13-15 years that action and their application in various tactical situations is in our opinion caused by formation of knowledge about motive.

Psycho physiological abilities of volleyball players actively raises at the age of 16-18 years. It is established that during this period of time the highest rates of simple visual and motor reaction, reaction to a moving object, choice reactions are noted. The athlete is capable to

keep throughout a long time in memory various images and also effectively and quickly to switch from actions of the rival to a game subject (ball).

The systematic analysis of a condition of the athlete has paramount value at the age of 18-32 years when athletes begin to do professionally chosen sport. Control of individual tactical readiness allows to obtain information on efficiency of game actions and to introduce the corresponding amendments in management of training and competitive process of athletes in basketball and volleyball.

Generalizing data of pilot studies it is necessary to allocate the age periods of effective individual tactical training of athletes in game sports:

- at the heart of individual tactical actions of game sports there are biomechanical, intellectual, psycho physiological and control components of preparation defining structure and the sequence of formation of individual sports skill of players in basketball and volleyball;

- the biomechanical component of individual tactical preparation allows to create rational and effective structure of physical actions in the course of performance of technique in various tactical situations of a game. The optimum period of formation of a biomechanical component of individual tactical actions is the stage of initial preparation (10-12 years) in the course of which the variability and versatility of physical actions of the athlete due to kinematic and dynamic characteristics of the movement is put;

- knowledge of application of ways, options and kinds of performance of technique in various tactical situations is provided at the expense of an intellectual component of individual tactical training of athletes in game sports. Researchers have shown that the age of 13-15 years (a stage of sports specialization), is optimum for formation of mental abilities of athletes on the basis of application of a method of "game tasks" and "trainer's keys". These methodical receptions allow to simulate game conditions with high efficiency and to make the most rational decision which is supported with continuous verbal influence of the trainer in the course of performance of physical action, as in training, and competitive process;

– the mobility of a nervous system of the athlete defines extent of response to various stimuli which are the forcing-down factor in the course of the game that imposes increased requirements to the level of development of psycho physiological abilities of players. The optimum periods of development of a psycho physiological component of individual tactical training of athletes in game sports is the stage of improvement of sports skill - 16-18 years. The ability of the player to quickly perceive a game situation and to apply in it the most rational and effective individual tactical action allows to get advantage in the course of immediate confrontation with the rival in game conditions of a competitive duel;

– the efficiency of response of the trainer to the happening changes in the level of integrated readiness is provided at the expense of a control component which formation most successfully happens at a stage of improvement of sports skill (18-22 years) and the highest sports skill (22-32 years). In the course of obtaining information on a condition of the player the trainer can correct the plan of training of the athlete in a year cycle of a training that will provide achievement of optimum sportswear to key starts of a game season.

Conclusion. The presented periodical of individual tactical training of athletes in game sports successfully underwent the testing and is universal approach for the majority of sports. In this regard we recommend to experts to apply in the field of sports this approach in preparation of a sports reserve.

LITERATURE

1. Guba, V.P. Volleyball at the university: Theoretical and educational and methodical providing system of training of students in sports club / V.P. Guba, A.V. Rodin. – M.: Sovetsky Sport, 2009. – 166 p.

2. Guba, V.P. Modernization of the theory and technique of sports / V.P. Guba, A.V. Rodin // Theory and practice of physical culture. - 2010. - №.4. – P. 16-19.

3. Makarov, Yu.M. Didactic aspects of initial tactical preparation in sports: manual / Yu.M. Makarov, A.A. Churkin. – SPb.: Olympus. 2008.–120p.

4. Rodin, A.V. Bases of a technique of sports: manual / A.V. Rodin, A.B. Samoylov, K.N. Efremenkov. – Smolensk, 2017. – 194 p.

ВОЗРАСТНАЯ ПЕРЕОДИЗАЦИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА

Кандидат педагогических наук, доцент А.В. Родин

РЕЗЮМЕ

Ключевые слова: спортивные игры, тактика, возрастная периодизация, индивидуальные действия, индивидуальная тактическая подготовка, компонентная структура, интегральная подготовленность.

Аннотация. Анализ возрастных особенностей индивидуальной тактической подготовки спортсменов в спортивных играх имеет определяющее значение при совершенствовании спортивного мастерства. Представлены результаты исследования, обосновывающие биомеханический, интеллектуальный, психофизиологический и контрольный компоненты формирования эффективных игровых действий, обеспечивающих достижение высокого индивидуального тактического мастерства в процессе ведения соревновательной борьбы. Обобщены критерии интегральной подготовленности игроков на этапах спортивной подготовки, определяющие характер совершенствования спортивной формы в годичном цикле тренировки.

ՄԱՐԶԻԿՆԵՐԻ ԱՆՀԱՏԱԿԱՆ ՏԱԿՏԻԿԱԿԱՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ ՏԱՐԻՔԱՅԻՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏՎՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ԽԱՂԱՅԻՆ ՁԵՎԵՐՈՒՄ

Մ. Գ. Թ., դոցենտ Ա. Վ. Ռոդին
ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ

Առանցքային բառեր: Մարզախաղեր, տակտիկան, տարիքային առանձնահատկություններ, անհատական գործունեություն, անհատական տակտիկան պատրաստություն, բաղադրիչների կառուցվածք, ինտեգրացիոն պատրաստականություն:

Մարզախաղերում մարզիկի անհատական տակտիկական պատրաստության տարիքային առանձնահատկությունների վերլուծությունը որոշակի նշանակություն ունի սպորտային վարպետության կատարելագործման ընթացքում: Ներկայացված են հետազոտության արդյունքները, որոնք հիմնավորում են կենսամեխանիկական, ինտելեկտուալ, հոգեֆիզիոլոգիական և ստուգողական բաղադրիչները, որոնք ձևավորում են արդյունավետ խաղային գործունեություն: Այդ գործունեությունը ապահովում է բարձրակարգ անհատական տակտիկական վարպետության նվաճումը մրցակցային պայքարի անցկացման գործընթացում: Ընդհանրացվում են մարզիկների ինտեգրալ պատրաստության չափորոշիչները մարզական վերապատրաստման փուլում՝ սահմանելով մարզաձևի կատարելագործման բնույթը վերապատրաստման տարեկան ցիկլում:

