ISSN 2541-9250

НАУКА ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ВРЕМЕНИ©

международный научный журнал

87
июнь
2024

16+

16+

НАУКА ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ВРЕМЕНИ

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

№87 (ИЮНЬ)
2024

ISSN 2541-9250

НАУКА ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ВРЕМЕНИ

Международный научный журнал

Ежемесячное научное издание

№6 (87) 2024

Журнал входит в систему НЭБ (Научная электронная библиотека) на платформе eLIBRARY.RU

Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов статей

За достоверность и полноту сведений, изложенных в публикациях, а также за точность информации по цитируемой литературе, ответственность несут авторы статей

Публикуемые статьи рецензируются

Работы публикуются в авторской редакции

При перепечатке ссылка на журнал обязательна

Тип лицензии CC, поддерживаемый журналом: Attribution 4.0 International (CC BY 4.0).

E-mail: nau-pri@naupri.ru

Адрес страницы в сети Интернет: www.naupri.ru

ISSN 2541-9250

9 772541 925005 >

© Авторы статей, 2024

© Редакция научного журнала «Наука через призму времени», 2024

СОДЕРЖАНИЕ

БИОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ЛЮДЕЙ
Королёва Ксения Константиновна 5

ВЛИЯНИЕ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК НА ОБЩУЮ ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВКУ ЧЕЛОВЕКА
Юдина Валерия Вячеславовна 7

ЭКОНОМИЧЕСКИЕ НАУКИ

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ КОММЕРЧЕСКИХ БАНКОВ В СФЕРЕ КРЕДИТОВАНИЯ
Быстрова Валерия Александровна 11

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИСТЕМЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ НЕЗАКОННЫМ ОПЕРАЦИЯМ С НАЛИЧНЫМИ ДЕНЕЖНЫМИ СРЕДСТВАМИ В КОММЕРЧЕСКИХ БАНКАХ
Гаврова Полина Алексеевна 13

РОЛЬ КРЕДИТОВАНИЯ В РАЗВИТИИАГРОПРОМЫШЛЕННОГО КОМПЛЕКСА
Кошелев Донат Валерьевич 15

БАНКОВСКАЯ СИСТЕМА В ОБЕСПЕЧЕНИИ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ГОСУДАРСТВА
Ольховая Александра Валерьевна 18

УЧЕТ ИНФЛЯЦИИ ВО ВНУТРЕННЕЙ СИСТЕМЕ КОНТРОЛЯ
Потапов Федор Алексеевич 20

ЦИФРОВОЙ РУБЛЬ, ЕГО ПЕРСПЕКТИВЫ И ПУТИ ИНТЕГРАЦИИ В ФИНАНСОВУЮ СИСТЕМУ РОССИИ
Сюсюкин Владислав Сергеевич 24

ФИЛОСОФСКИЕ НАУКИ

ОСНОВНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ (АСАНЫ) В ЙОГЕ ДЛЯ ПОДДЕРЖАНИЯ ЗДОРОВЬЯ
Плешакова Эмилия Александровна 26

ЮРИДИЧЕСКИЕ НАУКИ

ПРОБЛЕМЫ ПРИМЕНЕНИЯ НАСЛЕДСТВЕННОГО ДОГОВОРА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Воинская Ирина Александровна 28

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ НАЛОГОВОЙ СИСТЕМЫ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ
Кириченко Юрий Александрович 30

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ДОГОВОРА КУПЛИ-ПРОДАЖИ С УСЛОВИЕМ ОБРАТНОГО ВЫКУПА
Кириченко Юрий Александрович 32

К ВОПРОСУ О ПОНЯТИИ СУДЕБНОГО ПРИМИРЕНИЯ
Упит Вера Александровна 34

ПРОБЛЕМЫ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОЙ ТОРГОВЛИ ЧЕРЕЗ МАРКЕТПЛЕЙСЫ
Косников Камиль Юсефович 36

ПРАВОВОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ НАЛОГОВЫХ ПРОВЕРОК В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Косников Камиль Юсефович 38

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ ПРИ ПРОСМОТРЕ ЗРЕЛИЩНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ
Алескерова Анастасия Алиевна 41

МАТЕМАТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
Бутова Нина Ивановна 42

ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗАНЯТИЙ С МЯЧОМ НА ПОДДЕРЖАНИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ СТУДЕНТА
Дементьева Ульяна Андреевна 45

ВЛИЯНИЕ СТРЕТЧИНГА НА ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТА
Соколова Екатерина Владимировна 47

