

УДК 796.012:796.093

DOI: 10.30914/2072-6783-2018-12-3-104-109

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ К СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Н. В. Ямбаева, О. Л. Шабалина

Марийский государственный университет, г. Йошкар-Ола

В статье проводится анализ нормативных показателей физической подготовленности, контрольно-переводных тестов в детской спортивной школе с эффективностью соревновательной деятельности спортсменов. Рассмотрены такие понятия, как соревновательная деятельность, физическая подготовленность, общая и специальная физическая подготовка. Соревновательная деятельность представляет собой специфическую двигательную активность, которая осуществляется, как правило, в условиях официальных соревнований на пределе физических и психических сил спортсмена, конечной целью которой является установление личных результатов. Конечным результатом соревновательной деятельности является спортивное достижение, которое характеризуется количественным или качественным уровнем показателей в спорте. В спортивных играх соревнование носит сложный характер, обусловленный необходимостью взаимодействия с коллегами по команде, противодействия сопернику, широким спектром вариантов соревновательной борьбы и разнообразием игровых действий. Спортсмены выполняют большое количество технико-тактических действий, каждое из которых, в свою очередь, может повлиять на результат в матче. Неотъемлемой составляющей подготовки к соревновательной деятельности выступает физическая подготовленность спортсмена. Физическая подготовленность – это возможности функциональных систем организма. Она отражает необходимый уровень развития тех физических качеств, от которых зависит соревновательный успех в определенном виде спорта. В нашей статье особый интерес представляют следующие виды спортивной подготовленности: общая и специальная физическая подготовка. Общая физическая подготовка – это процесс совершенствования двигательных физических качеств, направленных на всестороннее и гармоничное физическое развитие человека. Специальная физическая подготовка – это процесс развития физических качеств и умений, которые являются предпосылкой быстреего овладения конкретными техническими приемами.

Ключевые слова: соревновательная деятельность, физическая подготовленность, общая и специальная физическая подготовка.

PHYSICAL PREPAREDNESS AS A COMPONENT OF STUDENTS' READINESS FOR COMPETITIVE ACTIVITY

N. V. Yambaeva, O. L. Shabalina

Mari State University, Yoshkar-Ola

The article analyzes the normative indicators of physical fitness, control and transfer tests, generally accepted in the children's sports school, with the effectiveness of the competitive activity of athletes. Such concepts as competitive activity, physical readiness, general and special physical preparation are also considered. Competitive activity is a specific motor activity, which is carried out, as a rule, in the conditions of official competitions at the limit of the athlete's mental and physical strength, the ultimate goal of which is to establish personal results. The end result of competitive activity is a sporting achievement that is characterized by a quantitative or qualitative level of performance in sports. In sports games, competitive activities are complex, due to the need to interact with teammates, counter opponents, a wide range of options for competitive struggle and an a variety of game actions. Athletes perform a great number of technical and tactical actions, each of which can affect the achievement of the goal in the match. The physical fitness of the athlete is an integral part of the preparation for the competitive activity. Physical fitness is the ability of the body's functional systems. It reflects the necessary level of development of those physical qualities on which competitive success in a particular sport depends. In our study, the following types of sports preparedness are of particular interest: general and special physical training. General physical training is a process of improving the motor physical qualities aimed at the comprehensive and harmonious physical development of a person. Special physical training is a process of developing physical qualities and skills that are the prerequisite for the fastest mastering of specific techniques.

Keywords: competitive activities, physical fitness, general and special physical training.

Соревнования являются социальной сферой, в которой осуществляется деятельность спортсмена, позволяющая реализовать определенные способности и максимально их проявлять.

Соревновательная деятельность представляет собой специфическую двигательную активность, которая осуществляется, как правило, в условиях официальных соревнований на пределе физических и психических сил спортсмена, конечной целью которой является установление личных результатов.

Конечным результатом соревновательной деятельности является спортивное достижение, которое характеризуется количественным или качественным уровнем показателей в спорте.

Специфика соревновательной деятельности во многом определяет направление и содержание подготовки спортсменов (отбор, средства, методы и контроль). Соревновательная деятельность тесно связана со спортивным результатом, что обуславливается необходимостью тщательного изучения содержания соревновательной деятельности, выявление факторов, определяющих достижение высоких спортивных результатов [2].