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ԱՇԽԱՐՀԻ ԵՎ ԵՎՐՈՊԱՅԻ (2017Թ.) ԱՌԱՋՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՒՄ
ԿԻՆ ԾԱՆՐՈՐԴՆԵՐԻ ՄՐՑԱԿՑԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ
ԱՐԴՅՈՒՆԱՎԵՏՈՒԹՅԱՆ ՈՒՍՈՒՄՆԱՍԻՐՈՒՄԸ

Պրոֆեսոր Գ.Ն.Ազիզյան, դասախոս Զ.Ս.Հակոբյան,
ասիստենտ Գ.Մ.Սեդրակյան 3

ԱՇԽԱՐՀԻ ԵՎ ԵՎՐՈՊԱՅԻ (2017Թ.) ՏՂԱՄԱՐԴ
ԾԱՆՐՈՐԴՆԵՐԻ ՄՐՑԱԿՑԱԿԱՆ ՀՈՒՍԱԼԻՈՒԹՅԱՆ
ՈՒՍՈՒՄՆԱՍԻՐՈՒՄԸ

Պրոֆեսոր Գ.Ն.Ազիզյան, դասախոս Զ.Ս.Հակոբյան7

ԱԴԱՊՏԻՎ ՊԱՐԵՐԻ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ ԹԵԹԵՎ ՄՏԱՎՈՐ
ՀԵՏԱՄՆԱՑՈՒԹՅՈՒՆ ՈՒՆԵՑՈՂ ԵՐԵԽԱՆՆԵՐԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ
ՎԻՃԱԿԻ ՎՐԱ

Դասախոս Բ. Ա. Ալեքսանյան, դոցենտ Յու. Գ. Գրիգորյան,
մ.գ.թ., դոցենտ Ա. Հ. Պատվականյան 12

ՄԱՐԶԻԿՆԵՐԻ ՄՐՏԻ ՌԻԹՄԻ ՎԱՐԻԱՑԻՈՆ ԱՆԱԼԻԶԸ

Բ.գ.դ., պրոֆեսոր Մ.Գ.Աղաջանյան, դոցենտ Մ.Ռ. Ասատրյան,
դասախոս Մ.Ռ.Սարգսյան..... 16

ԿՐՈՆԻ ՓԻԼԻՍՈՓԱՅՈՒԹՅՈՒՆՆ ԸՍՏ Է. ԿԱՆՏԻ

Մազիստրանտ Ա.Գ. Անդրիկյան, ասիստենտ Ն.Ս. Գևորգյան . 21

ԿՐՈՆԱԿԱՆ ԳԻՏԵԼԻՔՆԵՐԸ 17-ՐԴ ԴԱՐՈՒՄ (ՎՈԼՏԵՐ,
ԹՈԼԱՆԴ, ԲԵՅԼ)

Մազիստրանտ Ա.Գ.Անդրիկյան,
ասիստենտ Ա.Հ.Հովհաննիսյան24

ԿՐՈՆԻ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ ԿՅԱՆՔԻ ՓԻԼԻՍՈՓԱՅՈՒԹՅՈՒՆՈՒՄ
(Ֆ. ՆԻՑՇԵ)

Մազիստրանտ Ա.Գ.Անդրիկյան, ասիստենտ Կ.Ս.Քոչարյան28

ՀՈԼՈՎԱՌՈՒԹՅԱՆ ՍԽԱԼՆԵՐԸ ԿԱՊԵՐԻ ԵՎ
ԴԵՐԱՆՈՒՆՆԵՐԻ ԿԻՐԱՌՈՒԹՅԱՆ ՄԵՋ

Ասիստենտներ Ն.Հ. Ավետիսյան, Ն.Ն. Հունանյան.....34

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖՈՒՏԲՈԼԻ ԱԶԳԱՅԻՆ ՀԱՎԱՔԱԿԱՆԻ ԱՇԽԱՐՀԻ
20-ՐԴ ԱՌԱՋՆՈՒԹՅԱՆ ԸՆՏՐԱԿԱՆ ՓՈՒԼԻ
ՄԱՍՆԱԿՑՈՒԹՅԱՆ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆԸ

