

предоставляет данные, которые предполагают применение ПТ для увеличения скорости в коротких рывках (ускорения).

Настоящее исследование показало важные результаты в спортивной подготовке юных баскетболистов с применением ПТ - плиометрической тренировки. Однако в исследовании также есть ограничения, о которых необходимо сообщить: это небольшое количество участников и невозможность оценить внутреннюю нагрузку и биологическое созревание. Таким образом, предлагаются дальнейшие исследования для оценки биологического созревания и количественной оценки внутренней В дополнение, будущие исследования должны быть проведены с очень большим количеством участников, а также исследование влияния ПТ на иные физические виды физической активности (спринт, скорость изменения направления движения, прыжок вертикальный, горизонтальный прыжок, упражнения для равновесия, анаэробные упражнения) у юных спортсменов.

Литература.

1. Меркулова, И.В. *Организационно-методические условия повышения эффективности физического воспитания студентов вузов (на примере базового вида спорта) автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук* / И.В. Меркулова // Тул. гос. ун-т. Тула, 2009. – 24с.

2. Меркулова, И.В. *Влияние плиометрических упражнений на развитие силы мышц ног студентов-баскетболистов* /И.В. Меркулова, В.П. Чичерин, А.В. Турманидзе// *Теория и практика физической культуры*. –2021. – № 5. С. 69.

3. Холодов, Ж.К. *Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник для студентов учреждений высшего образования 14-е изд., стер.* /Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов // М.: Издательский центр "Академия", 2017. – 496 с.

4. Яхонтов, Е.Р. *Физическая подготовка баскетболистов: учебное пособие* / Е.Р. Яхонтов; С.-Петербург. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта; Высшая школа тренеров по баскетболу. - 4-е изд., стереотипное. - СПб.: Олимп, 2008. - 134 с.

УДК [796.093:004]:33.06

КИБЕРСПОРТ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ: ФИНАНСОВЫЙ АСПЕКТ

Микуцкая О.В., Храмова Т.А.

УО «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»,
г. Гродно, Республика Беларусь

На сегодняшний день такое явление как киберспорт становится частью жизни и соответствует всем критериям спортивной дисциплины – это соревнование двух команд между собой на основе компьютерных игр, где компьютер является лишь вспомогательным средством. Киберспортсмены, как и обычные спортсмены, имеют особый распорядок дня, тренировки, диеты и т.д. В этой сфере задействованы специально подготовленные специалисты – командные психологи, диетологи, тренеры, комментаторы. Создаются лиги, федерации, проводятся местные и международные турниры с призовыми фондами, которые только растут. Аудитория киберспорта по всему миру превышает 300 миллионов человек, что сопоставимо с аудиторией других видов спорта [3].

В ряде стран киберспорт уже признан официальным видом спорта, в том числе в ближайших к Беларуси государствах: в России окончательно признан в 2016 г. В Республике Беларусь данное явление находится в стадии активного развития, хоть и не является официальным видом спорта. [4, с. 53].

Существуют организации, которые занимаются развитием киберспорта в республике, такие как Белорусская федерация киберспорта (Belarusian Esports Federation - BEF), Белорусская ассоциация компьютерного спорта (БАКС) и т.д. Также деятельность

киберспортсменов и киберспортивных команд поддерживаются многими белорусскими компаниями и брендами, например, такими как А1. Кроме того, в некоторых городах страны созданы центры киберспорта, где молодые люди могут обучаться игре и участвовать в турнирах. Все больше людей в Беларуси интересуются киберспортом, и этот интерес только усиливается с каждым годом. Это позволяет генерировать новые возможности для развития игровой индустрии и создания новых технологических решений в этой области. Но это только первые шаги на пути к развитию киберспорта в Беларуси. Существует потенциал для дальнейшего роста киберспорта, а также возможности для инвестиций и создания новых бизнес-моделей в этой области. Однако, для этого необходимо создать благоприятные условия, такие как правильное законодательство, инфраструктура и культура киберспорта. Для развития профессионального киберспорта необходимо большое количество денежных средств. В частности, это касается оплаты за техническое обеспечение, зарплаты игроков и тренеров, бизнес-планирования и маркетинга, а также стоимости участия в международных турнирах. [2]

И на данный момент вопрос с финансированием является основной сложностью для развития данного спортивного направления в Беларуси. Недостаток финансирования тормозит развитие киберспорта по целому ряду причин:

