

1 Васильковский, Б. М. Просто о сложном. Диалоги / Б.М. Васильковский – Алматы: Типографкомбинат, 2009. 136 с. Текст: непосредственный.

2 Мотузка, О. М. Конькобежный спорт: проблемы, суждения, решения: монография / О. М. Мотузка, Г. Е. Медведева. Челябинск: УралГАФК, 2003. 336 с. Текст: непосредственный.

3 Орешкина, И. Н. Дифференциация тренировочных нагрузок высококвалифицированных конькобежцев-спринтеров в соревновательном периоде / И.Н. Орешкина // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2021. № 5 (195). С.297 – 301.

4 Орешкина, И. Н. Построение тренировочного процесса конькобежцев в подготовительном периоде на основе физической работоспособности / И.Н. Орешкина, О. В. Балберова, Е. В. Быков, Е. Г. Сидоркина, Е. В. Леконцев Текст: непосредственный // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2019. Т. 168. № 2. С. 256–261.

5 Орешкина, И. Н. Систематизация тренировочных нагрузок конькобежцев 13 – 15 лет / И. Н. Орешкина Текст: непосредственный // Оптимизация учебно-воспитательного процесса в образовательных организациях физической культуры: матер. XXXII национальной. науч.-метод. конференции, с международным участием. Челябинск: УралГУФК, 2022. С. 204 – 206.

УДК:796.034.2

Чиркова П. С., Шухавецкая Л. П.

Chirkova P. S., Shuhavetskaya L. P.

Уральский государственный юридический университет,

г.Екатеринбург, Россия

Ural State Law University,

Ekaterinburg, Russia

Lora6664@mail.ru

РАЗВИТИЕ КОРПОРАТИВНОГО СПОРТИВНОГО ДВИЖЕНИЯ

Аннотация: командные виды спорта как средства коммуникации и развития бизнеса различных компаний. В статье рассматриваются особенности корпоративного спортивного движения, его цели и данные, доказывающие его преимущество.

Ключевые слова: спорт, корпоративное спортивное движения, командообразование, компания, бизнес.

DEVELOPMENT OF THE CORPORATE SPORTS MOVEMENT

Abstract: team sport as a method of communication and development of different companies' business. The article considers features, goals and facts that prove the advantages of corporate sports movement.

Keywords: Sport, corporate sports movement, teambuilding, company, business.

Актуальность: Спорт, активный образ жизни с давних времен являются эффективными средствами для поддержания здоровья и хорошей физической формы. Однако не стоит забывать о других преимуществах спорта.

Крупные компании с штатом 50 и более человек также «используют» спорт для совершенствования рабочих процессов. Сотрудники таких компаний, как Сбербанк, Лукойл, РЖД и т.д. помимо того, что являются членами одной профессиональной команды данных организаций, они объединяются в спортивные команды. Как правило, футбольные. Однако встречаются и иные виды, например, волейбольные и баскетбольные. Команд в одной компании может быть несколько, что зависит от количества человек в штате. Всё это именуется корпоративным спортом [1].

Цель работы: выявить особенности корпоративного спорта, причины его развития и внедрения в деятельность различных компаний.

Стоит обратить внимание, что такое спортивное движение должно быть именно командным. Индивидуальный спорт – личное дело каждого индивида со своими персональными целями. Корпоративный же преследует другие значимые цели, главная из которых – командообразование (teambuilding, тимбилдинг), т.е. широкий диапазон действий для создания и повышения эффективности работы команды [2]. Командообразование обеспечивает полноценное развитие компании, и является одним из наиболее эффективных инструментов управления персоналом. В современном мире тимбилдинг может включать в себя различные мероприятия, однако изначально и, как показывает практика, самыми эффективными являются именно спортивные мероприятия. Корпоративный спорт связывает сотрудников не только общим хобби, но и общими ценностями и интересами, делает их командными игроками не только на спортплощадке. Об этом свидетельствует немало доказательств.

Во-первых, канадское исследование корпоративных программ по оздоровлению Buffet National Wellness Survey показало, что в организациях с такими программами люди берут меньше больничных, доходы в пересчете на сотрудника становятся в среднем на 11% выше, а прибыль акционеров — на 30% больше. Во-вторых, Спорт не хуже каких-либо корпоративов и застолий способен познакомить сотрудников разных подразделений и отделов, ведь во время спортивной игры или тренировки могут общаться, например, директор организации, простой офисный сотрудник и разносчик почты, что в условиях рабочего времени происходит очень редко и без нацеленности на налаживание общения. В-третьих, известным является факт, что спорт способствует выделению гормона счастья. Спортивные победы помогают поднять самооценку сотрудников и улучшить их общее эмоциональное и психологическое состояние. Стремление к победе в командных играх объединяет сотрудников и в достижении общих профессиональных целей компании, что приводит к явному развитию организации. И, наконец, сплочение работников в спорте приводит к положительному изменению отношения к своим коллегам, они становятся ближе друг к другу, «роднее», из-за чего не хочется увольняться. Это снижает так называемую «текучку» персонала, которая нередко тормозит бизнес [4].