Դասախոսներ Գ.Գ.Ասրյան Հ.Ս.Բաղայան37

ՈՐՏԵՂ ՓՆՏՐԵՆՔ ՄԵՐ ԾԱԳՄԱՆ ՎԿԱՅԱԳԻՐԸ	
Ասիստենտ Հ.Ռ.Բաբուրյան.....	41
ՖՈՒՏԲՈՒԼԻՍՏՆԵՐԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ ԿԱՐԵՎՈՐՈՒԹՅՈՒՆԸ	
Դասախոս Հ.Ս. Բաղայան.....	44
ԿԻՆ ԸՄԲՇԱՄԱՐՏԻԿՆԵՐ. ԱՆՏԻԿ ԺԱՄԱՆԱԿՆԵՐԻՑ ՄԻՆՁ ՄԵՐ ՕՐԵՐԸ	
Ասիստենտ Ի.Լ. Բաղդասարյան.....	50
ԲԱՍԿԵՏԲՈՒԸ ՈՉ ՄԱՐԶԱԿԱՆ ԲՈՒՀԵՐԻ ՈՒՍԱՆՈՂՆԵՐԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՐԹՈՒԹՅՈՒՆՈՒՄ	
Ավագ դասախոս Ա.Դ. Բեգլարյան, դոցենտ Ե.Մ.Կալաջյան....	56
ԱՐՏԱԴԱՍԱՐԱՆԱՅԻՆ ՊԱՐԱՊՄՈՒՆՔՆԵՐԻ ՏԵՂԸ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ՀԱՄԱԿԱՐԳՈՒՄ	
Դոցենտ Ռ.Ա.Բեգոյան, պրոֆեսոր Հ.Հ.Մելքոնյան.....	60
ՍԿԱՆԴԻՆԱՎՅԱՆ ՔԱՅԼՔ. ԱՌՈՂՋՈՒԹՅԱՆ ՃԱՆԱՊԱՐՀ	
Դոցենտ Ռ.Ա.Բեգոյան.....	62
ԲԱՐՁՐԱԿԱՐԳ ԲՈՒՑՔԱՄԱՐՏԻԿՆԵՐԻ ԽԱՌՆՎԱԾՔԻ ԴՐՍԵՎՈՐՄԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ	
Հայցորդ Ա. Ա. Բարխուդարյան.....	67
ՀԱՄԱՑԱՆՑԻ ԱՉԴԵՅՈՒԹՅՈՒՆԸ ԴԵՌԱՀԱՍԻ ԱՐԺԵՀԱՄԱԿԱՐԳԻ ՎՐԱ	
Ասիստենտ Ա. Ռ. Բաղդասարյան.....	72
ՍՊՈՐՏԻ ՀՈԳԵԲԱՆԻ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ՅՈՒՐԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ	
Հ.գ.թ., ասիստենտ Վ.Ղ. Գեղամյան, Ի.գ.թ., դոցենտ Ա.Գ. Ստեփանյան, ասիստենտ Թ.Շ. Սոֆյան ..	76
ՎԵՐԱԿԱՆԳՆՄԱՆ ՄԻՋՈՑՆԵՐԻ ՆԵՐԴՐՄԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ԸՄԲՇԱՄԱՐՏՈՒՄ	
Մ.գ.թ., դոցենտ Է.Գ. Գալտազազյան, ասիստենտ Ք.Մ.Նաջարյան, ուսանող Ա.Վ.Ավետիսյան.....	80
ՄԱՐԴԿԱՅԻՆ ՌԵՍՈՒՐՍՆԵՐԻ ԿԱՌԱՎԱՐՄԱՆ ՀԱՄԱԿԱՐԳԻ ԱՐԴՅՈՒՆԱՎԵՏՈՒԹՅԱՆ ՉԱՓԱՆԻՇԵՐԸ	
Մ.գ.թ., դոցենտ Ա.Գ.Գյոզալյան, մագիստրանտ Ռ.Ս.Գալստյան.....	85

Ֆիզիկական կոնֆլիկտի մեջ ստորոհի մեղքագրողի հետազոտման ընթացքում ընդհանուր հարցերի կիրառման նշանակությունը Մ.գ.թ., դոցենտ Ա.Գ.Գյոզալյան, մագիստրանտ Ա.Հ.Մելքոնյան.....	88
Ներքին օրգանների որոշակի ճեղքարժեքի մարզում Ներքին ժամանակ Ասիստենտներ Կ.Գ.Գրիգորյան, Ն.Ա.Մկրտչյան, դասախոս Ա.Բ.Սարգսյան	92
Դերմանի համարի կիրառումը մեղքագրողի կողմից հարցազրույցի Դասախոս Ա. Ա.Գրիգորյան	96
Նախադրյալների ճշգրտումների կիրառումը հարցազրույցի մեթոդիկական Դոցենտ Յու. Գ. Գրիգորյան	101
Առկա ճանաչման մարտնչականության մեթոդիկական հարցազրույցի Դոցենտ Յու. Գ. Գրիգորյան, ուսուցչուհի Գ.Հ. Խաչատրյան ..	105
Էմպիրիկական հարցազրույցի մեթոդիկական կիրառումը մեղքագրողի կողմից Դոցենտ Ն. Դ. Դանիելյան	110
Պատժիկների ճեղքարժեքի ճշգրտումների կիրառումը Դասախոս Ա.Ս. Դավթյան.....	115
Մոտոտրանսպորտի կիրառումների մեթոդիկական կիրառումը Մ.գ.թ., դոցենտ Բ. Լ. Երիցյան	120
Որոշակների ֆիզիկական կոնֆլիկտի մեջ ստորոհի կիրառումը Մ.գ.թ., պրոֆեսոր Վ.Ռ.Զաքարյան.....	124
Յուրաքանչյուրի մեթոդիկական համարը. ՀԱՅ ՄԱՐԶԻԿ- ների մասնակցությունը (05. 08. - 21. 08. 2016թ. ՌԻՈ ԴԵ ԺԱՆԵՅՐՈՆ /ԲՐԱԶԻԼԻԱ/) Դոցենտ, ՀՀ վաստակավոր մարզիչ Զ. Խ. Էվոյան	130