В спортивных играх соревновательная деятельность носит сложный характер, обусловленный необходимостью взаимодействия с коллегами по команде, противодействия сопернику, широким спектром вариантов соревновательной борьбы и разнообразием игровых действий. Кроме того, спортсмены выполняют большое количество технико-тактических действий, каждое из которых, в свою очередь, может повлиять на результат в матче [7].

Неотъемлемой составляющей подготовки к соревновательной деятельности выступает физическая подготовленность спортсмена. Физическая подготовленность – это возможности функциональных систем организма. Она отражает необходимый уровень развития тех физических качеств, от которых зависит соревновательный успех в определенном виде спорта [1].

Физическая подготовленность, как компонент спортивной подготовленности, определяется состоянием спортсмена, приобретенным в результате общей подготовки (физической, технико-тактической, психологической), позволяющей достичь результатов в соревновательной деятельности. Физическая подготовленность – одна из сторон подготовки в физическом воспитании, связанная с воспитанием физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации двигательных действий [3].

В нашей статье особый интерес представляют следующие виды спортивной подготовленности: общая и специальная физическая подготовка.

Общая физическая подготовка – это процесс совершенствования двигательных качеств, направленных на всестороннее и гармоничное физическое развитие человека. Общая физическая подготовка способствует повышению функциональных возможностей, общей работоспособности, является основой базой для специальной подготовки и достижения высоких результатов в выбранной сфере деятельности или виде спорта.

Средствами общей физической подготовки являются физические упражнения (бег, плавание, спортивные и подвижные игры, лыжный спорт, упражнения с отягощениями и др.), оздоровительные силы природы и гигиенические факторы [3].

Специальная физическая подготовка – это процесс развития физических качеств и умений, которые являются предпосылкой быстреего овладения конкретными техническими приемами. Специальная физическая подготовка направлена преимущественно на укрепление органов и систем, повышение их функциональных возможностей, развитие двигательных качеств, строго применительно к требованиям избранного вида спорта.

К средствам специальной физической подготовки относятся упражнения, которые, во-первых, соответствуют соревновательному упражнению по режиму работы организма, во-вторых, содержат тренирующие воздействия, способные повысить тот уровень функциональных возможностей, которым организм уже располагает, в-третьих, обеспечивают необходимую энергетическую базу для совершенствования технико-тактического мастерства [3].

Цель исследования: провести анализ адекватности нормативных показателей физической подготовленности студентов с общепринятыми в Детской спортивной школе, с эффективностью соревновательной деятельности.

Методы и организация исследования. Экспериментальная часть исследования проводилась при Государственном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования детей Республики Марий Эл «Специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва», отделение «Баскетбол» на базе спортивного зала МОУ «Лицей № 11 им. Т. И. Александровой г. Йошкар-Олы» и спортивного зала № 3 ФГБОУ ВО «Поволжский государственный технологический университет». В эксперименте

принимали участие спортсмены (юноши), занимающиеся в секции баскетбола. Первая обследуемая группа (ОГ-1), учебно-тренировочная группа 4 года обучения (УТГ-4), 11 человек. Спортсмены имеют 1 юношеский квалификационный разряд. Команда имеет следующие результаты: победители и призеры городских и республиканских соревнований среди среднеобразовательных школ Республики Марий Эл и г. Йошкар-Олы, а также являются финалистами 2015 и 2016 гг. школьной баскетбольной лиги «КЭС БАСКЕТ» [7].

Вторая обследуемая группа (ОГ-2), группа спортивного совершенствования 2 года обучения (ГСС-2), 11 человек. Команда имеет следующие результаты: победители и призеры городских и республиканских соревнований среди взрослых (мужских) любительских команд, а также являются участниками Ассоциации студенческого баскетбола России [7].

Тренировочный процесс у групп ОГ-1 и ОГ-2 занимал пять дней в неделю по 2 академических часа.

Для исследования взаимосвязи показателей физической подготовленности и эффективности соревновательной деятельности баскетболистов был определен комплекс общепринятых контрольно-переводных тестов, разработанных с учетом нормативных документов СДЮШ.

