

деятельности. Остальные варианты (утренняя гимнастика, физкультминутки, ФК разной направленности) получили по 31,3-37,5% процентов голосов.

Ответы на следующий вопрос заставляют задуматься. Голоса разделились пополам. Одна половина опрошенных отслеживает свое состояние (самоконтроль) мысленно, а вторая половина совершенно не обращает на это внимания.

С заключительным вопросом все было единогласно. 100% участников ответили, что самостоятельные занятия ФК заметно улучшают эффективность деятельности и оказывают общее положительное влияние.

В целом можно сказать, что самостоятельные занятия физической культурой во внеучебное время находят большой отклик среди студентов. Из широкого выбора деятельности можно выбрать именно то, что подходит по индивидуальным показателям. К сожалению, хоть процент занимающихся физической культурой самостоятельно и высок, он все же не гарантирует качественного выполнения упражнений и их регулярность. Необходимо просвещать студентов относительно важности самоконтроля во время упражнений и регулярности занятий (формирование привычки), что представляется приоритетной задачей.

Библиографический список

1. *Федеральный закон* от 21.11.2011 №323-ФЗ (ред. От 29.12.2017) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» [Электронный источник] /http://www.consultant.ru/cons_doc_LAW_121895/ Текст: электронный.
2. *Шевченко, А. А.*, Перевошиков Ю. А. Основы физического воспитания: учебное пособие для вузов / А. А. Шевченко, Ю. А. Перевошиков. Киев : Вища шк., 1984. 181 с. Текст: непосредственный.
3. *Доскин, В. А.*, Меркин Э. Г. Законы самоконтроля // Спортивная жизнь России, 1978, № 6, С. 29-30. Текст: непосредственный.
4. *Шолих, М.* Круговая тренировка / М. Шолих. М.: ФиС, 1965. 165 с. Текст: непосредственный.
5. *Матвеев, Л. П.* Теория и методика физической культуры: Учеб. для институтов физической культуры. / Л. П. Матвеев. М.: Физкультура и спорт, 1991. 543 с. Текст: непосредственный.

Титова А.А., Кетриш Е.В.

ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СПОРТИВНОГО СОРЕВНОВАНИЯ

Аннотация. В статье рассматриваются особенности организации и проведения спортивного соревнования по лыжным гонкам в п. Верхние Серги.

Ключевые слова: спортивное соревнование, лыжные гонки, условия для проведения спортивного соревнования.

На сегодняшний день уровень и качество проведения спортивного соревнования играет значительную роль для популяризации лыжных гонок. С каждым разом возрастает интерес не только у спортсменов в участии в соревнованиях, но и у болельщиков. Для ещё более масштабного привлечения необходимо правильно, а, самое главное, качественно подготовиться к проведению спортивного соревнования по лыжным гонкам [3].

Соревнования – это основной элемент спортивной деятельности. Без них спорт полностью становится бессмысленным. Спортивное соревнование выступает как причина появления спортивной тренировки, отсюда идёт формирования одной из многочисленной сферы – сферы спорта [1].

Спортивное соревнование по лыжным гонкам – возможность оценить уровень подготовки спортсменов и команд в целом. Ничто и никто так не мотивирует, как конкуренция между соперниками, где, зачастую, спортсмены выкладываются по максимуму.

Составными частями любого спортивного соревнования являются: спортсмен-соперник, предмет состязания, судейство соревнований,

средства и служба обеспечения соревновательной деятельности, болельщики и зрители, иерархия мест участников соревнований [1].

Перед проведением спортивного соревнования по лыжным гонкам осуществляется предварительная работа: составление календарного плана спортивных мероприятий, составление положения о проведении спортивного соревнования, подготовка лыжной трассы, определение состава организационного комитета, назначение судей, подготовка судейского и хозяйственного инвентаря, решение вопроса с медицинским обслуживанием [2].

Открытые соревнования по лыжным гонкам, посвящённые памяти тренеров и спортсменов, внёсших большой вклад в развитие лыжного спорта в г.п. Верхние Серги, внесены в календарь соревнований по Уралу. Положение опубликовано на сайте www.ski66.ru. Положение составлено в соответствии с приказом Министерства спорта РФ от 1 июля 2013 г. № 504"Об утверждении Общих требований к содержанию положений (регламентов) о межрегиональных и всероссийских официальных физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях, предусматривающих особенности отдельных видов спорта". Прописаны следующие пункты: цели и задачи; время и место проведения; участники соревнования; подведение итогов и награждение; финансирование.

За подготовку лыжной трассы к соревнованиям отвечает начальник трассы. До начала соревнования проводится подготовительная работа: расширение трассы, чистка от веток, мусора, корней, выравнивание рельефа с помощью специальной техники. Как только выпадает достаточное количество снега для накатывания лыжной трассы, начинается процесс набивания основы для плотности. Для прокладки лыжной трассы используется снегоход типа «Буран». С помощью снегохода удаётся утрамбовать даже глубокий снег.