5-8-րդ ԴԱՍԱՐԱՆԻ ՏՂԱՆԵՐԻ ՇԱՐԺՈՂԱԿԱՆ ԸՆԴՈՒՆԱ- ԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՄԱԿԱՐԴԱԿԻ ՈՒՍՈՒՄՆԱՍԻՐՈՒՄԸ	
Դասախոս Գ.Մ.Կարապետյան	140
ՊԱՏԱՆԻ ԸՄԲԻՇՆԵՐԻ ՄՐՑԱՎԱՐԱԿԱՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ ՄԵԹՈԴԻԿԱՅԻ ՀԻՄՆԱՎՈՐՈՒՄԸ	
Ասխտենտ Կ.Ժ.Կիրակոսյան	144
ՄՐՑԱԿԱՆՈՆՆԵՐԻ ՓՈՓՈԽՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ՄԱՐԶՄԱՆ ԵՎ ՄՐՑԱԿՑԱԿԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՑՈՒՄ	
Ասխտենտ Կ.Ժ.Կիրակոսյան	149
ՄԱՐԶՈՒՄԱՅԻՆ ԲԵՌՆՎԱԾՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆ- ՆԸ ԾԱՆՐՈՐԴՆԵՐԻ ՀԵՆԱՇԱՐԺՈՂԱԿԱՆ ՀԱՄԱԿԱՐԳԻ ՎՐԱ	
Մ.գ.թ., դոցենտ Ա.Լ.Հակոբյան	155
ԸՆՏԱՆԵԿԱՆ ԱՎԱՆԴՈՒՅԹՆԵՐԻ ՓՈԽԱՆՑՈՒՄԸ ՆԱԽԱ- ԴՊՐՈՑԱԿԱՆՆԵՐԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՑՈՒՄ	
Պրոֆեսոր Հ.Ռ. Հակոբյան.....	159
ԲԱՐՁՐԱԿԱՐԳ ԱԹԼԵՏՆԵՐԻ ՄՐՑԱԿՑԱՅԻՆ ՀՈԳԵԿԱՆ ՀՈՒՍԱԼԻՈՒԹՅԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ	
Դոցենտ Մ.Ս.Հայրապետյան	163
ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ԿԱՌԱՎԱՐՄԱՆ ՈԼՈՐՏՈՒՄ ԲԻԶՆԵՍ ԾՐԱԳՐԻ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ	
Պրոֆեսոր Ա.Գ.Հարությունյան, մ.գ.թ., պրոֆեսոր Գ.Գ.Սարգսյան, մ.գ.թ., դոցենտ Ա.Գ.Ստեփանյան	167
ՊԱՐԱԼԻՄՊԻԿ ՇԱՐԺՄԱՆ ԿԱՌԱՎԱՐՄԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ	
Պրոֆեսոր Ա.Գ.Հարությունյան, ՀՊԿ-ի նախագահ Հ.Կ.Աբրահամյան, ասխտենտ Գ.Մ.Սահակյան.....	172
ՄԱՐԶԱԿԱՌՈՒՅՑՆԵՐՈՒՄ ՊԼԱՆԱՎՈՐՎՈՂ ԱՇԽԱՏԱՆՔՆԵՐԻ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ	
Պրոֆեսոր Ա.Գ.Հարությունյան, մ.գ.թ., պրոֆեսոր Գ.Գ.Սարգսյան, դասախոս Ի.Ա.Ղազարյան	178

ՀԵՌԱՑԱՏԿՈՐԴՆԵՐԻ ՇԱՐԺՈՂԱԿԱՆ ԸՆԴՈՒՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄԸ ՆԱԽԱՊԱՏՐԱՍՏԱԿԱՆ ՇՐՋԱՆԻ ՏԱՐԲԵՐ ՓՈՒԼԵՐՈՒՄ	
Դասախոս Մ.Ա.Հարությունյան.....	182
ՄԱՐԿԵՏԻՆԳԱՅԻՆ ԳՈՐԾԻՔՆԵՐԻ ԿԻՐԱՌՈՒՄԸ ԼՈՂԱՓՆՅԱ ՎՈԼԵՅՔՐՈԼՈՒՄ	
Ասիստենտներ Ն.Մ.Հովհաննիսյան, Կ.Ս. Քոչարյան	189
ՄԱՐԿԵՏԻՆԳԱՅԻՆ ԿՈՄՈՒՆԻԿԱՑԻԱՆԵՐԸ ԲԱՍԿԵՏՔՈԼ ՄԱՐԶԱՁԵՎՈՒՄ	
Ասիստենտ Ն.Մ.Հովհաննիսյան, դասախոսներ Հ.Լ.Քալանթարյան, Գ. Ա. Նիկողոսյան	192
ԱՌԻՏԻՉՄ ՀԱՄԱԽՏԱՆԻՇՈՎ ԱՇԿԵՐՏՆԵՐԻ ՆԵՐԳՐԱՎՎԱԾՈՒԹՅՈՒՆԸ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԴԱՍԵՐԻՆ	
Մ.գ.թ., պրոֆեսոր Ս.Հ. Հովեյան, 3-րդ կուրսի ուսանողուհի Մ.Հ. Մելիքսեթյան	195
ՄԵԴԻԱԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ. ՀԱՄԱՑԱՆՑՈՒՄ ՏԵՂԵԿԱՏՎՈՒԹՅԱՆ ՀԱՎԱՍՏԻՈՒԹՅՈՒՆԸ	
Ասիստենտ Է.Է.Ղանթարյան, պրոֆեսոր Գ.Գ.Սարգսյան, դասախոս Ի. Ա. Ղազարյան	199
ՍՊՈՐՏԻ ՖԵՄԻՆԻՉԱՑՈՒՄ. ՍՈՑԻՈԼՈԳԻԱԿԱՆ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆ	
Ասիստենտներ Է.Է.Ղանթարյան, Ա. Հ. Հովհաննիսյան, դասախոս Հ. Լ. Քալանթարյան	208
ՍՊՈՐՏԻ ՄԵՆԵՋՄԵՆՏԻ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ԲԱՑ ՇՈՒԿԱՆ	
Ասիստենտ Է.Է.Ղանթարյան, պրոֆեսոր Ա.Գ.Հարությունյան, լաբորանտ Ա. Վ. Չախմախյան	214
ՀԱՅ ԱՌԱՋԻՆ ՕԼԻՄՊԻԱԿԱՆ ՉԵՄՊԻՈՆ Հ.Հ. ՇԱՀԻՆՅԱՆԻ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺԱԿԱՆ ՀԱՅԱՑՔՆԵՐԸ ԵՎ ՏԵՍԱԿԵՏՆԵՐԸ	
ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ՄԱՐՄՆԱՄԱՐՉՈՒԹՅԱՆ ՄԱՍԻՆ	
Ասիստենտ Մ.Ժ.Մարգարյան, մ.գ.թ., դասախոս Ա.Վ.Մարտիրոսյան	220
ԱՐԱԳԱՇԱՐԺՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՀԱՏՈՒԿ ԴԻՄԱՑԿՈՒՆՈՒԹՅԱՆ ՄԱԿԱՐԴԱԿԻ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄԸ ՄԻՋՆԱՎԱԶՔՈՒՄ	
Ասիստենտ Է.Ջ.Մարտիրոսյան, դոցենտ Վ.Ա.Համբարձումյան, դասախոս Ա.Ռ.Նիկողոսյան	224

