

УДК 37**История создания и развития спортивных школ в России и современное состояние Приморской структуры спортивных учреждений: влияние на подготовку профессиональных спортсменов****Гоменюк Максим Анатольевич**

Студент,
Дальневосточный федеральный университет,
690922, Российская Федерация, Владивосток, о. Русский, п. Аякс, 10;
e-mail: Gomenuk.m.a@dvfu.ru

Маслов Павел Николаевич

Студент,
Дальневосточный федеральный университет,
690922, Российская Федерация, Владивосток, о. Русский, п. Аякс, 10;
e-mail: Gomenuk.m.a@dvfu.ru

Туров Степан Евгеньевич

Студент,
Дальневосточный федеральный университет,
690922, Российская Федерация, Владивосток, о. Русский, п. Аякс, 10;
e-mail: Gomenuk.m.a@dvfu.ru

Кунгурова Александра Александровна

Студент,
Дальневосточный федеральный университет,
690922, Российская Федерация, Владивосток, о. Русский, п. Аякс, 10;
e-mail: Gomenuk.m.a@dvfu.ru

Свистак Анастасия Витальевна

Студент,
Дальневосточный федеральный университет,
690922, Российская Федерация, Владивосток, о. Русский, п. Аякс, 10;
e-mail: Gomenuk.m.a@dvfu.ru

Аннотация

В статье рассматривается история создания и развития спортивных школ в России, начиная с 1950-х годов и до современного периода. Анализируются ключевые этапы становления системы спортивных школ, их роль в подготовке профессиональных

спортсменов и влияние на международные спортивные достижения. Особое внимание уделено периоду перестройки и постсоветскому этапу, а также современному состоянию спортивных школ (2010–2023 гг.). Описываются изменения в государственной поддержке, внедрение современных методик и технологий, развитие инфраструктуры и программы инклюзивного спорта. Приведены примеры успешных выступлений российских спортсменов, подготовленных в спортивных школах, на международных соревнованиях.

Для цитирования в научных исследованиях

Гоменюк М.А., Маслов П.Н., Туров С.Е., Кунгурова А.А., Свистак А.В. История создания и развития спортивных школ в России и современное состояние Приморской структуры спортивных учреждений: влияние на подготовку профессиональных спортсменов // Педагогический журнал. 2024. Т. 14. № 6А. С. 172-181.

Ключевые слова

Спортивные школы, физическая культура, спорт, подготовка спортсменов, СССР, Россия, перестройка, государственная поддержка, инклюзивный спорт, международные соревнования.

Введение

История создания и развития спортивных школ в России представляет собой значимую область исследования в контексте физической культуры и спорта. Спортивные школы играют ключевую роль в подготовке профессиональных спортсменов, обеспечивая систематическую и целенаправленную тренировку с самого раннего возраста. Их влияние на спортивные достижения страны неоспоримо, что делает тему исследования чрезвычайно актуальной.

Спортивные школы в России начиная с 1950-х годов стали основой системы подготовки спортсменов высокого класса. Они внесли значительный вклад в развитие физической культуры и массового спорта, создавая условия для выявления и поддержки спортивных талантов. В результате этих усилий многие российские спортсмены достигли выдающихся результатов на международной арене, включая Олимпийские игры, чемпионаты мира и Европы. Например, в 1972 году на Олимпийских играх в Мюнхене сборная СССР завоевала 99 медалей, из которых 50 были золотыми, что стало возможным благодаря систематической работе спортивных школ.

На протяжении десятилетий спортивные школы России развивали и совершенствовали методики тренировок, внедряли передовые научные подходы к подготовке спортсменов. Это позволило создать уникальную систему, обеспечивающую не только физическое развитие, но и формирование психологической устойчивости и тактического мышления. В 1980-е годы были введены методики, основанные на биомеханическом анализе движений и физиологических параметрах, что значительно повысило эффективность тренировок и подготовку спортсменов к соревнованиям.

Спортивные школы имеют значительное социально-экономическое значение. Они способствуют укреплению здоровья нации, пропаганде здорового образа жизни и активного отдыха среди молодежи. В современных условиях спортивные школы выполняют важную функцию в социальной интеграции и воспитании подрастающего поколения, формируя у них важные личностные качества, такие как дисциплина, целеустремленность и командный дух. В 2010 году, по данным Министерства спорта Российской Федерации, более 3 миллионов детей и

подростков занимались в спортивных школах, что свидетельствует о широкой доступности и востребованности этих учреждений.