Контрольное тестирование проводилось за неделю до официальных соревнований. Тестовые задания выполнялись в первую половину дня после предварительной разминки в течение 30 минут под руководством тренера-преподавателя.

Для определения уровня физической подготовленности баскетболистов были использованы следующие общепринятые в ДЮСШ *тесты*:

I блок измерительных показателей (тестирование общей физической подготовленности):

Тест 1. Бег 20 метров.

Тест 2. Прыжок в высоту по Абалакову.

Тест 3. Прыжок в длину с места.

II блок измерительных показателей (тестирование специальной физической подготовленности, в которых спортсмен перемещается по площадке):

Тест 1. Передвижение в защитной стойке.

Тест 2. Скоростное ведение мяча с попаданием в кольцо.

Тест 3. Передача мяча с попаданием в кольцо.

III блок измерительных показателей (тестирование специальной физической подготовленности с выполнением бросков по корзине):

Тест 1. Дистанционные броски.

Тест 2. Штрафные броски.

Для анализа результатов соревновательной деятельности баскетболистов групп ОГ-1 и ОГ-2 проанализированы технические протокола результатов игровых встреч, где были взяты такие технические элементы, как: перехват мяча, атакующая передача мяча, подбор мяча на своем и чужом щите, 2-очковый бросок и 3-очковый бросок.

Результаты исследования и их обсуждения

В процессе игры для результативности соревновательной деятельности каждый игрок выполняет свои функции в зависимости от игрового амплуа. Исходя из педагогического наблюдения следует, что количество элементов техники, выполняемых центровыми, нападающими и защитниками, примерно одинаково. Следовательно, при анализе взаимосвязи показателей физической подготовленности и эффективности соревновательной деятельности баскетболистов их можно объединить в одну группу.

Для учета вклада разыгрывающих в общекомандные результаты соревновательной деятельности анализ взаимосвязи показателей физической подготовленности и эффективности соревновательной деятельности баскетболистов выполнен для всей команды в целом.

Для установления взаимосвязи точности бросков в тестах с точностью бросков в соревновательной деятельности рассчитаны коэффициенты корреляции между тестом «Дистанционные броски» с процентом попадания с игры (2- и 3-очковых бросков), между тестом «Штрафной бросок» с процентом попадания штрафных бросков с игры. Результаты вычислений представлены в таблице 1.

Из анализа коэффициентов корреляции следует, что для команды УТГ-4, тренер-преподаватель С. В. Осипов, в группе Ц/Н/З между показателями:

– количество элементов техники в соревновательной деятельности (ЭТ) и результатами теста «Прыжки в высоту по Абалакову»;

– количество элементов техники в соревновательной деятельности (ЭТ) и результатами теста «Бег 20 метров»;

– количество элементов техники в соревновательной деятельности (ЭТ) и результатами теста «Прыжки в длину» существует сильная корреляционная взаимосвязь.

Для команды ССГ-2, тренер-преподаватель И. В. Киселева, в группе Ц/Н/З и по команде в целом между показателями:

– количество элементов техники в соревновательной деятельности (ЭТ) и результатами теста «Прыжки в высоту по Абалакову»;

– количество элементов техники в соревновательной деятельности (ЭТ) и результатами теста «Бег 20 метров»;

– количество элементов техники в соревновательной деятельности (ЭТ) и результатами теста «Прыжки в длину» отсутствует.

Это объясняется тем, что в учебно-тренировочном процессе в группе ССГ-2, тренер-преподаватель И. В. Киселева, меньше часов выделено (120) по программе для развития общей физической под-

готовленности. Наибольшее количество часов (527) по программе уделяется для технико-тактической подготовки.

В то же время в целом для команды УТГ-4, тренер-преподаватель С. В. Осипов, корреляционная взаимосвязь для данных показателей, с учетом вклада разыгрывающих, уменьшается до слабой. Это свидетельствует о том, что количество технических элементов, выполненных в соревновательной деятельности игроками данного амплуа, не связано с показателями тестов общей физической подготовленности.