ԲԱՍԿԵՏԲՈԼԸ ՈՐՊԵՍ ՈՒՍԱՆՈՂՆԵՐԻ ՄՏԱՎՈՐ ԵՎ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ ԳՈՐԾՈՆ	
Դասախոս Լ. Ա. Մելքոնյան.....	229
ՄԱՐԶԻԿՆԵՐԻ ՎԱՂ ՕՍՏԵՈԱՐԹՐԻՏԻ ԱՌԱՋԱՑՄԱՆ ՊԱՏՃԱՌՆԵՐԸ	
Ասիստենտներ Ն.Ա.Մկրտչյան, Կ.Գ.Գրիգորյան, դասախոս Ա.Բ.Սարգսյան	233
ԿՐՏՍԵՐ ԴՊՐՈՑԱԿԱՆՆԵՐԻ ԴՊՐՈՑԻՆ ՀԱՐՄԱՐՄԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՄԵԽԱՆԻԶՄՆԵՐԸ	
Հայցորդ Գ.Ա.Մելքոնյան	238
ԴԻԱԲԵՏԸ ԽԹԱՆ, ԹԵ՞ ԽՈՉԸՆԴՈՏ ՄԵԾ ՍՊՈՐՏԻ ՃԱՆԱՊԱՐՀԻՆ	
Ասիստենտ Ա. Մելքումյան, ք.գ.թ., դոցենտ Լ. Խաչատրյան, ուսանող Մ.Աղաբաբյան	242
ԲՈՒՑՔԱՄԱՐՏ ՄԱՐԶԱՁԵՎԻ ԿԱՌԱՎԱՐՄԱՆ ՈՒՂԻՆԵՐ	
Ասիստենտներ Ե.Խ.Յայլյան, Հ. Յու. Ավագյան, դասախոս Ի.Ա.Ղազարյան	246
ՊԱՏԱՆԻ ԾԱՆՐՈՐԴՆԵՐԻ ՈՒԺԱՅԻՆ ԵՎ ԱՐԱԳԱՈՒԺԱՅԻՆ ԸՆԴՈՒՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺԱԿԱՆ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄԸ	
Ասիստենտ Ե.Խ. Յայլյան, մ.գ.թ. պրոֆեսոր Մ.Ս.Աբրահամյան	252
ՈՍԿԵՐԶԱԿԱՆ ԱՐՏԱԴՐԱՄԱՍՈՒՄ ԱՇԽԱՏՈՂՆԵՐԻ ԱՇԽԱՏՈՒՆԱԿՈՒԹՅԱՆ ՇԱՐԺԸՆԹԱՑՆ ՕՐՎԱ ԸՆԹԱՑՔՈՒՄ	
Ասիստենտ Ե.Ն.Նահապետյան, մագիստրոս Լ. Ա. Թորոսյան.....	258
ՄԱՐԿԵՏԻՆԳԻ ԳՈՐԾԻՔՆԵՐԻ ԿԻՐԱՌՈՒՄԸ ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ԱԿՈՒՄՔՆԵՐՈՒՄ	
Դասախոս Գ. Ա. Նիկողոսյան	262
ՖԻՏՆԵՍ ԾԱՌԱՅՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՈԼՈՐՏԻ ՄԱՐԿԵՏԻՆԳԻ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ	
Դասախոս Գ. Ա. Նիկողոսյան, ասիստենտներ Կ.Ս. Քոչարյան, Հ.Յու. Ավագյան	267

