

сотрудников, работоспособность и навыки студентов приобретут новую силу.

Таким образом, регулярные занятия спортом положительно влияют на развитие в детском и подростковом возрасте, а в зрелом и пожилом возрасте позволяют надолго сохранить стройность и красоту. Чтобы физические упражнения приносили только пользу, необходимо знать правила проведения тех или иных упражнений. При правильном использовании физической активности можно достичь отличных результатов в сохранении, поддержании и оздоровлении организма.

Литература

1. Васильева З.Л. Оздоровительный и профилактический эффект физкультуры. М.: «Просвещение», 2005. – 154 с.
2. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура, 2017. – 938 с.
3. Издательство «Физкультура и спорт»: Физкультура и спорт, 2014. - 712 с.
4. Влияние физических упражнений на организм человека [Электронный ресурс]
https://vuzlit.ru/393119/vliyanie_fizicheskikh_uprazhneniy_razvitiye_organizma
5. Средства физической культуры в регулировании работоспособности [Электронный ресурс] https://revolution.allbest.ru/sport/00392161_0.html

© Слободчикова Т.А., Марчук В.А., Бакирова Д.С., 2021

УДК 796.062.4

Степанов Кирилл Алексеевич,
студент Института прокуратуры,
Уральский государственный юридический университет,
Рямова Ксения Александровна,

доцент кафедры физической культуры, канд. пед. наук,
Уральский государственный медицинский университет,
Екатеринбург, Россия

**ПОПУЛЯРНОСТЬ ГИРЕВОГО СПОРТА СРЕДИ ГРАЖДАН
И РАЗВИТИЕ ДАННОГО НАПРАВЛЕНИЯ
В ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНАХ РОССИИ**

Аннотация. В данной статье проводится анализ процесса становления, развития и популяризации гиревого спорта в Российской Федерации. Приводится статистика регионального участия граждан и сотрудников в соревнованиях по гиревому спорту. Рассматривается популяризация данного вида спорта, как среди граждан, так и среди сотрудников различных силовых ведомств.

Ключевые слова: гиревой спорт; физическая культура; правоохранительные органы; спортивные соревнования; гиря.

Stepanov Kirill Alekseevich,

student of the Institute of Public Prosecutor's Office,

Ural State Law University,

Ryamova Ksenia Aleksandrovna,

associate Professor of the Department of Physical Culture, Cand. of Ped. Sciences,

Ural state medical university,

Yekaterinburg, Russia

**THE POPULARITY OF KETTLEBELL LIFTING AMONG CITIZENS
AND THE DEVELOPMENT OF THIS DIRECTION IN THE LAW
ENFORCEMENT AGENCIES OF RUSSIA**

Annotation. This article analyzes the process of formation, development and popularization of kettlebell lifting in the Russian Federation. The statistics of the regional participation of citizens and employees in kettlebell lifting competitions are given. The popularization of this sport is considered both among citizens and among employees of various law enforcement agencies.

Key words: kettlebell lifting; physical culture; law enforcement agencies; sports competitions; kettlebell.

Известно, что на данный момент в Российской Федерации активно продвигается одно из направлений социальной политики, которое заключается в идее возрождения национальных видов спорта. Для этого, безусловно, требуется поддержка со стороны государства и населения страны. Следует отметить, что в РФ с каждым годом все больше возрастает количество вовлеченного в здоровый образ жизни (далее – ЗОЖ) и спортивную активность населения.

Массовость физической культуры является одной из основных её характеристик. Многие государства утверждают национальные программы, направленные на развитие спорта. Россия также не стала исключением, на данный момент в РФ действует подобная национальная программа эффективность которой не ставится под сомнение. Открываются новые спортивные центры, площадки, проводится активная пропаганда ЗОЖ и спортивной активности в СМИ, которые принимают непосредственное участие в освещении подобных мероприятий и со стороны государства, в частности, организация спортивных мероприятий федерального уровня [1].

Одним из видов национального спорта, получившего немалое распространение, является гиревой спорт. История данного вида спорта началась примерно в середине XIX века и на тот момент времени он представлял собой военную дисциплину, которая входила в программу подготовки артиллеристов. Позже данный вид спорта получил

распространение «в народе» и постепенно стал приобретать массовый характер.

Следует сказать, что в настоящий момент гиревой спорт является частью программы Всемирных спортивных игр. А с 2011 года и вовсе Чемпионаты по гиревому спорту стали проводиться на территории стран-членов ЕС и США. Все это ещё раз подчеркивает популярность и возрастающий интерес к данному виду спорта [2].

Безусловно, для развития любого вида спорта требуется его активная популяризация и пропаганда среди различных слоев населения. В частности, немаловажную роль тут занимают СМИ, которые могут уделять больше внимания освещению различных мероприятий. В пропаганде ЗОЖ или какого-либо вида спорта также могут принять активное участие и муниципальные (региональные) власти, анонсируя или организовывая проведение подобных мероприятий (соревнований) в своем регионе. Площадкой могут выступать стадионы, школы, общеобразовательные учреждения.

Также, не следует забывать и о сети Интернет. Для привлечения молодёжи следует развивать различные сайты и порталы, посвященные данному виду спорта. Не стоит пренебрегать и интернет-рекламой в различных социальных сетях и тематических группах [3]. С различных форумов и сайтов можно привлекать аудиторию на «государственные» (или же «проектные») сайты, где будет размещена вся актуальная информация по данному виду спорта или по ФС в целом.

Следует сказать, что на сегодняшний день Россия занимает лидирующие позиции по гиревому спорту. Отмечается, что данное направление получило развитие не только в мировом спорте, но и в регионах РФ. В частности, ВФГС РФ ежегодно составляет рейтинги лучших регионов в первенстве по гиревому спорту [4]. Ниже приведен график регионов за 2020 год (Приложение 1).