Таблица 1

Результаты расчета непараметрических коэффициентов ранговой корреляции Спирмена между элементами техники и показателями общей и специальной физической подготовленности / Results of calculation of Spearman's nonparametric coefficients of rank correlation between elements of technique and indicators of general and special physical readiness

Игровое амплуа / Game role	Контрольно-переводные нормативы ДЮСШ, отделение Баскетбол / Control and transfer standards of Sports School, Basketball							
	общая физ. подготовка (ОФП) / general physical readiness (GPR)			специальная физическая подготовка (СФП) / special physical readiness (SPR)				
	ЭТ – прыжки в высоту по Абалакову / TE – high jumps acc. to Abalakov	ЭТ – бег 20 м / TE – 20 m race	ЭТ – прыжок в длину с места / TE – standing long jump	специальные баскетбольные упражнения / special basketball exercises			броски / shots	
			ЭТ – передача мяча с попаданием / TE – pass with a goal	ЭТ – скоростное ведение с попаданием / TE – speed dribble with a goal	ЭТ – передвижение в защитной стойке / TE – moving in defensive stance	дистанционные броски – % попадания с игры % / distance shots – % goals from the field %	штрафные броски – штрафные броски с игры % / foul shots – foul shots from the field %	
УТГ – 4 года (тренер-преподаватель Осипов С. В.)								
Ц/Н/З	R = 0,77; p = 0,02	R = 0,65 p = 0,07	R = 0,61; p = 0,10	R = 0,40; p = 0,11	R = 0,26 p = 0,32	R = 0,10; p = 0,69	R = 0,30; p = 0,25	R = 0,07; p = 0,77
Команда	R = 0,38; p = 0,07	R = 0,34 p = 0,12	R = 0,46; p = 0,02	R = 0,43; p = 0,18	R = 0,33 p = 0,31	R = 0,28; p = 0,40	R = 0,05; p = 0,88	R = - 0,06; p = 0,84
ГСС – 2 года (тренер-преподаватель Киселева И. В.)								
Ц/Н/З	R = 0,26; p = 0,52	R = 0,12 p = 0,77	R = 0,03; p = 0,93	R = 0,50; p = 0,20	R = 0,10 p = 0,79	R = -0,36; p = 0,37	R = -0,34; p = 0,39	R = -0,46; p = 0,24
Команда	R = 0,23; p = 0,48	R = 0,15 p = 0,64	R = -0,004; p = 0,98	R = 0,50; p = 0,11	R = 0,03 p = 0,91	R = -0,38; p = 0,24	R = 0,27; p = 0,41	R = 0,07; p = 0,83

Ц – центровые, Н – нападающие, З – защитники, R – коэффициент Спирмена, p – доверительный интервал.

Для команды УТГ-4, тренер-преподаватель С. В. Осипов, взаимосвязь между показателями количество элементов техники в соревновательной деятельности (ЭТ) и результатами теста «Передача мяча с попаданием» по группе Ц/Н/З и в целом по команде является слабой.

Для команды ГСС-2, тренер-преподаватель И. В. Киселева, взаимосвязь между показателями

количество элементов техники в соревновательной деятельности (ЭТ) и результатами теста «Передача мяча с попаданием» по группе Ц/Н/З и в целом по команде является средней.

Это подтверждает то, что в группе ГСС-2, тренер-преподаватель И. В. Киселева, как отмечалось выше, большее внимание уделяется технико-тактической подготовленности. Для спортсменов

данной группы характерен более высокий уровень технической подготовленности и большой опыт соревновательной деятельности.

Для остальных анализируемых показателей в группах УТГ-4, тренер-преподаватель С. В. Осипов, и ГСС-2, тренер-преподаватель И. В. Киселева, взаимосвязь отсутствует.

Отсутствие взаимосвязи между показателями теста «Дистанционные броски» и процентом попадания с игры и теста «Штрафные броски» с процентом попадания штрафных бросков за игру в группах УТГ-4, тренер-преподаватель С. В. Осипов, и ГСС-2, тренер-преподаватель И. В. Киселева, объясняется тем, что тесты выполняются в условиях, значительно отличающихся от соревновательной деятельности.

Для повышения взаимосвязи между показателями теста «Дистанционные броски» и процентом попадания с игры и теста «Штрафные броски» с процентом попадания штрафных бросков необходимо планировать выполнение данных элементов техники в учебно-тренировочном процессе в условиях, наиболее близким к условиям соревновательной деятельности. Для этого возможно выполнение теста «Дистанционные броски» в условиях противодействия с соперниками, а выполнение теста «Штрафной бросок» с выполнением физической нагрузки.