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ԵՎ ՌՈՒՍԱՍՏԱՆԻ ՊԱՏԱՆԻ ՖՈՒՏԲՈԼԻՍՏՆԵՐԻ ՇԱՐԺՈՂԱԿԱՆ ԸՆԴՈՒՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՀԱՄԵՄԱՏԱԿԱՆ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆԸ	
Մ.գ.թ. Մ.Է. Նիկոյան.....	274
ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԴԱՍԵՐԻ ՆԵՐԳՈՐԾՈՒԹՅՈՒՆԸ ՈՒՍԱՆՈՂՆԵՐԻ ՇԱՐԺՈՒՄՆԵՐԻ ԿԱՌԱՎԱՐՄԱՆ ԱՐԴՅՈՒՆԱՎԵՏՈՒԹՅԱՆ ՎՐԱ	
Մ.գ.դ., պրոֆեսոր Ա.Ա. Չատինյան.....	278
ՀԱՏՈՒԿ ԿԱՐԻՔՆԵՐՈՎ ԵՐԵԽԱՆՆԵՐԻ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ԻՆՏԵԳՐԱՑԻԱՅԻ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ	
Ասիստենտ Գ.Մ. Պապանյան, ուսանողուհի Ա.Վ. Ալավերդյան	283
ՆԵՐԱՌԱԿԱՆ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ԱՐԴԻ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐՆԵՐԸ ԵՐԵՎԱՆԻ ԹԻՎ 6 ՀԱԿՈՔ ԿԱՐԱՊԵՆՑԻ ԱՆՎԱՆ ԴՊՐՈՑՈՒՄ	
Ասիստենտ Գ.Մ. Պապանյան, ուսանողուհի Ա.Վ. Ալավերդյան	287
ՀՀ ՀԱՆՔԱՐԴՅՈՒՆԱԲԵՐՈՒԹՅԱՆ ՈԼՈՐՏՈՒՄ ԼԵՌՆԱՓՐԿԱՐԱՐՆԵՐԻ ՊՐՈՖԵՍԻՈՆԱԼ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆԸ ՆԵՐԿԱՅԱՑՎՈՂ ՊԱՀԱՆՁՆԵՐԸ	
Դասախոսներ Է.Թ. Սարգսյան, Լ.Հ. Մովսիսյան.....	291
ԼԵԶՈՒ ԵՎ ԿՐՈՆ	
Ասիստենտ Ս. Ս. Սաֆարյան, ուսանող Ս.Հ. Խաչատրյան	295
ՊԱՏՃԱՌԱԿԱՆ ԲԱՅԵՐԻ ԿԱԶՄՈՒԹՅԱՆ ՍԻՆԱԼԱԶԵՎՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ԽՈՍՔՈՒՄ	
Ասիստենտներ Ս. Ս. Սաֆարյան, Ծ. Գ. Քեշիշյան	299
ՊՐՈՖԵՍԻՈՆԱԼ ՍՊՈՐՏԻ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ԱԹԼԵՏ ՄԱՐԶԻԿՆԵՐԻ ՄՐՑԱԿՑԱՅԻՆ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ՎՐԱ	
Մ.գ.թ., դոցենտ Վ.Ա.Սմբատյան.....	304
ՄՈՏԻՎԱՅԻՈՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ՄԻՋԻՆ ՏԱՐԻՔԻ ԿԱՆԱՆՑ ՄԱՐՄՆԻ ՔԱՇԻ ԿԱՐԳԱՎՈՐՄԱՆ ՎՐԱ	
Կ.գ.թ., դոցենտ Լ.Ս. Ստեփանյան, դոցենտ Կ. Գ. Դանիելյան, դասախոս Մ.Հ. Հովհաննիսյան.....	309

ՊԱՐԱՆՈՅԱՅԻՆ ՕՍՏԵՈՒՈՆԴՐՈՋԻ ԱՌԱՋԱՅՄԱՆ ԿԵՆՍԱԲԱՆԱԿԱՆ, ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԵՎ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՆՆԵՐԻ ԱԽՏՈՐՈՇՈՒՄԸ ՀՀ-ՈՒՄ Կ.գ.թ., դոցենտ Լ.Ս. Ստեփանյան, հայցորդ Լ.Մ. Մասուրյան.....	314
ԱԶԳԱԲՆԱԿՉՈՒԹՅԱՆ ՆԵՐԳՐԱՎՎԱԾՈՒԹՅՈՒՆԸ ԶԱՆԳՎԱԾԱՅԻՆ ՍՊՈՐՏԻՆ Դասախոս Մ.Խ. Վարդանյան	318
ՄԱՀԻԿԻ ՀԵՏՎԻՐԱՀԱՏԱԿԱՆ ՇՐՋԱՆՈՒՄ ԾՆԿԱՀՈԴԻ ՖՈՒՆԿՑԻԱՅԻ ՎԵՐԱԿԱՆԳՆՄԱՆ ԱՐԴԻ ՄՈՏԵՑՈՒՄՆԵՐԸ Հայցորդ Տ.Ա.Տիրացոյան	321
ՄԱՆԿԱՊԱՏԱՆԵԿԱՆ ՄԱՐԶԱԴՊՐՈՑԻ ՊԱՏԱՆԻ ՄԱՐԶԻԿՆԵՐԻ ՈԼՈՐԱՎԱՅՐԷՋՔԻ ԵՎ ՀՍԿԱ ՈԼՈՐԱՎԱՅՐԷՋՔԻ ՍԱՀՈՒՂՈՒ ՀԱՂԹԱՀԱՐՄԱՆ ՏԵԽՆԻԿԱՅԻ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄԸ Դոցենտ Ա.Հ. Տիրացոյան, մ.գ.թ., պրոֆեսոր Գ. Գ. Սարգսյան, ասիստենտ Ս.Ս. Սաֆարյան.....	328
ՃԱՐՊԱԿԱԼՄԱՆ ԿԱՆԽԱՐԳԵԼՈՒՄԸ ՈՒՍԱՆՈՂՈՒԹՅԱՆ ՇՐՋԱՆՈՒՄ Դասախոս Դ.Վ. Փարվանյան	333
ԱՂԱՎԱՂՎԱԾ ԲԱՌԵՐ ԿԱՄ ԲԱՌԵՐԻ ՍԽԱԼ ԳՈՐԾԱԾՈՒԹՅՈՒՆ Ասիստենտներ Ծ.Գ.Քեջիշյան, Ս. Ս. Սաֆարյան	336
ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ՄԱՐԿԵՏԻՆԳԸ՝ ՈՐՊԵՍ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ԿԱՅՈՒՆ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ ԿԱՐԵՎՈՐԱԳՈՒՅՆ ԳՈՐԾՈՆ Դասախոս Հ.Լ.Քալանթարյան, ասիստենտ Ն.Մ.Հովհաննիսյան	340
ՀՀ-ՈՒՄ ՖԻՏՆԵՍ ԻՆԴՈՒՍՏՐԻԱՅԻ ՄԱՍՍԱՅԱԿԱՆԱՅՄԱՆ ԱՆՀՐԱԺԵՇՏՈՒԹՅՈՒՆԸ ԵՎ ԴՐԱ ՎԱՐԿԱՎՈՐՄԱՆ ՊԱՅՄԱՆՆԵՐԸ Ասիստենտ Կ.Ս. Քոչարյան, դասախոս Գ.Ա. Նիկողոսյան.....	344
ՍԱԿԱՎԱՐՅՈՒՆՈՒԹՅԱՆ ԴՐՍԵՎՈՐՈՒՄՆԵՐԸ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԲԵՌՆՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ՊԱՅՄԱՆՆԵՐՈՒՄ Կ.գ.թ. Ն.Ն. Քսաջիկյան, դոցենտ Մ.Ռ. Ասատրյան, պրոֆեսոր Ա.Ա. Հարությունյան	349