В зависимости от размеров компании, желаний руководства и сотрудников, а также бюджета, программа корпоративного спорта может быть как совсем простой, так и масштабной. Для таких турниров выделяются дополнительные бюджеты, порой довольно немалые. В сумму входит аренда площадки для тренировок, услуги тренера, пошив формы, спортивный инвентарь, участие в соревнованиях. Но впечатляющий эффект корпоративного спортивного движения заставляет не пренебрегать такими методами, поэтому работодатели всё чаще приходят к этому.

Исследование: Изучив исследование британского Уорикского университета, можно утверждать, что производительность труда работников с повышенным настроением увеличивается на 12-30%. Спорт способствует повышению настроения, а значит и эффективности работы компании [3].

Говоря об эффективности и пользе корпоративного спортивного движения, хотелось бы привести пример, основанный на Студенческом Совете УрГЮУ. В студенческий совет вуза входят наиболее активные и перспективные студенты обучающиеся на разных факультетах и курсах из разных регионов России. Они осуществляют общественно-полезную работу по организации развлекательных и образовательных мероприятий в вуз, а также отвечают за работу направленную на адаптацию первокурсников. Для эффективности работы таких Советов проводились различные спортивные мероприятия: баскетбольные, футбольные, волейбольные турниры, танцевальные конкурсы, эстафеты. Участвуя в таких командных соревнованиях, студенческий актив подчеркивает, как стремление к победе, поддержка друг друга приводят к

сплочению, стабильности коллектива и совершенствованию работы Совета УрГЮА во всех направлениях.

Нами были опрошены участники Студенческого Совета всех факультетов и колледжа УрГЮУ. Всего было опрошено 47 человек. Вопрос звучал так: «Влекут ли спортивные мероприятия к сплочению вашей команды и отражается ли это на результатах основной деятельности?»

1. 87% опрошенных ответили «Да, однозначно»
2. 13% опрошенных ответили «Затрудняюсь ответить»
3. 0% опрошенных ответили «Нет»

Мы считаем, польза корпоративного движения огромна и с каждым годом только развивается, что влечёт за собой успех различных компаний и иных объединений.

Биографический список

1. *Закирова, Л. Р.* Спортивный менеджмент в России и за рубежом / Л.Р. Закирова. Текст: непосредственный //Российская наука в современном мире. 2018. С. 213-215.

2. *Колтан, С. В., Конеева Е. В.* Корпоративный спорт и его миссия в развитии международной компании / С.В. Колтан. Текст: непосредственный //Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология. 2014. №. 5. С. 75-79.

3. *Мичуда, Ю.* Спортивный маркетинг: проблемы становления в переходном обществе/Ю. Мичуда. Текст: непосредственный //Человек в мире спорта: Новые идеи, технологии, перспективы: Тез. докл. Междунар. конгр. 1998. Т. 2. С. 324-325.

4. *Мяконьков, В. Б.* Социальная психология маркетинга в спорте / СПбГАФК им. Лесгафта П.Ф. СПб., 2001. Текст: непосредственный.

УДК 796/799

Шаблина А.М., Терешкин А.Ф.

Shablina A.M., Tereshkin A.F.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

The Russian State Vocational Pedagogical University,

Yekaterinburg? Russia

Nastia.akishina@yandex.ru

КОМПЛЕКСНАЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Аннотация. В статье рассматривается опорно-двигательный аппарат человека, его нарушения и способ восстановления после травмирования. Разработано новое направление оздоровительной направленности, позволяющее сделать процесс восстановления эффективнее и разнообразнее. Методика PlastiF как способ профилактирующей и регенирирующей работы с телом и сознанием человека.

Ключевые слова: оздоровительная тренировка, опорно-двигательный аппарат, профилактика заболеваний, нарушения, восстановление.

COMPREHENSIVE HEALTH PROGRAM IN THE PREVENTION OF DISEASES OF THE MUSCLE-MOTOR APPARATUS

Annotation. The article discusses the human musculoskeletal system, its disorders and the method of recovery after injury. A new direction of health-improving orientation has been developed, which makes it possible to make the recovery process more efficient and diverse. The PlastiF method as a way of preventive and regenerating work with the human body and mind.