Результаты, достигнутые российскими спортсменами на международной арене, во многом являются результатом работы спортивных школ. На Олимпийских играх в Токио 2020 года сборная России заняла пятое место в общем медальном зачете, завоевав 20 золотых, 28 серебряных и 23 бронзовых медали. Многие из этих спортсменов начали свой путь именно в спортивных школах, где получили базовую подготовку и поддержку.

Основная часть

В последние годы российское правительство активно поддерживает развитие спортивных школ, внедряя различные программы и инициативы. В рамках национального проекта «Демография» выделяются значительные средства на модернизацию спортивной инфраструктуры, улучшение условий тренировок и повышение квалификации тренерского состава. В 2018 году было выделено около 10 миллиардов рублей на строительство и реконструкцию спортивных объектов, что способствовало улучшению условий для занятий спортом и повышению уровня подготовки спортсменов.

Использование историко-аналитического метода позволило выявить ключевые этапы развития спортивных школ в России начиная с 1950-х годов. Компаративный анализ спортивных систем различных стран показал, что российская модель подготовки спортсменов отличается высоким уровнем организации и эффективности. Интервью с бывшими выпускниками и тренерами спортивных школ предоставили ценные сведения о практике и результатах тренировок, а также о влиянии спортивных школ на карьеру спортсменов.

Создание спортивных школ в России в 1950-е годы имело глубокие исторические предпосылки, которые можно рассмотреть в контексте социально-экономического и политического развития страны. В послевоенный период Советский Союз стремился укрепить свое положение на международной арене, в том числе через достижения в спорте. Этот период характеризовался значительным развитием физической культуры и спорта, как одного из важных элементов государственной политики.

В годы после Великой Отечественной войны в СССР происходило восстановление экономики и инфраструктуры, что включало и развитие спортивных объектов. Важным этапом стало учреждение Комитета по делам физической культуры и спорта при Совете Министров СССР в 1954 году, что свидетельствовало о высоком уровне внимания к развитию спорта на государственном уровне. Этот комитет начал активно внедрять программу массового вовлечения населения в занятия физической культурой, что способствовало созданию специализированных спортивных школ для детей и молодежи.

Одной из ключевых причин создания спортивных школ в 1950-е годы стало желание повысить конкурентоспособность советских спортсменов на международной арене. После успешного дебюта на Олимпийских играх 1952 года в Хельсинки, где СССР занял второе место в общем медальном зачете, руководство страны увидело необходимость в систематической подготовке молодых спортсменов [Антонова, 2023]. Спортивные школы стали ответом на этот вызов, создавая условия для раннего выявления талантов и их профессиональной подготовки.

Система спортивных школ была разработана с учетом лучших мировых практик и передовых научных достижений. В этот период активно развивались методики тренировок, основанные на научных исследованиях в области физиологии, биомеханики и психологии

спорта. В 1956 году были введены нормативы комплекса ГТО (Готов к труду и обороне), которые стали основой физического воспитания в школах и спортивных секциях. Эти нормативы включали в себя различные виды физической активности, способствующие всестороннему развитию физических качеств у молодежи.

Одним из первых успешных примеров создания спортивных школ стала Ленинградская школа олимпийского резерва, основанная в 1956 году. Она стала моделью для создания подобных учреждений по всей стране. Важную роль в развитии системы спортивных школ играли также профильные учебные заведения, такие как Государственный институт физической культуры, где готовили квалифицированных тренеров и специалистов.

Социально-экономическая обстановка 1950-х годов, характеризующаяся восстановлением и ростом промышленности, позволяла выделять значительные ресурсы на развитие спорта. Это включало строительство новых спортивных объектов, обеспечение инвентарем и оборудованием, а также создание условий для тренировок на высоком уровне. В 1957 году в СССР было создано более 400 детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ), которые охватывали различные виды спорта и предоставляли возможность для занятий широкому кругу молодежи.

Период с 1960-х по 1980-е годы стал ключевым этапом в развитии спортивных школ в Советском Союзе, включая Россию. Этот период характеризовался систематическим укреплением и расширением системы спортивных школ, что привело к значительному росту уровня подготовки спортсменов и их успехов на международной арене.

