

ПЕДАГОГИКА

ЗИМНИЙ ВИНДСЕРФИНГ КАК РАЗВИВАЮЩИЙСЯ ВИД СПОРТА В РОССИИ

АЛИХОДЖИН Рустам Рашитович

кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры и спорта
ФГАОУ ВО «Российский университет транспорта»

АРБУЗОВ Михаил Николаевич

старший преподаватель кафедры физического воспитания
ФГБОУ ВО «МИРЭА – Российский технологический университет»
г. Москва, Россия

В настоящей статье рассматриваются вопросы развития зимнего виндсерфинга в России: история возникновения, правила проведения соревнований и имеющиеся дисциплины, польза для здоровья людей, потенциал и перспективы для дальнейшего роста и совершенствования данного вида спорта. Зимний виндсерфинг – это увлекательный и экстремальный вид спорта, который способствует укреплению здоровья, вместе с тем предоставляет возможность совместить двигательную активность с закаливанием и создает предпосылки для активного отдыха на свежем воздухе.

Ключевые слова: зимний виндсерфинг, студенческая молодежь, парусные сани, фристайл, физическая подготовка.

Зимние виды спорта создают благоприятные предпосылки для формирования профессионально значимых качеств у будущих специалистов, так как на занятиях в процессе совместной двигательной деятельности ярко проявляются индивидуальные особенности каждого студента, а также есть возможность для регулирования их поведения и специфической прикладной работы исходя из этих особенностей [1].

Цель работы расширить представления подрастающего поколения о видах спорта, познакомиться с зимним виндсерфингом и его атрибутами, способствовать развитию у студенческой молодежи стремления к укреплению и сохранению своего собственного здоровья посредством занятий двигательной деятельностью на свежем воздухе.

Зимний виндсерфинг или по-другому парусные сани представляет собой спортивную дисциплину с использованием паруса и специального снаряжения скольжения, обычно в виде коньковой платформы небольшого размера (1,2-2,0 м) или лыжи с небольшой платформой. Характерной чертой, является не снаряд скольжения, а парус, унаследованный от водного виндсерфинга: на мачте размером от 2 до

5 метров, соединенный со снарядом скольжения посредством гибкого шарнира. Управление осуществляется, аналогично водному виндсерфингу, наклоном паруса и рулением ногами (при достаточной для этого скорости) (Зимний винсерфинг // Википедия: свободная энциклопедия. – URL:https://ru.wikipedia.org/wiki/Зимний_виндсерфинг (дата обращения: 27.05.2024).

Данный вид спорта появился в начале XX в. в Европе. Именно тогда и появилась идея использовать для движения по ледяной глади – ветер, парус и лыжи. Изначально парус для виндсерфинга имел четырехугольную, трапециевидную форму. Деревянный каркас паруса без креплений к чему-либо был облачен тканью и удерживался только лишь руками катающегося.

В России виндсерфинг появился в начале 1970-х гг., где стремительно становится самостоятельным видом спорта. Первые секции открылись в Москве, Твери, Костроме, Нижнем Новгороде и Санкт-Петербурге. Первые всесоюзные соревнования в 1983 г. состоялись в г. Архангельск, которые были названы «Беломорскими играми».

В нашей стране пик популярности этого

вида спорта пришелся на 1988 г. Тогда в профессиональных соревнованиях принимало участие порядка 160 спортсменов, а география команд раскинулась от Бреста до Комсомольска-на-Амуре.

С 1991 г. российская команда принимает участие в чемпионатах мира, которые проводятся с 1980 г. и организуются международной ледово-снежной парусной ассоциацией WISSA. Чемпионаты проходили в разных странах: Канаде, Эстонии, Латвии, Финляндии, США, даже в Италии. В 2014 г. чемпионат мира впервые прошел в Санкт-Петербурге. Более 115 участников-райдеров соревновались в дисциплинах: кайтинг со сноубордом, кайтинг с лыжами, виндсерфинг и wings; курс-рэйс, фристайл и слалом на короткой дистанции. Вместе с тем, было проведено 63 гонки в шести классах и 2 заезда в подразделении «Фристайл» [2].

Правила проведения соревнований по зимнему виндсерфингу характеризуются множеством аспектов. Все соревнования проходят на специально подготовленных трассах с использованием парусов на специальных сноубордах или лыжах.

На сегодняшний день к основным форматам соревнований специалисты относят:

1. Гонки по слалому – гонка, в которой участники должны пройти определенный курс, обходя буи или поручни, измеряется время и позиции участников.

2. Фристайл – соревнование, в котором участники демонстрируют различные трюки и акробатические элементы на виндсерфе.

3. Скрин – гонки, проводимые на снеговых с виндсерфом, участники демонстрируют скорость и ловкость на заснеженной поверхности.