Лидирующие места занимают на данный момент Санкт-Петербург, Омская область и ХМАО.

Следует сказать, что авторами также были проведены исследования популярности гиревого спорта в сети Интернет. Так, по результатам, количество запросов за сентябрь 2021 года составило более 30 тыс., а по регионам в лидеры вышли Центральный федеральный округ – 8207 запросов, Москва и Московская область – 5330 запросов и Приволжский ФО – 3734 запросов за сентябрь 2021 года.

Из проанализированных данных можно сделать вывод о возрастающем интересе к гиревому спорту среди граждан РФ. С целью повышения комфорта граждан и поддержания интереса следует создавать более удобные образовательные сайты, пропагандировать ЗОЖ и отдельные виды спорта, организовывать большее количество соревнований на федеральном и региональном уровнях [5].

Теперь же следует рассмотреть процесс развития гиревого спорта в правоохранительных органах России. Следует сказать, что в течение уже нескольких десятилетий гиревой спорт используется как средство для развития физических качеств сотрудников. За сравнительно небольшой промежуток времени гиревой спорт доказал свою эффективность и стал достаточно популярным среди сотрудников. На данный момент, данный вид спорта стал не только одним из средств физической подготовки, по нему также проводятся и спортивно-массовые мероприятия.

Среди сотрудников НКВД с 1930-х данный вид спорта стал приобретать популярность и использовался для улучшения физической подготовки сотрудников. Пик популярности спорта пал на 1970-1980-е гг., когда стали проводиться межрегиональные соревнования, а позже они и вовсе приобрели статус всесоюзных.

Следует сказать, что с 2000-х годов наблюдался рост интереса к гиревому спорту среди сотрудников ОВД, но позже, ввиду снижения количества внутриведомственных соревнований, интерес стал снижаться. Также, одним из факторов такого упадка стал «вневедомственный» характер гиревого спорта в органах. Тогда как в ВС гиревой спорт был «внутриведомственным» уже с 1970-х годов.

На сегодняшний день ситуация с проведением крупных спортивных мероприятий по гиревому спорту в правоохранительных органах выглядит достаточно разрозненно. Так, например, в органах МВД России чемпионатов всероссийского уровня не проводится, зачастую они охватывают лишь некоторые субъекты страны. А вот органы МЧС России в отличие от органов МВД, провели уже несколько чемпионатов МЧС России, отбор перед которыми проводился на региональном уровне. УФСИН России попытался поддержать тенденцию МЧС России, но регулярности во всероссийских соревнованиях в органах не наблюдается, актуальными остаются лишь региональные соревнования среди сотрудников.

Следует сказать, что, несмотря на поддержание гиревого спорта как дисциплины в ведомственных учебных заведениях, мы можем наблюдать спад общей и соревновательной активности в данной области. Немалую роль в этом сыграла ВФГС, которая, по мнению авторов, не уделяет требуемого внимания к пропаганде гиревого спорта в ведомственных учебных заведениях и не заинтересована в проведении подобных соревнований общероссийского масштаба. Ведь на данный момент единственным общероссийским турниром среди сотрудников является турнир в г. Киров, который ежегодно проводится ФГС Кировской области.

Подводя итоги вышесказанному, следует сказать, что развитие гиревого спорта, как в правоохранительных органах, так и среди граждан имеет потенциал. Развивая данное направление, мы получаем отдачу в виде более качественного уровня физической подготовки, пропаганду ЗОЖ и данного вида спорта, в частности, поддержание статуса России, как лидирующей державы в данном виде спорта. Авторы выражают надежду на то, что выводы, сделанные в исследовании, помогут ВФГС РФ принять соответствующие меры по пропаганде и развитию спорта в российском обществе.

Литература

1. Ботяев, В.Л. Круговая тренировка в подготовке спортсменов гиревиков / В.Л. Ботяев, А.О. Гаврилов // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2017. – № 29. – С. 85-88.
2. Миллер М.А. Физическое здоровье населения в демографическом развитии России // Известия ИГЭА. – 2008. - №1. – С. 85-88.
3. Нуруллин, И.Ф. Основы тренировки в гиревом спорте: методическое пособие / сост.: И.Ф. Нуруллин, Б.И. Эмирусайинов, З.Ф. Курмаев и др. – Казань: Казанский ун-т, 2015.

4. Рейтинг Территорий - Всероссийская Федерация Гиревого Спорта // Всероссийская Федерация Гиревого Спорта, URL: <https://vfgs.ru/docs/rejting-territorij> (дата обращения: 30.09.2021)

5. Хитров В.Д. О повышении эффективности тренировочного процесса спортсменов-гиревиков массовых разрядов // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. – 2014. - №2. – С.173-177.

© Степанов КА., Рямова К.А., 2021

УДК 37.037

Филиппов Андрей Рудольфович,
старший преподаватель кафедры физической культуры,
Уральский государственный медицинский университет,
Екатеринбург, Россия

**ВОСПИТАНИЕ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ
ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СО СТУДЕНТАМИ
МЕДИЦИНСКИХ ВУЗОВ**

Аннотация. В данной статье рассмотрены основные проблемы формирования положительной волевых качеств личности в процессе физической культуры студентов медицинских вузов и пути их решения посредством, совершенствования форм организации учебного процесса.

Ключевые слова: физическая культура, волевые качества личности, физические качества, студент.

Filippov Andrey Rudolfovich,
Senior Lecturer of the Department of physical culture,
Ural state medical University,
Ekaterinburg, Russia