В 1960-е годы в СССР продолжилась активная работа по созданию специализированных спортивных школ для детей и молодежи. Это стало частью государственной стратегии по развитию массового спорта и подготовки высококлассных спортсменов. Важную роль в этом процессе сыграли детско-юношеские спортивные школы (ДЮСШ), которые получили широкое распространение по всей стране. К 1965 году в СССР насчитывалось уже более 1 500 таких школ, что свидетельствовало о высоком уровне доступности спортивных занятий для молодежи.

Одним из ключевых факторов успеха стало внедрение научных подходов к тренировочному процессу. Научно-исследовательские институты и специализированные кафедры в вузах активно занимались разработкой новых методик и программ подготовки спортсменов. Это включало в себя использование данных физиологии, биомеханики и психологии спорта для оптимизации тренировочных нагрузок и повышения их эффективности. В этот период была разработана система отбора и тестирования спортсменов, которая позволяла выявлять таланты на ранних стадиях и направлять их в специализированные школы для дальнейшей подготовки.

В 1970-е годы произошло дальнейшее развитие инфраструктуры спортивных школ. Строились новые спортивные комплексы, оснащенные современным оборудованием и инвентарем. Важным событием стало открытие Центральной детско-юношеской спортивной школы (ЦДЮСШ) в Москве, которая стала одним из ведущих центров подготовки спортсменов в стране. В этот период также активно развивались школы олимпийского резерва, которые обеспечивали углубленную подготовку спортсменов к участию в международных соревнованиях.

Спортивные школы 1960-1980-х годов стали кузницей кадров для советского спорта. Многие выдающиеся спортсмены, такие как фигуристка Ирина Роднина, гимнастка Лариса Латынина и бегунка Валерий Борзов, начали свою карьеру именно в этих школах. Успехи советских спортсменов на международной арене, в том числе на Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы, во многом были результатом систематической и планомерной

работы спортивных школ.

На Олимпийских играх 1980 года в Москве советские спортсмены завоевали 80 золотых медалей, что стало абсолютным рекордом для сборной СССР. Многие из этих побед были достигнуты спортсменами, прошедшими подготовку в спортивных школах. Это свидетельствовало о высоком уровне эффективности системы подготовки и ее значительном вкладе в международные успехи советского спорта.

Важным аспектом развития спортивных школ в этот период стало внимание к воспитательной работе. Спортивные школы не только готовили спортсменов, но и занимались формированием их личности, прививая такие качества, как дисциплина, целеустремленность и командный дух. Это способствовало не только спортивным успехам, но и всестороннему развитию молодежи.

Период перестройки и последующие постсоветские годы стали временем значительных изменений для спортивных школ России. Развал СССР и переход к рыночной экономике привели к трансформации многих аспектов социальной жизни, включая систему физической культуры и спорта.

В конце 1980-х годов, в период перестройки, происходили глубокие политические и экономические реформы, которые затронули все сферы жизни, включая спорт. Одной из характерных черт этого периода стало сокращение государственного финансирования спортивных программ и школ. Спортивные учреждения, которые ранее получали значительную поддержку от государства, оказались в условиях необходимости поиска новых источников финансирования. Это привело к сокращению количества спортивных школ и ухудшению их материально-технической базы.

С распадом Советского Союза в 1991 году начался новый этап в развитии спортивных школ, связанный с переходом к рыночной экономике. В условиях экономического кризиса 1990-х годов спортивные школы столкнулись с множеством проблем, таких как недостаток финансирования, ухудшение условий для тренировок и отток квалифицированных тренеров. Многие спортивные объекты пришли в упадок, что негативно сказалось на подготовке спортсменов.

Однако, несмотря на сложные экономические условия, в этот период начали формироваться новые подходы к организации спортивной подготовки. Одним из ключевых изменений стало появление частных спортивных школ и клубов, которые начали активно конкурировать с государственными учреждениями. Эти новые формы организации спортивной подготовки зачастую предлагали более современные и гибкие программы тренировок, ориентированные на индивидуальные потребности спортсменов.