1. Недостаток средств для оборудования и инфраструктуры. Для успешной практики киберспорта требуется современное оборудование, программы и высокоскоростной интернет. Без этого игроки не смогут тренироваться на должном уровне и развиваться как профессионалы.
2. Отсутствие возможностей для организации турниров и соревнований. Без необходимого финансирования нет возможности организовать турниры, привлечь зрителей и обеспечить достойный призовой фонд.
3. Недостаток поддержки со стороны государства. В некоторых странах киберспорт признаётся официальным видом спорта и получает соответствующий бюджет. Беларусь, к сожалению, пока не официально признала киберспорт, что затрудняет получение поддержки со стороны государства.
4. Недостаток спонсоров и инвесторов. Без финансовой поддержки от инвесторов и спонсоров белорусский киберспорт не сможет развиваться. Если киберспорт будет выгоден бизнесу, то появится интерес со стороны инвесторов и спонсоров.
5. Небольшие призовые фонды по сравнению с другими, более традиционными, видами спорта в стране.

Кроме того, существует непонимание со стороны общественности. Многие искусственно создают предубеждения в отношении игроков, считая, что они не занимаются чем-то серьезным. Это также может отразиться на финансовых возможностях киберспорта.

Белорусская ассоциация киберспорта пишет по этому поводу: «Некоторые взрослые дяди и тети, желающие вложить свои деньги куда-либо, считают киберспорт смешным и несерьезным. Другие – адекватно оценивают риски и просто не видят достойных вариантов. Крупные компании не хотят продавать контракты на рекламу Белорусским командам просто потому, что они не получают резонансного прироста потребителей. И получается замкнутый круг: талантливые игроки не остаются в Белорусских командах, а организации не могут существовать в силу такой ликвидности кадров и отсутствия ресурсов на их содержание.

Так что, нужен ли талант? Да, нужен. И нужен во всём. Но помимо таланта нужен тот фактор, который сможет его раскрыть. Когда это произойдет, появится интерес публики, предложения людей и компаний с деньгами. Талантливые игроки сравнимы с актерами любимых фильмов, из-за которых вы их вечно пересматриваете. А талантливые люди, которые дают им возможность играть на профессиональной сцене со своеобразной студией. Только вот у нас такой «студии» нет. И скорее талант купит другая организация, чем вокруг него будет построена новая у нас. Так что поддерживайте белорусских игроков. Смотрите их трансляции, покупайте мерч, наклейки. Наша главная задача, как зрителя, — это не дать разрушиться тому, что уже когда-то было сделано!» [5].

Так же интересна позиция некоторых обозревателей по поводу важности признания киберспорта как официального: «...Даже факт того, что киберспорт не признан в Беларуси официальным видом спорта, кажется лишь каплей в море. Гораздо большее влияние на это оказывает отсутствие инвесторов – людей, которые готовы тратить свое время и деньги на эту перспективу. У нас нет таких знаменитых тегов как Natus Vincere и Virtus.Pro, собравших за многие годы своего существования огромную фанатскую базу, которая скупает весь мерч и смотрит все их видео.» [5].

С этой позицией можно поспорить. Признание может, как минимум, частично решить эти проблемы. Эта мера может привести к увеличению финансирования и поддержки со стороны правительства, так же данный вид спорта сможет получать государственные программы по развитию, что приведет к повышению уровня осведомленности, популярности и престижа этой отрасли, что, в свою очередь, может привести к улучшению спонсорской поддержки, увеличению количества киберспортивных мероприятий и повышению численности фанатов. Официальное признание позволит развивать и улучшать уровень игры, также способствует развитию образования и тренировок в этой области. Благодаря этому, киберспорт становится привлекательным для различных брендов и компаний, которые могут использовать его для продвижения своих товаров и услуг. А это позволит повысить уровень игры и вывести белорусский киберспорт на новый уровень, улучшить показатели белорусских киберспортсменов на международной арене, что так же приведет к росту внимания и инвестиционных вложений как от белорусского бизнеса, так и привлечь вложения от зарубежного бизнеса.

Чтобы доказать эту позицию, можно привести в качестве примера историю признания киберспорта в Китае, где его признали официально в 2003 г., что привело к увеличению государственных инвестиций в эту индустрию и созданию специальной программы киберспорта для молодежи. Это дало возможность развитию киберспорта в Китае и привело к множеству новых турниров, команд и спонсоров [1, с. 27].

Кроме того, признание киберспорта в Китае также привело к улучшению статуса киберспорта в обществе. В отличие от ранее негативного отношения киберспорта как к "развлечению для гиков", сегодня киберспорт в Китае считается одним из самых престижных и важных видов спорта, который привлекает многих молодых людей как спортсменов, так и зрителей. Сегодня игровая индустрия в Китае находится под управлением сразу семи государственных ведомств и приносит 16,6 миллиардов долларов в год, а китайские команды находятся на высоких позициях в мировых рейтингах. Таким образом, признание киберспорта в Китае сыграло важную роль в его развитии и популяризации в стране, привлекло новых инвесторов и спонсоров, а также дало возможность молодым людям стать профессиональными киберспортсменами. [1, с. 29]

По аналогии официальное признание киберспорта в Беларуси может помочь в развитии этой отрасли, что приведет к повышению уровня игры, увеличению коммерциализации и спонсорской поддержки, а также улучшению образовательных и тренировочных услуг.