ПРОБЛЕМЫ АНТИДОПИНГА
Костина Галина Александровна 49

ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗАНЯТИЙ ПИЛАТЕСОМ НА ПОДДЕРЖАНИЕ ГИБКОСТИ СТУДЕНТА
Кутурлашева Ярослава Станиславовна 53

ИНТЕГРАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА И ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ИГРОКОВ СРЕДНЕЙ ЛИНИИ В ФУТБОЛЕ
Троянова Ольга Михайловна.....56

МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ

МЕТОДЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОЦЕССЕ РЕАБИЛИТАЦИИ СПОРТСМЕНОВ ПРИ ТРАВМАХ И ОСТЕОАРТРОЗАХ КОЛЕННЫХ СУСТАВОВ
Гимадеева Лилия Анваровна.....59

КУЛЬТУРОЛОГИЯ

МОРСКОЕ МНОГОБОРЬЕ СКВОЗЬ ВЕКА
Зикукнков Алексей Владиславович.....62

БИОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 796

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ЛЮДЕЙ

Королёва Ксения Константиновна
студент
Костромина Ольга Владимировна
доцент кафедры ФВиС
Самарский Государственный Технический Университет, г. Самара

Аннотация. В современном мире здоровье и работоспособность являются важными факторами успеха и благополучия. Одна из ключевых составляющих здорового образа жизни - это регулярные занятия физической культурой. Статья " Физическая культура как средство сохранения и укрепления здоровья людей" рассматривает роль физической культуры в повышении производительности и устойчивости человека к неблагоприятным факторам окружающей среды.
Ключевые слова: здоровье, физическая культура, методика, устойчивость, возможности, здоровый образ жизни.

Здоровый человек, более производителен, соответственно и востребован. Так как же сохранить свое здоровье и работоспособность? Таким средством, может и должна стать физическая культура. Физическая культура — сфера социальной деятельности, направленная на сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей человека в процессе осознанной двигательной активности. Занятия физическими упражнениями играют значительную роль в работоспособности членов общества, именно поэтому знания и умения по физической культуре должны закладываться в образовательных учреждениях различных уровней поэтапно.

Составной частью методики обучения физической культуре является система знаний по проведению занятий физическими упражнениями. Без знания методики занятий физкультурными упражнениями невозможно чётко и правильно выполнять их, а следовательно эффект от выполнения этих упражнений уменьшиться, если не совсем пропадёт. Неправильное выполнение физкультурных занятий приводит лишь к потере лишней энергии, а следовательно, и жизненной активности, что могло бы быть направлено на более полезные занятия даже теми же физическими упражнениями, но в правильном исполнении, или другими полезными делами.

Разработка методики занятий физическими упражнениями должна производиться высокопрофессиональными специалистами (инструкторами, тренерами) в области физической культуры, так как неправильная методика выполнения может привести и к более серьёзным последствиям, даже к травмам. Тем более в учебных заведениях, где нагрузка должна быть более усложнённая - методика занятий физкультурными упражнениями должна быть более чётко, правильно разработана и детализирована.

Повышение устойчивости человека к различным неблагоприятным факторам окружающей среды - основная задача современной медицины. В этом именно и заключается её профилактическая направленность. Научная профилактика в детской медицине своими корнями уходит в далёкую историю народной медицины. В России с древних времён детей приучали к холоду, к физическому труду. Народная мудрость усматривала в этом главный, а может быть и единственный по тем временам, источник здоровья. Русские врачи XVIII века Н.М. Амбодик, С.Г. Зыбелин, А.И. Полунин уже тогда отмечали необходимость использования природных факторов для укрепления здоровья детского организма.

Теория и практика физической культуры и спорта определяет ряд принципиальных положений, соблюдение которых гарантирует успехи в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и ограничивает от переутомления и нежелательных последствий. Главное из них: сознательность, постепенность и последовательность, повторность, индивидуализация, систематичность и регулярность. Принцип сознательности направлен на воспитание у занимающихся глубокого понимания роли и значения проводимых самостоятельных занятий в укреплении здоровья в самосовершенствовании своего организма.

Тренировочный процесс предлагает: соответствие физических нагрузок по возрасту, полу и индивидуальным возможностям (состояние здоровья, физическое развитие, физическая подготовленность) занимающихся; постепенное увеличение интенсивности, объёма физических нагрузок и времени тренировочного занятия; правильное чередование нагрузок с интервалами отдыха; повторение различных по характеру физических нагрузок и систематически регулярно на протяжении более длительного времени (недель, месяцев, лет). Таким образом, правильно подобранные и оптимально спланированные физические нагрузки способствуют поддержанию на высоком функциональном уровне всех физических систем, обеспечивают достаточную общую и специальную работоспособность, делают жизнедеятельность человека более экономичной и, наконец, предупреждают развитие в организме многих патологических процессов. Каждый здравомыслящий человек хочет прожить свою жизнь долго и счастливо.