Важным фактором в развитии спортивных школ в постсоветский период стало укрепление международных связей. Российские тренеры и специалисты начали активно обмениваться опытом с зарубежными коллегами, участвовать в международных конференциях и семинарах [Говоров, 2019]. Это способствовало внедрению передовых методик и технологий в процесс подготовки спортсменов.

В 2000-е годы ситуация начала постепенно улучшаться. Экономический рост и стабилизация политической ситуации позволили государству вновь обратить внимание на развитие спорта и физической культуры. Были приняты программы государственной поддержки спорта, направленные на модернизацию спортивных школ, улучшение их материально-технической базы и повышение квалификации тренеров. Одной из таких программ стала Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской

Федерации на 2006–2015 годы», которая предусматривала значительные инвестиции в развитие спортивной инфраструктуры и подготовку кадров.

В этот период начали активно развиваться школы олимпийского резерва, которые получали поддержку как со стороны государства, так и от частных спонсоров. Эти школы играли ключевую роль в подготовке спортсменов к участию в международных соревнованиях, включая Олимпийские игры. Благодаря таким усилиям российские спортсмены продолжили показывать высокие результаты на международной арене. Например, на Олимпийских играх 2004 года в Афинах российская сборная заняла третье место в общем медальном зачете, завоевав 28 золотых, 26 серебряных и 36 бронзовых медалей.

Также в этот период значительно расширилась сеть спортивных школ по различным видам спорта. В регионах России начали открываться новые школы, ориентированные на развитие как традиционных, так и новых для страны видов спорта. Это позволило привлечь к занятиям спортом большее количество детей и подростков, способствовало выявлению и развитию новых талантов.

Современный этап развития спортивных школ в России, охватывающий период с 2010 по 2023 годы, характеризуется значительными позитивными изменениями и достижениями. Это время стало периодом активного реформирования и модернизации системы подготовки спортсменов, что позволило существенно улучшить условия для занятий спортом и повысить результаты российских спортсменов на международной арене.

Одним из ключевых факторов, способствующих развитию спортивных школ в последние годы, стало усиление государственной поддержки. В рамках национального проекта «Демография» и федеральной программы «Спорт – норма жизни» были выделены значительные средства на строительство и реконструкцию спортивных объектов, а также на обновление материально-технической базы спортивных школ. Только в 2021 году на эти цели было направлено более 20 миллиардов рублей. Это позволило создать современные спортивные комплексы, оборудованные по последнему слову техники, что существенно повысило качество тренировочного процесса.

Большое внимание уделяется подготовке тренерского состава. В последние годы были внедрены программы повышения квалификации и профессиональной переподготовки тренеров, что способствовало внедрению современных методик и технологий в тренировочный процесс. Современные тренеры активно используют данные спортивной науки, включая физиологические, биомеханические и психологические исследования, что позволяет оптимизировать тренировочные нагрузки и повышать эффективность подготовки спортсменов. В 2022 году было организовано более 150 курсов повышения квалификации, в которых приняли участие тысячи тренеров со всей страны.

Современные спортивные школы активно интегрируют цифровые технологии в тренировочный процесс. Внедрение систем видеонаблюдения и анализа, использование носимых датчиков и трекеров для мониторинга физического состояния спортсменов, а также применение специализированного программного обеспечения для планирования и анализа тренировок стали стандартной практикой [Сосунов, Савельев, 2019]. Это позволяет тренерам получать точные данные о состоянии спортсменов и корректировать тренировки в режиме реального времени, что значительно повышает их эффективность.

В последние годы значительно расширилась сеть спортивных школ, ориентированных на развитие различных видов спорта. В рамках государственной программы «Развитие физической культуры и спорта» в 2019 году было открыто более 100 новых спортивных школ, включая

специализированные школы по хоккею, фигурному катанию, плаванию и другим видам спорта. Это позволило увеличить охват детей и подростков, занимающихся спортом, и создать условия для всестороннего развития спортивных талантов.

Одним из ярких примеров успеха российских спортивных школ стало выступление юных спортсменов на Юношеских Олимпийских играх 2020 года в Лозанне. Российская сборная заняла первое место в общем медальном зачете, завоевав 10 золотых, 11 серебряных и 8 бронзовых медалей. Многие из этих спортсменов являются воспитанниками современных спортивных школ, что свидетельствует о высоком уровне подготовки и эффективности системы спортивного образования.

