

Важным требованием здоровьесбережения является и правило, когда занятия с компьютерами независимо от возраста детей должны проводиться в присутствии воспитателя, педагога или родителя.

Реализацию данных мер должны обеспечивать не только педагоги, но и родители и сами учащиеся, которые со школьной скамьи учатся нести ответственность за сохранение своего здоровья.

Таким образом, мы понимаем, что тщательно продуманные правила и приемы безопасной работы с телекоммуникационными средствами обучения требуют неукоснительного их исполнения. Только при ответственном взаимодействии всех участников, вовлеченных в процесс обучения, – администрации, педагогов, школьников, родителей – могут быть получены хорошие результаты по минимизации вреда для здоровья учащихся.

Библиографический список:

1. *Городецкая, Н.И.* Дистанционное обучение: здоровьесберегающий аспект: монография / Вестник Костромского государственного университета, 2008. Текст: непосредственный.
2. *Сечкина, В. И.* Дистанционное обучение и здоровьесбережение обучающихся / Молодой ученый. 2021 № 2 с. 205-207. Текст: непосредственный.
3. *Постановление* Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». Текст: электронный.

УДК 796

Андреева Е.Е., Миклин С.А.
Andreeva E.E., Miklin S.A.

*Уральский государственный университет путей сообщения,
г. Екатеринбург, Россия*

*Ural State University of Railway Transport,
Yekaterinburg, Russia
andreeva_eka@icloud.com*

АНАЛИЗ РАЗВИТИЯ ВОЛЕЙБОЛА В РОССИИ

ANALYSIS OF THE DEVELOPMENT OF VOLLEYBALL IN RUSSIA

Аннотация. Проведен систематический обзор литературных и статистических данных, проведено сравнение результатов выступлений мужских и женских сборных команд России и СССР по волейболу на международных соревнованиях. В результате проведенного анализа был сделан вывод, который поможет специалистам, при составлении оптимальных календарей соревнований. Выявлено, что увеличение количества игр и короткий восстановительный период оказывает пагубное влияние на здоровье ведущих игроков и на результат в целом.

Abstract. A systematic review of literary and statistical data was carried out, a comparison was made of the results of the performances of the men's and women's national teams of Russia and the USSR in volleyball at international competitions. As a result of the analysis, a conclusion was made that will help specialists in compiling optimal competition calendars. It was revealed that an increase in the number of games and a short recovery period have a detrimental effect on the health of the leading players and on the result in general.

Ключевые слова: волейбол, сборная, достижения, развитие волейбола, качество игры.

Keywords: volleyball, national team, achievements, development of volleyball, game quality.

Анализ литературных источников. Впервые в РФ о волейболе узнали в 1920 годах на дальневосточных регионах и на средней Волге. В то же время игрой в волейбол заинтересовались жители Закавказья и Украины, постепенно волейбол проник и в столицу. Из-за того, что площадки для игры находились во дворах московских театров, игру называли «игрой актеров». Днем рождения волейбола в СССР стали считать 28 июля 1923, в этот день в Москве на Мясницкой улице состоялся матч Высших художественно-технических мастерских (ВХУТЕМАС) и Государственного техникума кинематографии, первые официальные правила волейбола созданы и утверждены зимой 1925 года Московским Советом физкультуры. В СССР волейбол стал одним из самых распространенных видов спорта, тренировочные игры проводили и на пляже, стадионе, ближайшим дворе [2].

Впервые 20 апреля 1947 года в Париже был организован конгресс Международной федерации волейбола ФИВБ, к федерации присоединились 14 государств, а в 1948 году Всесоюзная волейбольная секция стала участником ФИВБ [1]. В 1949 году состоялся дебют сборных СССР по волейболу, как мужской, так и женской команды. Мужчины начали с выступления на I чемпионате мира по волейболу, а женщины с I чемпионата Европы в Праге (Чехословакия). За всю свою историю сборные СССР по волейболу добились потрясающих результатов [6]. После распада СССР, интерес к волейболу не изменился, и в 1991 году была создана Всероссийская федерация волейбола, созданная на опыте инструкторов СССР. Мужская и женская национальные сборные России были созданы в 1992 году и начали свое выступление на международной арене с 1993 года [5].

