

Список литературы

1. Воронина Г.А. Основы рационального питания. – Москва: Вентана-Граф, 2009.
2. Витол И.С. Безопасность продовольственного сырья и продуктов питания. – Москва: ДеЛи принт, 2010.
3. Лифляндский В. Г., Закревский В. В., Андропова М. Н. Лечебные свойства пищевых продуктов. – Москва: Терра, 2017.

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И СТУПЕНИ РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО БАСКЕТБОЛА В РОССИИ

Пастухов Д.Е, Загидуллин Д.Р.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Уральский государственный университет путей сообщения», г. Екатеринбург, Россия

Аннотация. В данной работе раскрыты актуальные проблемы российского студенческого спорта вообще и баскетбола в частности. Раскрыто понятие спорт, который является отличным инструментом, позволяющим воспитать в человеке стремление к самосовершенствованию, этику социального поведения, умение разрабатывать методы достижения целей. Мы стремимся к созданию оптимальной платформы для реализации креативных инициатив и идей, приобретения опыта и знаний.

Ключевые слова: ассоциация студенческого баскетбола, спорт, вуз, популяризация, повышение спортивного мастерства.

Баскетбол – один из видов спорта, элементы которого включены в программы физического воспитания дошкольного, общеобразовательных, среднего и высшего образования. Это большой резерв для развития детско-юношеского баскетбола в России. Задачу по развитию школьного и студенческого спорта, в том числе и баскетбола, поставил Президент Российской Федерации перед федеральными органами исполнительной

власти, что отражено в поручении Министерству спорта и Министерству образования России [2]. Чемпионат АСБ включен в единый календарный план физкультурно-массовых мероприятий Министерства спорта Российской Федерации и сводный календарный план мероприятий Министерства образования и науки Российской Федерации.

Актуальность нашей работы заключается в том, что развитие баскетбола в нашей стране стремительно развивается, рамки баскетбольных Чемпионатов, Первенств и Кубков различного уровня расширяются (Межрегиональная баскетбольная любительская лига, Международная студенческая баскетбольная лига). Из года в год растет число команд и участников соревнований. Но проблемы студенческого спорта остаются такими же актуальными до сих пор.

Цель АСБ – привлечь в чемпионат как можно больше студентов, приучить их к регулярным занятиям спортом. Это – площадка для роста спортивного мастерства. АСБ – крупнейшая студенческая спортивная лига в Европе и вторая в мире. Мы уступаем только NCAA (США, 1 700 команд), опережаем NJCAA (США, 750), CUBA (Китай, 617), NAIA (США, 450), PCCL (Филиппины, 250), CCAA (Канада, 170), RCBL (Индия, 160) и AJB (Япония, 80). В 2016-м году была создана Студенческая лига ВТБ – элитный дивизион Ассоциации студенческого баскетбола с участием 16 лучших студенческих команд страны. Победители чемпионата АСБ среди мужских и женских команд получают право представлять нашу страну на международных соревнованиях – чемпионатах Европы по баскетболу среди студентов и Европейских студенческих играх. С момента создания Ассоциации сохраняется главный принцип допуска игроков: у нас играют только любители, профессионалы не могут выступать в АСБ [1].

Ассоциация студенческого баскетбола была основана в 2007 году. Ассоциация проводит официальный студенческий чемпионат России по баскетболу. В нем принимают участие 800 мужских и женских команд 450

вузов и ссузов из 71 субъектов Российской Федерации. За сезон в АСБ проходит около 4 000 матчей, общее число игроков чемпионата превышает 10 000. Чемпионат АСБ проходит в два этапа. Первый этап – дивизиональный. Второй – Лига Белова, всероссийский плей-офф с участием 64 лучших мужских и женских команд [1].

Цель номер два – формировать на базе отдельных дивизионов и вузов условия для совершенствования спортивных навыков студентов. При этом мы подчеркиваем приоритет учебного процесса и необходимость организовывать тренировки и матчи без ущерба успеваемости. Не закрытая сессия означает лишение права играть в баскетбол.

Успех мужской команды и второе место женской сборных студенческих команд России на Универсиаде в Казани показал, что у нас есть достойный резерв, как игроков, так и тренеров. Использование спортивных комплексов на базе высших учебных заведений, инфраструктуры, материальную поддержку со стороны образовательных учреждений и в целом положительной среды для занятий баскетболом и достижение наивысших результатов, позволяет:

Во-первых, открывать одаренных баскетболистов, во-вторых, популяризировать баскетбол и здоровый образ жизни, в-третьих, продлить «спортивную карьеру» вчерашним школьникам, не отрываясь от учебы в вузе и стремящихся совмещать ее с приобретением образования и будущей профессии.

В наше время российские вузы не могут обеспечить развитие студенческого спорта в данном формате. На первом этапе необходимо решить две важные задачи: создать соревновательную практику и укрепить кадрово-материальную базу студенческого спорта [3].

Для развития студенческого спорта в высшем учебном заведении необходимо:

- иметь профессиональную базу тренерско-преподавательского состава и развитую материальную и спортивную базу в вузе;
- создать правильно организованный календарь спортивных соревнований, учитывающий нагрузку спортсменов;
- создать условия для студентов-спортсменов, для совмещения учебных занятий с занятиями сборных команд вуза по баскетболу, комфортных бытовых условий проживания и питания студентов;
- основываться на безусловном приоритете принципов fair play, справедливости в выявлении лучших и продвижения спортсменов на более высокие уровни выступлений.