Литература.

1. Алтухова, С. В. *Модель управления киберспортом в Китае как основа стимулирования здорового образа жизни и защиты национальных интересов* / С. В. Алтухова, В. М. Веревкин // УПРАВЛЕНЧЕСКИЕ НАУКИ / MANAGEMENT SCIENCES. – Т. 10. – № 2. – 2020. – С. 22–29.

2. *Белорусская федерация киберспорта [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cybersport.by/>. – Дата доступа: 20.03.2024.*

3. Злобин, И. С. *Стратегии развития киберспорта в России* / И. С. Злобин // Digital. – 2020 // cyberleninka. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/strategii-razvitiya-kibersporta-v-rossii>. – Дата доступа: 25.04.2024.

4. Коваленко, Е. Ю. Правовое регулирование киберспорта в России и некоторых странах Азии / Е. Ю. Коваленко, Н. В. Тыдыкова, А. К. Кусаинова // *Российско-Азиатский правовой журнал* – 2021. – С. 51–56.

5. Талант или деньги. Что нужнее Белорусскому киберспорту сейчас? // *VOKA Gaming* // *vk.com* [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://vk.com/@vokagaming-talant-ili-dengi-chto-nuzhnee-belorusskomu-kibersportu-seich>. – Дата доступа: 21.03.2024.

УДК 378.172

СОВРЕМЕННЫЕ ФИТНЕС-НАПРАВЛЕНИЯ КАК ОСНОВА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕВУШЕК-СТУДЕНТОК

Попова М.В.

ФГБОУ ВО «Смоленская государственная сельскохозяйственная академия»,
г. Смоленск, Российская Федерация

Ментальное здоровье, согласно определению Всемирной организации здравоохранения - это состояние благополучия, при котором человек может реализовать свой собственный потенциал, справляться с повседневным стрессом, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества. Физическая активность является важным аспектом здорового образа жизни и имеет прямое влияние на психологическое благополучие молодежи. Сейчас современная молодежь переживает кризисное время из-за нестабильность многих сфер жизни – политической, экономической, социальной и профессиональной. Это приводит к снижению эмоциональной устойчивости, проявляющимся неврозам, стрессовым состояниям и оказывает негативное влияние на общее ментальное здоровье молодежи. Поэтому важно найти способы снятия стресса, тревоги и улучшения эмоционального состояния у студентов.

В период обучения студенты частично ограничены в двигательной активности, они много времени проводят в учебных аудиториях, сидя за компьютером, а также недостаточно отдыхают и гуляют на свежем воздухе. Все эти неблагоприятные факторы для здорового образа жизни, а также неправильное питание, приводит к возникновению различных заболеваний у молодежи, включая депрессию, тревожность и стресс. Физическая активность становится незаменимой составляющей в поддержании психического равновесия и благополучия студентов. Взаимосвязь между двигательной активностью и ментальным здоровьем является значимой темой для современного общества. Занятия спортом и фитнесом, это взаимосвязующий фактор, позволяющий студентам отвлечься от учебной рутины, снять эмоциональное напряжение, больше коммуницировать между сверстниками и вести здоровый образ жизни. Однако, важно отметить, что польза от физической активности на эмоциональное состояние студента может быть индивидуальна и зависеть от различных факторов, включая тип и интенсивность тренировок, а также характера личности и темперамент студента. Интенсивные тренировки, такие как командные игры, бег, лыжи, аэробика, степ-аэробика могут вызывать более высокий уровень эмоциональной активации, включая возбуждение и эйфорию. В то время, как более легкие тренировки, йога, пилатес, стретчинг, могут иметь успокаивающий эффект, помочь студенту справиться со стрессом и тревогой. Преподавателям физической культуры в вузе важно направить студента в выборе физической активности, согласно его группе здоровья, а также эмоциональным потребностям, предложить тот вид спорта или фитнеса, который будет эффективен лично для него.

В последние годы на кафедре физического воспитания Смоленской ГСХА в рамках элективных дисциплин по физической культуре, мы предлагаем студентам выбрать интересный для себя вид двигательной активности. Так помимо практических занятий по общей физической культуре, студенты могут заниматься в спортивных секциях, а девушки