Цель исследования: Провести сравнительный анализ достижений мужских и женских волейбольных команд СССР и Российской Федерации на международных соревнованиях.

Актуальность темы. Волейбольные школы советского периода считаются одними из самых популярных среди всех игровых видов спорта. Чемпионат Советского союза был сильнейшим в мире. Сборные и клубные команды являлись лидерами на международной спортивной арене. Ярким примером непревзойденного мирового лидерства является гордость советского, российского и уральского волейбола легендарная «Уралочка». Волейбол включен в обязательную программу физической культуры во всех образовательных учреждениях страны и обеспечивает подготовку спортивного резерва и тренерских кадров [4].

В СССР финансовую поддержку брало на себя государство и проводило соревнования разного уровня во многих городах страны. В современной России финансирование в основном легло на плечи коммерческих структур, поэтому развитие детского спорта и участие в международных турнирах возможно в тех регионах, у которых есть поддержка со стороны руководства органов местного управления меценатов [3].

Организация исследования. Проведен анализ официальных женских и мужских матчей сборных команд России и СССР за все время существования.

	Победы	Поражения	Кол-во игр	% Побед
СССР(м)	318	69	387	82
Россия(м)	528	200	728	73
СССР(ж)	247	35	282	88
Россия(ж)	457	184	641	71

Рис. 1. Результаты всех официальных матчей сборных

Результаты исследования. Мы видим на рис.1, что количество встреч увеличилось у сборных России, примерно в 2 раза, можно заметить закономерность уменьшения соотношения побед и поражений и у мужской и у женской сборной. После распада СССР процент побед у мужчин снизился на 9 %, в то же время у женщин разница составляет 17 %.

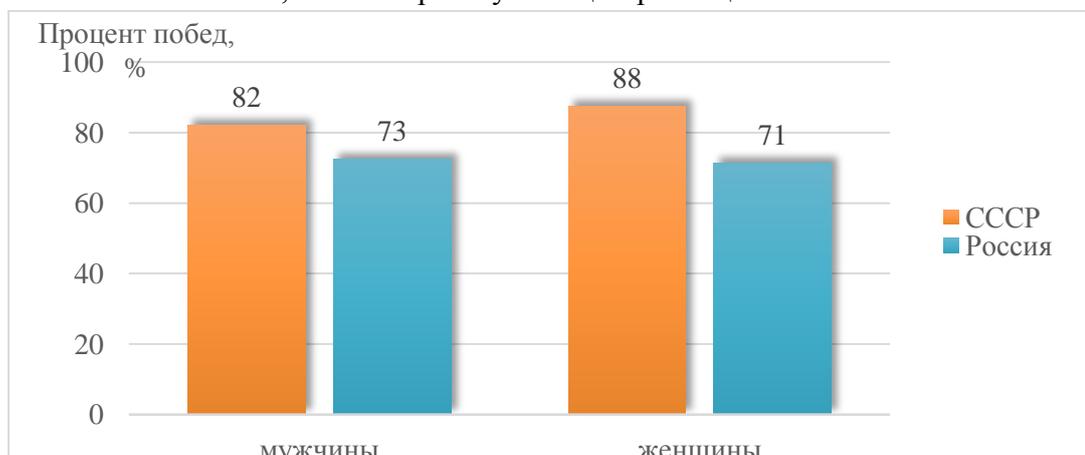


Рис. 2. Сравнение процента побед сборных СССР и России

Рассмотрим медальный зачет сборных СССР и России - Олимпийские игры, Чемпионат Мира, Кубок Мира, Чемпионат Европы и проведем сравнительную характеристику количества полученных наград.