Наиболее адекватные показатели физической подготовленности, общепринятые в ДЮСШ, показателям эффективности соревновательной деятельности, имеющие сильную и слабую корреляционную взаимосвязь, представлены в таблице 2.

Таблица 2 / Table 2

Показатели физической подготовленности, наиболее адекватные эффективности соревновательной деятельности / Indicators of physical readiness, most appropriate to the effectiveness of competition activities

Игровое амплуа / Game role	Контрольно-переводные нормативы ДЮСШ, отделение Баскетбол / Control and transfer standards of Sports School, Basketball							
	общая физ. подготовка (ОФП) / general physical readiness (GPR)			специальная физическая подготовка (СФП) / special physical readiness (SPR)				
	ЭТ – прыжки в высоту по Абалякову / TE – high jumps acc. to Abalakov	ЭТ – бег 20 м / TE – 20 m. race	ЭТ – прыжок в длину с места / TE – standing long jump	специальные баскетбольные упражнения / special basketball exercises			броски/ shots	
			ЭТ – передача мяча с попаданием / TE – pass with a goal	ЭТ – скоростное ведение с попаданием / TE – speed dribble with a goal	ЭТ – передвижение в защитной стойке / TE – moving in defensive stance	дистанционные броски – % попадания с игры % / distance shots – % goals from the field%	штрафные броски – штрафные броски с игры % / foul shots – foul shots from the field %	
УТГ – 4 года (тренер-преподаватель Осипов С. В.)								
Ц/Н/З	R = 0,77; p = 0,02	R = 0,65 p = 0,07	R = 0,61; p = 0,10	R = 0,40; p = 0,11				
Команда	R = 0,38; p = 0,07	R = 0,34 p = 0,12	R = 0,46; p = 0,02	R = 0,43; p = 0,18				
ГСС – 2 года (тренер-преподаватель Киселева И. В.)								
Ц/Н/З				R = 0,50; p = 0,20				
Команда				R = 0,50; p = 0,11				

Ц – центровые, Н – нападающие, З – защитники, R – коэффициент Спирмена, p – доверительный интервал, серым цветом выделены зависимости со средней степенью корреляции.

Таким образом, физическая подготовленность выступает неотъемлемой частью готовности студентов к соревновательной деятельности, обеспечивая единство общей и специальной физической подготовки.

Литература

1. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 1998. 331 с.
2. Годик М. А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. М.: Физкультура и спорт, 2000. 126 с.

3. Портнов Ю. М. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детей детско-юношеских школ олимпийского резерва. М.: Советский спорт, 2007. 100 с.

4. Шинкарук О., Безмылов Н. Интегральные индексы при оценке соревновательной деятельности баскетболистов высокой квалификации // Наука в олимпийском спорте. 2013. № 1. С. 49–55.

5. Фамильникова Н. В., Полевщиков М. М., Рожнецов В. В. Методика тестирования быстроты и точности в игровых видах спорта // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2016. № 1 (131). С. 270–274.

6. Фисунов А. В. Анализ различных систем оценки показателей соревновательной деятельности в игровых видах спорта // Проблемы науки. 2014. № 3 (21). С. 113–118.

7. Фамильникова Н. В., Закамский А. В., Евсеев А. А., Куршаков Д. В. Проблема подготовки спортсменов в вузе // Физическая культура, спорт, здоровье: материалы Всероссийской научно-практич. конф. / Марийский государственный университет. Йошкар-Ола, 2011. С. 226–230.

8. Ямбаева Н. В., Шабалина О. Л. Диагностика готовности будущих учителей физической культуры к соревновательной деятельности // Электронный журнал «Современные проблемы науки и образования». 2016. № 3. С. 86–90.

9. Ямбаева Н. В. Подготовка студентов факультета физической культуры, спорта и туризма к соревновательной деятельности // Вестник Марийского государственного университета. 2016. № 1(21). С. 65–68.

References

1. Verkhoshansky Yu. V. Osnovy spetsial'noy fizicheskoy podgotovki sportsmenov [Basics of special physical training of athletes]. Moscow, Fizkul'tura i sport, 199, 331 p. (In Russ).