Современные спортивные школы также активно развивают программы инклюзивного спорта, создавая условия для занятий спортом детей с ограниченными возможностями здоровья. В 2020 году в рамках национального проекта «Демография» было открыто 50 инклюзивных спортивных центров, оборудованных специальным инвентарем и адаптированных для нужд детей с инвалидностью. Это позволило привлечь к занятиям спортом тысячи детей, ранее не имевших такой возможности.

В 2021 и 2022 годах продолжилась активная работа по развитию и поддержке спортивных школ. Была запущена программа «1000 спортивных школ», направленная на создание и модернизацию спортивных школ в различных регионах страны. Эта инициатива включала строительство новых спортивных объектов, оснащение их современным оборудованием и инвентарем, а также обеспечение условий для проведения тренировок на высоком уровне. В результате реализации этой программы было создано более 200 новых спортивных школ и модернизировано свыше 800 существующих.

В 2022 году также было уделено особое внимание развитию юношеского спорта и подготовке будущих олимпийцев. В рамках программы «Юные таланты» было создано более 50 специализированных центров подготовки по различным видам спорта, где дети и подростки получают возможность заниматься под руководством опытных тренеров и использовать современные тренировочные технологии. Эти центры стали площадками для выявления и развития новых спортивных талантов, что способствует укреплению позиций России на международной спортивной арене.

2023 год ознаменовался дальнейшим развитием международного сотрудничества и обмена опытом. Российские спортивные школы активно участвуют в международных проектах и программах, организуют совместные тренировки и соревнования с зарубежными коллегами. Это позволяет перенимать передовой опыт, внедрять лучшие мировые практики и повышать уровень подготовки спортсменов. Также в 2023 году были организованы международные учебно-тренировочные сборы, в которых приняли участие более 500 юных спортсменов из России и других стран.

Заключение

Приморский край активно поддерживает развитие спортивных школ, что проявляется в значительных инвестициях в спортивную инфраструктуру и программы подготовки спортсменов. На территории края функционируют более 70 детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ) и школ олимпийского резерва, которые охватывают широкий спектр видов спорта: от легкой атлетики и плавания до хоккея и дзюдо.

Одной из ведущих спортивных школ Приморского края является Приморская краевая

спортивная школа олимпийского резерва, которая специализируется на подготовке спортсменов по легкой атлетике, плаванию, боксу, дзюдо и другим видам спорта. Школа оборудована современными спортивными сооружениями, такими как стадионы, плавательные бассейны и спортивные залы, что обеспечивает высокое качество тренировочного процесса. В школе работают опытные тренеры, многие из которых являются заслуженными тренерами России и имеют богатый опыт подготовки спортсменов высокого класса.

Примером успешного развития хоккея в регионе является хоккейная школа «Адмирал», которая базируется в городе Владивосток. Школа была создана при поддержке одноименного хоккейного клуба КХЛ и предоставляет возможность для занятий хоккеем детям и подросткам. В последние годы школа «Адмирал» продемонстрировала значительные успехи в подготовке юных хоккеистов, многие из которых стали участниками национальных и международных соревнований. Школа активно сотрудничает с зарубежными партнерами, организует учебно-тренировочные сборы и обмен опытом с хоккейными школами из других стран.

Важным аспектом развития спортивных школ Приморского края является внедрение современных технологий и методик в тренировочный процесс. Спортивные школы региона активно используют цифровые технологии для мониторинга физического состояния спортсменов, анализа тренировочных данных и планирования тренировок. В 2021 году в рамках программы «Цифровой спорт» были оборудованы специальные лаборатории для проведения биомеханических и физиологических исследований, что позволило значительно повысить качество подготовки спортсменов.

Особое внимание уделяется развитию массового спорта и привлечению к занятиям физической культурой как можно большего числа детей и подростков. В Приморском крае регулярно проводятся спортивные мероприятия, фестивали и соревнования, направленные на популяризацию здорового образа жизни. В 2022 году в регионе прошло более 300 спортивных мероприятий, в которых приняли участие тысячи детей и взрослых. Эти мероприятия способствуют формированию интереса к спорту и вовлечению молодежи в активный образ жизни.