Регулярная физическая активность на протяжении многих веков считалась важным компонентом здорового образа жизни. В последнее время это положение подтвердилось новыми научными доказательствами. Выяснилось, что физическая активность оказывает положительное влияние не только на физическое, но и на психическое состояние человека, являясь одним из факторов профилактики рецидивов хронических заболеваний, в том числе и кишечника.

Если человек начнёт регулярно заниматься гимнастикой, то будет чувствовать себя более энергично, избавится от мышечных напряжений, связанных со стрессовыми ситуациями, изменится отношение к работе, к себе, к жизни; станет более ясным ум, будет лучше и моложе выглядеть, прямее держаться, станет стройнее. И, наконец, нормализуется работа желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистая и дыхательная системы будут функционировать на более высоком уровне.

Но, к сожалению, несмотря на все преимущества физической активности, многие люди уделяют ей очень мало внимания и значимости. После тщательного изучения физиологических, эпидемиологических и клинических данных эксперты сформулировали рекомендацию: ежедневно (или почти каждый день) взрослый человек должен набирать в совокупности не менее 30 минут физической активности умеренной интенсивности.

Специалисты по оздоровительной физической культуре единодушно утверждают, что в программу занятий надо включать 3 категории упражнений: аэробные; направленные на тренировку гибкости; силовые.

Приступая к активным физическим упражнениям, нужно помнить несколько общих правил:

- Правило для начинающих: нельзя упражняться до изнеможения.
- Программа занятий должна доставлять вам удовольствие.
- Не стоит заниматься раньше чем через 2 часа после завтрака или через 4 часа после сытного обеда.
- Не выполняйте интенсивных упражнений перед сном, лучше - не позже чем за 2 часа до сна.
- Лучше всего заниматься на свежем воздухе.

Виды физической активности

Прогулка пешком является хорошей физической тренировкой. Она доступна каждому, в том числе ребёнку, не требует дополнительных затрат времени, доставляет удовольствие, не требует специального костюма и снаряжения, оказывает оздоровительное действие на весь организм. Три долгие (1,5-2 часа) прогулки в неделю и короткие (15-20 минут) каждый день нормализуют вес тела. Один дополнительный километр в день через 2 месяца избавит от лишнего килограмма. При этом следует помнить, что важнее продолжительность прогулки, чем ее интенсивность.

Утренняя гигиеническая гимнастика способствует более быстрому приведению организма в рабочее состояние после пробуждения, поддержанию высокого уровня работоспособности в течение трудового дня, совершенствованию координации нервно-мышечного аппарата, деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Малоподвижный образ жизни – одна из многих бед современного человечества. Мы не в силах изменить мир, но мы в силах изменить свою жизнь. Двигательная активность имеет огромное значение, как для преодоления двигательного дефицита (гиподинамии), так и для сохранения и укрепления здоровья. Недостаток двигательной активности приводит к нарушению в организме человека нервно-рефлекторных связей, заложенные природой, следствием чего является расстройство деятельности сердечно – сосудистой и других систем, нарушение обмена веществ и развитие различных заболеваний. Физический труд и любительский спорт – прекрасные средства физической культуры для профилактики и

укрепления здоровья. Они хорошо подходят людям с сидячей работой, а также работникам умственного труда. Основное требование – нагрузки должны быть посильными.

Таким образом, правильно подобранные и оптимально спланированные физические нагрузки способствуют поддержанию на высоком функциональном уровне всех физических систем, обеспечивают достаточную работоспособность, делают жизнедеятельность человека более экономичной и, наконец, предупреждают развитие в организме многих патологических процессов. Каждый здравомыслящий человек хочет прожить свою жизнь долго и счастливо. А вот здоровье не купишь и не получишь в дар.

Список литературы:

1. Березин И. П., Дергачев Ю. В. «Школа здоровья» М., 1998 г.
2. Куценко Г. И., Новиков Ю.В. «Книга о здоровом образе жизни» М., 1997 г.
3. Лукьяненко В. П. Физическая культура: основы знаний; изд.:«Советский Спорт» 2007г.

УДК796

ВЛИЯНИЕ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК НА ОБЩУЮ ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВКУ ЧЕЛОВЕКА

Юдина Валерия Вячеславовна
студент
Костромина Ольга Владимировна
доцент кафедры ФВиС
Самарский Государственный Технический Университет, г. Самара

Аннотация. В данной статье рассматриваются самые распространенные зависимости человека. Общая стратегия отказа от вредной привычки. Достижение прежнего образа жизни после отказа от вредной привычки.