4. Следж – соревнования на снежных санях, где участники могут использовать виндсерф для передвижения по снегу.

Участники соревнуются не только в скорости прохождения дистанции на заснеженной поверхности, но и в качественно-количественной реализации трюков и элементов, а также позиции участников и набранные очки. Судьи оценивают выполнение заданий и определяют победителей.

В последние годы интерес к зимнему виндсерфингу в России растет, и все больше

людей начинают заниматься этим видом спорта. В настоящее время Санкт-Петербург наряду с Москвой, Мурманском и Мончегорском является одним из основных центров развития зимнего виндсерфинга.

На наш взгляд, обозначенный вид спорта обладает высоким потенциалом для развития в РФ. Перспективные пути и направления связаны, прежде всего, с учетом следующих факторов:

- расширение географии;
- создание инфраструктуры;
- обучение и развитие навыков;
- организация и проведение соревнований;
- сотрудничество с другими видами спорта.

Появление не только в центральных и северных регионах России, но и в других уголках нашей страны, также создание школ виндсерфинга, прокатных станций, организацию соревнований, мастер-классов, привлечение внимание средств массовой информации и интеграции в программы других зимних видов спорта будут стимулировать развитие этого вида спорта в России.

Зимний виндсерфинг является действенным способом воспитания силы, выносливости и координации движений, поэтому управление парусом на санях требует от занимающегося высокой физической подготовки и сосредоточенности. Необходимо отметить, что занятия данной спортивной дисциплиной содействуют укреплению мышц всего тела и улучшению работы сердечно-сосудистой системы. В связи с этим, виндсерфинг привлекает разнообразные группы участников смежных спортивных подразделений [3].

Управление парусом и движение по снежной поверхности требует от спортсмена быстрого принятия решений, анализа ситуации и концентрацию. Это помогает развивать стратегическое мышление, выработать уверенность в своих действиях и научиться преодолевать трудности, что способствует формированию ментальных навыков. Кроме того, данный вид спорта отлично подходит для развития командной работы и сотрудничества, так как во время тренировочных занятий требует от участников взаимной поддержки, согласованности и взаимопомощи. Это помогает развить умение работать в команде, ува-

жать мнение других и достигать общих целей.

Таким образом, зимний виндсерфинг – это увлекательный, экстремальный и интерактивный вид спорта, который способствует укреплению здоровья, воспитанию физических, ум-

ственных и морально-волевых качеств у студенческой молодежи, предоставляет возможность совместить двигательную активность с закаливанием и создает предпосылки для активного отдыха на свежем воздухе.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Алиходжин Р.Р.* Бег на лыжах со стрельбой из лука как развивающийся вид спорта в России / Р.Р. Алиходжин, А.В. Павлов // Научный потенциал. – 2024. – № 1(44). – Ч. 2. – С. 11-13.
2. *Левин А.И.* Снежные паруса. Секреты зимнего виндсерфинга // Yacht Russia. – 2014. – № 60. – С. 47-49.
3. *Feletti F.* Windsurfing Medicine // Extreme Sports Medicine. 2017. № 2. P. 257-274.

WINTER WINDSURFING AS A DEVELOPING SPORT IN RUSSIA

ALIKHODZHIN Rustam Rashitovich

Candidate of Sciences in Pedagogy, Assistant Professor of Physical Culture and Sports Department
Russian University of Transport

ARBUZOV Mikhail Nikolaevich

Senior Lecturer of the Department of Physical Education
MIREA – Russian University of Technology
Moscow, Russia

This article discusses the development of winter windsurfing in Russia: the history of its origin, the rules of competition and the available disciplines, the benefits to human health, the potential and prospects for further growth and improvement of this sport. Winter windsurfing is an exciting and extreme sport that promotes health, at the same time provides an opportunity to combine physical activity with hardening and creates prerequisites for outdoor activities.

Keywords: winter windsurfing, student youth, sailing sledges, freestyle, physical training.

СТАНОВЛЕНИЕ И РАЗВИТИЕ БОРЬБЫ В РОССИЙСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ ТРАНСПОРТА

АЛИХОДЖИН Рустам Рашитович

кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры и спорта

СЫЧЕВ Григорий Сергеевич

преподаватель

ФГАОУ ВО «Российский университет транспорта»

г. Москва, Россия

В статье представлены исторические сведения о работе кафедры «Физическая культура и спорт» по популяризации борьбы, названы руководители, преподаватели и тренеры спортивного сектора, вместе с тем отмечены призеры и победители в соревнованиях по борьбе.

Ключевые слова: борьба, спорт, спартакиада, студенты, победители.

Истоки организации занятий по физической культуре идут от военной кафедры нашего учебного заведения, которая,

начиная с 1926 г., выделила из числа своих преподавателей спортивный сектор, который организовал занятия по прикладным видам