Оптимизация соревновательной практики подразумевает следующее:

- в целях экономии в проведении соревнований и последовательной реализации спортивного принципа отбора лучших команд, соревнования необходимо проводить поэтапно;
- спортивный сезон должен учитывать повышенные учебные нагрузки, и при этом быть оптимально растянут на протяжении всего учебного года;
- окончанием студенческого баскетбольного календаря должно быть участие команд в финале Всемирной Универсиады.

Оптимизация кадрово-материально базы должна состоять из:

- сертификации залов для проведения соревнований в вузе;
- приобретение стандартного оборудования для занятий баскетболом;
- определение и утверждение критериев для допуска к участию в соревнованиях.

В финансовой сфере, приоритетом на данном этапе должны стать:

- помощь спортивному росту членов университетских команд за счет разработанных индивидуальных графиков подготовки, позволяющих получать качественное образование и обеспечивающих эффективный

контроль результатов обучения; снижения размеров оплаты за обучение или предоставление целевых стипендий; при этом исключаются любые варианты профессионализации студенческого спорта;

- предоставление необходимых условий для проживания, питания, самостоятельных занятий спортсменов;
- материальная заинтересованность работы квалифицированных тренеров-преподавателей;
- проведение в вузах по намеченному плану: календаря выездных спортивных лагерей, семинаров-тренингов, мастер-классов, конференций спортивных менеджеров и тренеров;
- выезд лучших команд, а также иных коллективов за рубеж.

Таким образом, реализация собственно спортивной составляющей проекта призвана и способна обеспечить:

- дополнительные резервы для пополнения спорта высоких достижений спортсменами, достигшими до высокого уровня в студенческом спорте;
- повышение заинтересованности студенческой молодежи систематическими занятиями спортом – как в специализированных секциях, а так же благодаря популярности здорового образа жизни.

Решением данных проблем является принятие ряда мероприятий по продвижению и популяризации студенческого спорта, повышением его популярности среди молодежи. Развитие студенческого спорта способно, если не полностью решить вышеперечисленные проблемы, то серьезно их снизить. Студенческий спорт является мощным средством сплочения. Для того необходимо участие всех сторон: органов исполнительной власти, организаторов лиги, администрации вузов и самих участников команд.

С созданием в нашей стране Ассоциации Студенческого Баскетбола (АСБ), студенческий спорт начал шагать к современным стандартам 21 века. Но, как и у любого начинания есть и свои проблемы.

Первой проблемой является нехватка квалифицированного судейства. Если мы ставим цель в развития спорта, то необходимо комплексное развитие всех элементов этой системы, а не только развития полевых игроков или внутрикомандного управления. В регионах плотно занялись этой проблемой и реализовали такой проект, как «Школу судей».

На 2-ом этапе продвижения данного проекта необходимо включение в обязательства участников соревнований, проходящих под знаком АСБ, организационного и ресурсного содействия Интернет-сайтов университетских команд. Ориентирование администрациями вузов студенческих мероприятий на повышение заинтересованностью АСБ. Закрепление за командами пресс-секретарей и PR-менеджеров из числа студентов - волонтеров. Обеспечение регулярного выхода в свет вкладыша в журнал «Планета баскетбол», посвященного проекту. Достижение договоренности с каналом «Спорт» и некоторыми федеральными СМИ об освещении необходимой информацией наиболее важных мероприятий в студенческом баскетболе.

В заключении можно отметить, что лучшие баскетболисты могут совершенствовать спортивное мастерство и при желании переходить в профессиональный спорт. У всех без исключения формируется мощное чувство сопричастности к своему вузу, которое затем сопровождает человека в течение всей жизни. Лучшие игроки чемпионата АСБ попадают в сборные университетские команды и выступают на международных турнирах. Повышенная заинтересованность вузов в развитии студенческого баскетбола, на нынешнем этапе, основывается не только на их спортивных предпочтениях, традициях, ответственных за принятие решений руководителей, а также PR-поддержке со стороны АСБ, Министерства образования и науки и Администрации Президента РФ.

Список литературы

1. Ассоциация студенческого баскетбола [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://pro100basket.ru/> (дата обращения: 16.03.2019 г.).

2. Российская федерация баскетбола. РФБ. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://russiabasket.ru/> (дата обращения: 16.03.2019 г.).

3. Фомин С.Г., Лихачев О.Е., Ганиев Р.Г. Особенности подготовки резерва в зарубежном профессиональном баскетболе // Теория и практика физической культуры. 2015. № 9. С. 94-96.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ АКВААЭРОБИКОЙ НА ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ЖЕНЩИН СРЕДНЕГО И СТАРШЕГО ВОЗРАСТА

Петрушевич Е.И., Глинка Д.Д.

Учреждение образования «Витебский государственный университет им. П.М. Машерова», г. Витебск, Республика Беларусь

Аннотация. На современном этапе жизни общества, особенно актуальными являются исследования, связанные со здоровьем и правильным образом жизни. Поэтому наиболее важным является изучение разнообразных методик и систем тренировок, среди которых особое место занимает аква-аэробика. Она способна как развить различные физические качества человека, так и в целом оздоровить весь организм.

Ключевые слова: аква-аэробика, здоровье, аква-палки, аква-перчатки, аква-пояс.

Аква-аэробика – это эффективное и доступное средство привлечения населения к здоровому образу жизни. Вместе с тем на фитнес занятиях решаются сразу несколько задач, воспитательные, оздоровительные, и образовательные, при помощи различных методических приемов и средств [1].

Аква-аэробика полезна, для всех категорий населения, ее положительное воздействие выражается, прежде всего, в равномерной нагрузке на различные группы мышц. Занимающемуся, чтобы удержаться в вертикальном положении в бассейне, необходимо использовать мало