2. Godik M. A. Kontrol' trenirovochnykh I sorevnovatel'nykh nagruzok [Control of training and competitive loads]. Moscow, Fizkul'tura i sport, 2000, 126 p. (In Russ).

3. Portnov Yu. M. Basketbol: primernaya programma sportivnoy podgotovki dlya detey detsko-yunosheskikh shkol olimpiyskogo rezerva [Basketball: An approximate program of sports

training for children of children and youth schools of the Olympic reserve]. Moscow, Sovetskiy Sport, 2007, 100 p. (In Russ).

4. Shinkaruk O., Bezmylov N. Integral'nye indeksy pri otsenke sorevnovatel'noy deyatel'nosti basketbolistov vysokoy kvalifikatsii [Integral indices in the evaluation of competitive activity of highly qualified basketball players]. *Nauka v olimpiyskom sporte* = Science in the Olympic Sport, 2013, no. 1, pp. 49–55. (In Russ).

5. Famil'nikova N. V., Polevshchikov M. M., Rozhentsov V. V. Metodika testirovaniya bystryoty I tochnosti v igrovyykh vidakh sporta [The method of testing speed and accuracy in game sports]. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgaft* = Scientific notes of the University named after P. F. Lesgaft, 2016, no. 1 (131), pp. 270–274. (In Russ).

6. Fisunov A. V. Analiz razlichnykh system otsenki pokazateley sorevnovatel'noy deyatel'nosti v igrovyykh vidakh sporta [Analysis of various systems of evaluation of competitive activity in team sports]. *Problemy nauki* = Problems of Science, 2014, no. 3 (21), pp. 113–118. (In Russ).

7. Famil'nikov N. V., Zakamskiy A. V., Evseev A. A., Kurshakov D. V. Problema podgotovki sportsmenov v Vuze. Fizicheskaya kul'tura, sport, zdorov'e: materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii [The problem of training athletes in the University. Physical culture, Sport, Health: materials of the All-russian Scientific- Practical Conference]. Mari State University, Yoshkar-Ola, 2011, pp. 226–230. (In Russ).

8. Yambayeva N. V., Shabalina O. L. Diagnostika gotovnosti budushchikh uchiteley fizicheskoy kul'tury k sorevnovatel'noy deyatel'nosti [Diagnostics of readiness of the future teachers of Physical culture for competitive activity]. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya* = Modern problems of Science and Education, 2016, no. 3, pp. 86–90. (In Russ).

9. Yambayeva N. V. Podgotovka studentov fakul'teta fizicheskoy kul'tury, sporta I turizma k sorevnovatel'noy deyatel'nosti [Preparation of students of the faculty of Physical Culture, Sports and Tourism for the competitive activities]. *Vestnik Mariyskogo Gosudarstvennogo universiteta* = Vestnik of the Mari State University, 2016, no. 1(21), pp. 65–68. (In Russ).

Статья поступила в редакцию 25.04.2018 г.

Submitted 25.04.2018.

Для цитирования: Ямбаева Н. В., Шабалина О. Л. Физическая подготовленность как составляющая готовности студентов к соревновательной деятельности // Вестник Марийского государственного университета. 2018. Т. 12. № 2. С. 104–109. DOI: 10.30914/2072-6783-2018-12-3-104-109

Citation for an article: Yambayeva N. V., Shabalina O. L. Physical preparedness as a component of students' readiness for competitive activity. *Vestnik of the Mari State University*. 2018, vol. 12, no. 2, pp. 104–109. DOI: 10.30914/2072-6783-2018-12-3-104-109

Наталья Вадимовна Ямбаева, старший преподаватель, спорта и туризма Марийский государственный университет, г. Йошкар-Ола, natalifam-78@mail.ru

Шабалина Ольга Леонидовна, доктор педагогических наук, профессор, Марийский государственный университет, г. Йошкар-Ола, ol.shababria@mail.ru

Natal'ya V. Yambayeva, senior teacher, Mari State University, Yoshkar-Ola, natalifam-78@mail.ru

Ol'ga L. Shabalina, Dr. Sci. (Pedagogy), professor, Mari State University, Yoshkar-Ola, ol.shababria@mail.ru