ՅԱՏԿԱՅԱՆՑ ՄԱՐԶԱԶԵՎՈՎ ՄԱՐԶՎՈՂՆԵՐԻ ԿՈՌՐԴԻԱՆԱՑԻՈՆ ԸՆԴՈՒՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԲԱՐԵԼԱՎՄԱՆ ՄԵԹՈԴՆԵՐԸ ԵՎ ՄԻՋՈՑՆԵՐԸ Մ.գ.թ. Դ.Ս.Ֆաիրադյան.....	354
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ВОЕННО- ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КУРСАНТОВ Кандидат педагогических наук Д. Н. Абрамов Соискатель Р. А. Микоян.....	359
ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ И РЕАЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ЧЕМПИОНОВ, ПРИЗЕРОВ И ФИНАЛИСТОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В СТИЛЕ КРОЛЬ НА ДИСТАНЦИИ 100М. У ЖЕНЩИН, ОЛИМПИЙСКИХ ИГР 2016 Г. К.п.н., доцент В.С.Автандилян. преподаватель Э. С. Асланян.....	363
ИЗМЕНЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СЕРДЕЧНОГО РИТМА У ЛИЦ С РАЗЛИЧНЫМ ТЕМПЕРАМЕНТОМ К.б.н., доцент А.Р.Агабабян, доцент К.Г. Даниелян, к.б.н., доцент А.Н.Аракелян.....	367
ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ У СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНЫХ СПЕЦИАЛИЗАЦИЙ Кандидат психологических наук Вл. В. Андреев, ст. преподаватель Вит.В. Андреев.....	372
ОТНОШЕНИЕ ЖЕНЩИН К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ Д.п.н., профессор Акопян Е.С., магистр Ковалева А.А.	377
ВЛИЯНИЕ ПРОТИВОРЕЧИЙ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЛИЧНОСТИ НАБЛЮДАЕМЫХ В СИСТЕМЕ «СПОРТ-ЗДОРОВЬЕ» Кандидат психол. наук А.В. Алёшичева, доктор биол. наук, профессор Н.Г. Самойлов.....	381
ПРОЯВЛЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ СПОРТСМЕНА В ПРОЦЕССЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ БОРЬБЫ Доктор педагогических наук, профессор Геннадий Дмитриевич Бабушкин.....	387
УПРАВЛЕНИЕ В СФЕРЕ ТУРИЗМА К.э.н. ,доцент Бондаренко М.П., д.п.н., профессор Зубарев Ю.А.	392

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ: СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ РЕШЕНИЯ	
К.э.н., доцент Бондаренко М.П., д.п.н., профессор Зубарев Ю.А., к.п.н., доцент Перфильева И.В.....	399
ПРАВОВОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ В РФ	
К.э.н., доцент Бондаренко М.П., к.с.н., доцент Чернявская Е.Ю. К.п.н., доцент Гезалян А. Г.	406
АНАЛИЗ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ К ПРОБЛЕМЕ ПРЕДСТАРТОВЫХ СОСТОЯНИЙ В ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ЗАРУБЕЖНЫХ РАБОТАХ	
Доктор пед. наук, канд. психол. наук, профессор Ю. В. Байковский	412
КОММУНИКАТИВНАЯ ЦЕЛЬ ПРИ ОБУЧЕНИИ РУССКОМУ ЯЗЫКУ	
Ассистент Л. А. Гаргалоян.....	425
МИР ФРАЗЕОЛОГИИ	
Ассистенты З. М. Григорян, И. Э. Григорян	428
СПОРТИВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ: ПОНЯТИЕ, МЕСТО И РОЛЬ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ	
Кандидат политических наук Д. А.Дживанян	431
СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ ПОДГОТОВКА СПАСАТЕЛЕЙ И АДАПТАЦИЯ К ТРУДУ В НЕПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СФЕРЕ	
Доцент, к.п.н. С. А. Даниелян, профессор Г.А. Акопян.....	435
ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРИЕМОВ КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ ТЕРАПИИ В СПОРТЕ ДЛЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ ТРУДНОСТЕЙ УСПЕШНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ДВОЙНОЙ КАРЬЕРЫ	
Кандидат психологических наук, доцент Н.Л. Ильина.....	439
ПОВЫШЕНИЕ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА ОРГАНИЗМА ПРИ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКЕ	
Доктор медицинских наук, профессор В.В. Зинчук.....	445
СОСТОЯНИЕ И ПУТИ РАЗВИТИЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ В АРМЕНИИ	
К.п.н., профессор В.М. Мамаджанян.....	448

ИППОТЕРАПИЯ КАК ОДИН ИЗ ЛУЧШИХ МЕТОДОВ РЕАБИЛИТАЦИИ	
К.п.н., профессор С. А. Овечин, ассистент Г. М. Саакян	453
ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТИПОВ ХАРАКТЕРА СПОРТСМЕНОВ С ПРИМЕНЕНИЕМ ПОЛИГРАФА	
К.б.н. К. А. Панчулазян, профессор А. А. Арутюнян, доцент М. Р. Асатрян	457
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ГРАММАТИЧЕСКИХ И СЕМАНТИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ ПРЕДЛОГОВ В АНГЛИЙСКОМ, РУССКОМ И АРМЯНСКОМ ЯЗЫКАХ	
Ассистенты Г. М. Саакян, А. Х. Бадасян	466
ОБУЧЕНИЕ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ УМЕНИЯМ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ИМИ «ДВОЙНОЙ» КАРЬЕРЫ	
Кандидат психологических наук, доцент Е.Е.Хвацкая	471
INTEGRATION OF MORPHO BIOLOGICAL PARAMETERS OF THE ATHLETE INTO BIOMECHANICS OF THE CHOSEN SPORT	
Doctor of pedagogical sciences, professor V.P. Guba	475
NEW PARADIGM OF TRAINING OF SPECIALISTS AT THE SPORT UNIVERSITIES IN THE RUSSIAN FEDERATION	
PhD of pedagogical sciences, professor T.V. Mikhaylova	480
AGE PERIODIZATION OF INDIVIDUAL TACTICAL TRAINING OF ATHLETES IN GAME SPORTS	
Candidate of pedagogical sciences, associate professor A.V. Rodin	485

**ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ
ԴԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐՆԵՐԸ
ՏԱՐԵԳԻՐՔ**

**ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ
ЕЖЕГОДНИК**

**THE ISSUES OF PHYSICAL EDUCATION
AND SPORT PREPAREDNESS
ANNUAL**

Գլխավոր խմբագիրներ՝ մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Վ.Բ.Առաքելյան, մանկավարժական գիտությունների թեկնածու, պրոֆեսոր Ա.Ա. Գրիգորյան

Խմբագրական հանձնախումբ՝ մանկավարժական գիտությունների թեկնածու, դոցենտ Վ.Մ. Աբելյան, բժշկական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Մ.Գ.Աղաջանյան, դոցենտ Մ.Ռ. Ասատրյան, հոգեբանական գիտությունների թեկնածու, պրոֆեսոր Հ.Ա. Բաբայան, դոցենտ Յու. Գ. Գրիգորյան, բժշկական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Ս.Վ.Գրիգորյան, մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Վ.Ֆ. Գրիգորյան, մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, դոցենտ Ա.Ռ. Դանիելյան, մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Ս.Վ. Գալիցին (ք. Խաբարովսկ), մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Կ.Կ. Զաքիրյանով (Ղազախստան), պրոֆեսոր Ա.Գ. Հարությունյան, պրոֆեսոր Գ.Ա. Հակոբյան, մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Ե.Ս. Հակոբյան, մանկավարժական գիտությունների թեկնածու, պրոֆեսոր Ս.Հ. Հովեյան, մանկավարժական գիտությունների թեկնածու, պրոֆեսոր Վ.Մ. Մամաջանյան, մանկավարժական գիտությունների թեկնածու, պրոֆեսոր Ա.Ս. Մարտիրոսյան, պրոֆեսոր Ռ.Դ. Շառոնյան, մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Ա.Ա. Չատինյան, մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Ֆ.Գ. Ղազարյան, մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Վ.Գ. Մանուկյի (Մոլդովա), պրոֆեսոր Հ.Հ. Մելքոնյան, Ա.Ռ. Նուշիկյան, Գ.Մ. Սահակյան, Ա.Գ. Սարգսյան, մանկավարժական գիտությունների թեկնածու, պրոֆեսոր Գ.Գ. Սարգսյան, պատմական գիտությունների թեկնածու, պրոֆեսոր Շ.Ա. Սաֆարով (Տաջիկստան), մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Ս.Գ. Սեյրանով (ք. Մոսկվա), մանկավարժական գիտությունների թեկնածու Ա.Գ. Ստեփանյան, Ե.Վ.Սիմոնյան

Տեխնիկական խմբագիր՝ Ս. Գ. Գալստյան

Սրբագրիչ՝ Ե.Վ.Սիմոնյան

Համակարգչային ձևավորում՝ Գ.Ժ.Թամրազյան

Главные редакторы: доктор педагогических наук, профессор В.Б.Аракелян; кандидат педагогических наук, профессор А. А. Григорян

Редакционная коллегия: кандидат педагогических наук, доцент В.М. Абелян; доктор медицинских наук, профессор М.Г.Агаджанян; доцент М.Р. Асатрян; кандидат психологических наук, профессор А.А. Бабалян; доцент Ю.Г. Григорян; доктор медицинских наук, профессор С.В. Григорян; доктор педагогических наук, профессор В.Ф. Григорян; доктор педагогических наук, доцент А.Р.Даниелян; доктор педагогических наук, профессор С.В. Галицын (г.Хабаровск); доктор педагогических наук, профессор К.К. Закирьянов (Казахстан); профессор А.Г. Арутюнян; профессор Г.А. Акопян; доктор педагогических наук, профессор Е.С. Акопян; кандидат педагогических наук, профессор С.А. Овеян; кандидат педагогических наук, профессор В.М. Мамаджанян; кандидат педагогических наук, профессор А.С. Мартиросян; профессор Р.Д. Шароян; кандидат педагогических наук, профессор А.А. Чатинян; доктор педагогических наук, профессор Ф.Г. Казарян; доктор педагогических наук, профессор В.Г. Манолаки (Молдова); профессор А.О. Мелконян; А.Р. Нушикян; А.Г. Саргсян; кандидат педагогических наук, профессор Г.Г. Саргсян; кандидат исторических наук, профессор Сафаров Ш.А. (Таджикистан); доктор педагогических наук, профессор С.Г. Сейранов (г. Москва); кандидат педагогических наук, доцент А.Г. Степанян; Симонян Е.В.

Технический редактор: Галстян С.Г.

Корректор: Симонян Е.В.

Компьютерный дизайн: Тамразян Г.Ж.

Ստորագրված է տպագրության՝ 27.09.2018 թ.
Ֆորմատ 60x84, 1/8, օֆսեթ, տպագրական 102 օրինակ

Տպագրված է ԱԶ «Արման Ասմանգույլյան» տպագրատանը
ք.Երևան, Հր.Ներսիսյան 1/25