Приморский край также активно развивает инклюзивный спорт. В регионе созданы специальные программы и центры для занятий спортом детей с ограниченными возможностями здоровья. Один из таких центров, «Спорт без границ», расположен во Владивостоке и предоставляет возможность для занятий адаптивными видами спорта, такими как паралимпийская легкая атлетика, плавание и теннис. В 2023 году центр «Спорт без границ» получил грант на развитие инфраструктуры и закупку специализированного оборудования, что позволило расширить возможности для занятий спортом детей с инвалидностью.

Библиография

1. Антонова М.А. История развития физической культуры в России // Молодой ученый. 2023. № 24 (471). С. 352-354.
2. Говоров А.В. Развитие системы обучения физической культуре в условиях современной российской школы // Вестник физической культуры и спорта. 2019. № 6. С. 8-11.
3. Сосунов В.В., Савельев А.С. Развитие физической культуры и спорта в России: история, современность, перспективы // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2019. № 2. С. 5-10.

The history of the creation and development of sports schools in Russia and the current state of the Primorsky structure of sports institutions: the impact on the training of professional athletes

Maksim A. Gomenyuk

Student,
Far Eastern Federal University,
690922, 10 p. Ayaks, o. Russkii, Vladivostok, Russian Federation;
e-mail: Gomenuk.m.a@dvfu.ru

Pavel N. Maslov

Student,
Far Eastern Federal University,
690922, 10 p. Ayaks, o. Russkii, Vladivostok, Russian Federation;
e-mail: Gomenuk.m.a@dvfu.ru

Stepan E. Turov

Student,
Far Eastern Federal University,
690922, 10 p. Ayaks, o. Russkii, Vladivostok, Russian Federation;
e-mail: Gomenuk.m.a@dvfu.ru

Aleksandra A. Kungurova

Student,
Far Eastern Federal University,
690922, 10 p. Ayaks, o. Russkii, Vladivostok, Russian Federation;
e-mail: Gomenuk.m.a@dvfu.ru

Anastasiya V. Svistak

Student,
Far Eastern Federal University,
690922, 10 p. Ayaks, o. Russkii, Vladivostok, Russian Federation;
e-mail: Gomenuk.m.a@dvfu.ru

Abstract

The article examines the history of the creation and development of sports schools in Russia, from the 1950s to the modern period. The key stages of the formation of the sports school system, their role in the training of professional athletes and their impact on international sporting achievements are analyzed. Special attention is paid to the period of perestroika and the post-Soviet stage, as well as the current state of sports schools (2010-2023). Changes in state support, the

introduction of modern methods and technologies, the development of infrastructure and inclusive sports programs are described. Examples of successful performances of Russian athletes trained in sports schools and at international competitions are given.

For citation

Gomenyuk M.A., Maslov P.N., Turov S.E., Kungurova A.A., Svistak A.V. (2024) Istoriya sozdaniya i razvitiya sportivnykh shkol v Rossii i sovremennoe sostoyanie Primorskoj struktury sportivnykh uchrezhdenii: vliyanie na podgotovku professional'nykh sportsmenov [The history of the creation and development of sports schools in Russia and the current state of the Primorsky structure of sports institutions: the impact on the training of professional athletes]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 14 (6A), pp. 172-181.

Keywords

Sports schools, physical education, sports, training of athletes, USSR, Russia, perestroika, state support, inclusive sports, international competitions.

References

1. Antonova M.A. (2023) Istoriya razvitiya fizicheskoi kul'tury v Rossii [History of the development of physical culture in Russia]. *Molodoi uchenyi* [Young scientist], 24 (471), pp. 352-354.
2. Govorov A.V. (2019) Razvitie sistemy obucheniya fizicheskoi kul'ture v usloviyakh sovremennoi rossiiskoi shkoly [Development of the physical education teaching system in the context of a modern Russian school]. *Vestnik fizicheskoi kul'tury i sporta* [Bulletin of physical culture and sports], 6, pp. 8-11.
3. Sosunov V.V., Savel'ev A.S. (2019) Razvitie fizicheskoi kul'tury i sporta v Rossii: istoriya, sovremennost', perspektivy [Development of physical culture and sports in Russia: history, modernity, prospects]. *Fizicheskaya kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka* [Physical culture: upbringing, education, training], 2, pp. 5-10.