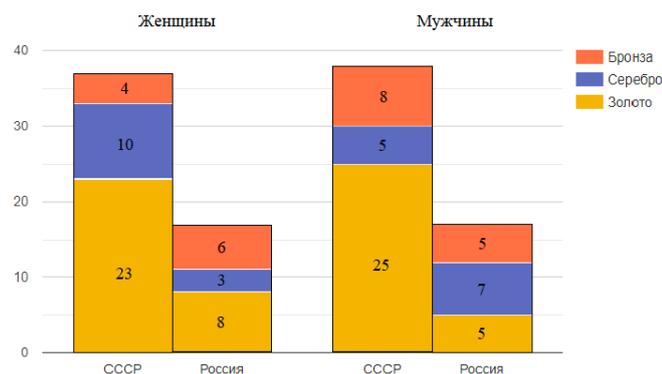


Рис.3. Медали сборных СССР и России

Как не трудно заметить достижения советских волейболистов в несколько раз превосходят достижения российских спортсменов. За все время существования сборной России по волейболу не было завоевано столько наград всех 3х номинаций, сколько во времена СССР было золотых медалей у нашей сборной.

Выводы. В заключении хочется сказать, что сборная СССР по волейболу во многом превосходит сборную России, связано это с тем, что за столь короткий срок существования сборная России сыграла чуть ли не в два раза больше игр, чем сборная СССР за более долгий период. Всё это сказалось на качестве игры и на здоровье спортсменов, стало намного меньше времени на восстановление, также добавилось много турниров в клубах, которых раньше почти не было. Сборная России сможет догнать и перегнать успехи мужских и женских сборных СССР.

Библиографический список:

1. Киндеев, М.А. Необходимость психологической разгрузки в процессе подготовки спортсменов / М.А. Киндеев, Ю.В. Могильников. Текст: непосредственный. Актуальные проблемы физической культуры и спорта в образовательной среде. 2015. С.101-106.

2. *Киндеев, М.А.* Совершенствование процесса подготовки спортсменов различного квалификационного уровня / М.А. Киндеев, Ю.В. Могильников, Д.С. Могильникова. Текст: непосредственный. Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии. Материалы IV Международной научно-практической конференции. 2015. С. 360-363.
3. *Миклин, С.А.* История развития пляжного волейбола в Российской Федерации / С.А. Миклин, Ю.В. Могильников. Текст: непосредственный. Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии. Материалы VII международной научно-практической конференции. 2018. С. 451-454.
4. *Могильников, Ю.В.* Исследование скоростно-силовых способностей волейболистов / Ю.В. Могильников // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2020. № 10 (188). С. 250-254.
5. *Малыгин, Е.А.* Основные аспекты организации тренировочного процесса / Е.А. Малыгин, Ю.В. Могильников. Текст: непосредственный. Актуальные проблемы физической культуры и спорта в образовательной среде. Материалы заочной Всероссийской научно-практической конференции. 2015. С. 122-125.
6. *Симонова, И.М.* Психологические особенности игроков студенческой волейбольной команды / И.М. Симонова, С.Д. Мишнева. Текст: непосредственный. Современные здоровьесберегающие технологии. 2021. №4. С. 202-212.

УДК 796.011.1.

Андреев Т. А., Павленко Е. П., Глыбовцова А.Е.

Andreenko T. A., Pavlenko E. P., Glybovtsova A.E.

*Волгоградский государственный социально-педагогический университет,
г. Волгоград, Россия*

Volgograd State Social and Pedagogical University, Volgograd Russia

tan4ik-82@mail.ru

pavl-75@yandex.ru

anaglyb21@yandex.ru

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ В РЕЖИМЕ ДНЯ СТУДЕНТОВ

PHYSICAL TRAINING IN STUDENTS' DAILY ROUTINE

Аннотация. Нами был проведен социологический опрос, целью которого являлось выявить как много студентов уделяют внимание здоровому образу жизни и занятиям физическими упражнениями в режиме дня студентов.

Abstract. We conducted a sociological survey, the purpose which was to discover how many students pay attention healthy lifestyle and physical exercises in the daily routine of students.

Ключевые слова: спорт, режим дня, студенты, физические упражнения, занятость, распорядок.

Keywords: sport, daily routine, students, physical exercises, employment, routine.

Всем известно, что график студентов, обучающихся на очном отделении, весьма плотный. Помимо подготовки к парам, занятиями домашней рутинной и желанием уделить время близким и друзьям, студенты стараются найти возможность уделять внимание своему здоровью [2, с. 46]. Зачастую, из-за сильной загруженности в учебной среде, у студентов не