Для подготовки и проведения спортивного соревнования по лыжным гонкам назначается Организационный комитет, в следующем составе: глава городского поселения Верхние Серги, директор МБУ «Верхнесергинское учреждение по физической культуре, спорту и молодёжной политике», директор ООО «Геобурмаш», главный судья соревнования, начальник дистанции, старший судья.

В день соревнования спортсмены размещаются на лыжной базе, где спокойно можно переодеться, настроиться на старт. Для судей существует отдельное помещение. На информационном стенде спортсмены могут ознакомиться со стартовым номером, схемой дистанции, составом судейской бригады, историей проведения спортивного соревнования по лыжным гонкам памяти тренеров и спортсменов, внёсших большой вклад в развитие лыжного спорта на территории г.п. Верхние Серги.

Соревнования проводятся на дистанциях 3, 5 и 10 км свободным стилем. Каждому участнику присвоен стартовый номер. На соревнованиях используются нагрудные номера разных цветов. Площадка для стартового городка размещается на первой лыжне, городок ограждён флажками красного цвета. У старта и финиша подготовлено место для зрителей. На старте и финише устанавливаются арки от спонсоров – спортивной компании «CRAFT».

Подготовкой лыжной трассы занимаются опытные лыжники, имеющие большой стаж и хорошо знающие современные требования к технике и тактике лыжного спорта. При подготовке лыжной трассы учитываются следующие требования:

- 1) при прохождении спортсмен должен продемонстрировать весь арсенал техники и тактики передвижения на лыжах;
- 2) преодоление лыжной трассы должно стать проверкой квалификации лыжников.

В день соревнования на каждом пункте стоит волонтер, трасса полностью размечена, перекрыты все возможные пути для сокращения дистанции. Судьи одеты в ярко-жёлтые жилеты. За 30 минут до старта вся работа на трассе прекращается.

В соответствии с правилами соревнований по лыжным гонкам состав судейской коллегии следующий: начальник дистанции, главный секретарь, главный судья, начальник службы хронометража, стартёр, судья на финише, контролёр на финише, хронометристы, обработчик данных, старший судья. Все должности распределены, все действуют чётко и бесперебойно.

Участники соревнования допускаются только при наличии медицинской справки о допуске к участию в спортивном соревновании. Представители команд заранее отправляют списки участников, что упрощает работу секретариата. Заранее всем присвоены стартовые номера, разложены по стартовым пакетам. Судейство осуществляется с помощью электронной системы «Марафон-ЭЛЕКТРО». Во время стартов секретарь вносит данные финиша предыдущих забегов. По завершению оформления финишного протокола представители команд его проверяют и, если нет никаких замечаний, протокол вывешивается на информационный стенд, чтобы участники могли ознакомиться со своими результатами.

Судья на финише, стартёр и контролёр на финише после прихода последнего участника на каждой дистанции сверяют количество стартовавших, финишировавших и сошедших с дистанции спортсменов и сообщают об этом главному судье.

Начальник трассы просматривает дистанцию за последним участником, снимает контролёров, собирает контрольные листы и докладывает главному судье о закрытии лыжной трассы.

В заключение соревнований осуществляется награждение победителей и призёров. Перед награждением объявляется благодарность судейской коллегии, Организационному комитету, вдовам тренеров и спортсменов, памяти которых проводятся соревнования. Победитель и призёр получает грамоту, медаль, памятный приз от спонсора соревнования.

Спортивные соревнования являются одной из наиболее эффективных форм организации массовой оздоровительной, физкультурной и спортивной работы. Четко организованные спортивные соревнования могут полностью выполнить свои функции и обеспечить достижение участниками наивысших спортивных результатов. Успешное проведение спортивного соревнования зависит от уровня подготовительной работы.

Библиографический список

1. *Друзь, В.А.* Спортивная тренировка и соревнования / А.В. Друзь. СПб: Питер. 2014. 134 с. Текст: непосредственный.
2. *Литвиненко, С.Н.* Новые формы массовых соревнований / С.Н. Литвиненко// Международный научный конгресс «Современный олимпийский спорт и спорт для всех». Москва: СпортАкадемПресс, 2003. С.31-33. Текст: непосредственный.
3. *Организация* спортивно-зрелищных мероприятий: учебник для студентов учреждений высшего образования, обучающихся по направлению подготовки «Физическая культура» / Е.С. Крючек [и др.]; под ред. профессора Р.Н. Терехиной и профессора Е.Н. Медведевой. Москва: Академия, 2017. 205 с. Текст: непосредственный.

Титова Е. А., Комлева С.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,