Ключевые слова: физическая подготовка, вредные привычки, зависимость, избавление, последствия.

Данная статья посвящена влиянию различных вредных привычек на физическую подготовку и уровень активности человека, определению наиболее актуальных и проблемных вопросов данной темы, описанию негативных последствий воздействия зависимостей на человека и поиску решений, способствующих их устранению.

Физическая активность является важным фактором в жизни каждого человека. Она способствует развитию мышечного и двигательного аппарата, улучшает координацию движений, укрепляет кости и снижает риск таких заболеваний, как сахарный диабет, ожирение и сердечнососудистые заболевания. В этой статье мы рассмотрим такой аспект, как влияние вредных привычек на общую физическую форму человека, и предложим стратегии устранения негативных последствий и улучшения состояния человеческого организма в целом.

В настоящее время можно выделить обширный перечень так называемых зависимостей человека от безобидных на первый взгляд до крайне опасных: неправильное питание, недостаточная гигиена, чрезмерное времяпрепровождение за различными гаджетами и компьютерными играми, злоупотребление алкоголем, курение, употребление наркотических и психотропных веществ, неправильно налаженный режим дня и сна и многое другое.другие, некоторые из них мы опишем более подробно.

1. Употребление алкоголя.

Данная проблема является одной из самых распространённых и вызывает много вопросов и споров относительно вреда алкоголя, так как некоторые люди ошибочно полагают, что спиртосодержащие продукты могут помочь устранить не только недуги, но и улучшить эффективность тренировок. Однако, изучая данную проблему можно полностью опровергнуть данную теорию, приведём в пример некоторые варианты негативного влияния обсуждаемых веществ. Любой напиток содержит в своём составе этанол, который в свою очередь провоцирует образование кровяных сгустков, уровень кислорода идёт на спад. Также:

1) прием алкогольной и спиртосодержащей продукции может снижать выносливость и ухудшать спортивное выступление (данные вещества вызывают расширение кровеносных сосудов, что может привести к снижению кровотока к мышцам и органам, что, в свою очередь, может ухудшить спортивные результаты);
2) влияние на координацию движений и реакцию (это может привести к неправильным и неточным по технике и тактике движениям, которые впоследствии могут увеличить риск травм и значительно снизить показатели спортивных результатов);

3) влияние на восстановление после тренировок (алкоголь вызывает нарушения в работе иммунной системы и может снижать кровоток к мышцам, как уже было отмечено ранее, следовательно, у человека будет замедляться не только процесс восстановления после физических нагрузок, но и постепенно будет понижаться уровень тренированности и выносливости);
4) ухудшение работы жизненно важного органа — печени и плохой метаболизм глюкозы, данное вещество является источником энергии роста мышц, перерабатываемым печенью;
5) нарушается гормональный фон (в большинстве алкогольных напитков содержатся эстрагеноподобные компоненты, которые повышают уровень эстрогена, и, к сожалению, понижают уровень тестостерона, особенно значительной может стать данная проблема для тех, кому важен внешний вид тела, поскольку при подобных случаях у мужчин возникает округление бёдер, рук и живота).

Помимо вышеперечисленных негативных последствий, из-за злоупотребления алкоголем возможен общий стремительный набор массы тела, лишнего веса, нарушение сна и бессонница, обезвоживание и интоксикация организма, уменьшение объёма мозга, повышенный риск развития онкологических заболеваний.

2. Курение.

В данном случае ситуация схожа с описанием вреда алкогольной продукции, существует мнение, что употребление табака и никотина помогает контролировать вес и нивелировать регулярно возникающее чувство голода, однако, вопрос о потере веса в подобных случаях до сих пор плохо изучен. Большинство учёных и медиков придерживаются позиции, что курение влияет негативно на физическую подготовку человека и может привести к различным заболеваниям.

Во-первых, курение снижает физическую выносливость, поскольку ограничивает кровоток к мышцам и органам, уменьшает количество кровеносных сосудов, а также, как и алкоголь, вызывает нехватку кислорода и различных питательных веществ, что может привести не только к ухудшению метаболизма, но спортивных результатов в целом, усложнению процесса восстановления после нагрузок.

Во-вторых, курение увеличивает риск развития сердечнососудистых заболеваний, таких как атеросклероз, инфаркт миокарда и инсульт. Эти проблемы стоят практически первыми в списке к противопоказаниям занятий спортом, особенно, таких как атлетика, бег.

В-третьих, кости курящего человека становятся не такими прочными и крепкими, повышается риск получения травм и их осложнения, а восстановление после них длится в разы дольше, кости срастаются медленнее, вероятно развитие дегенерации сухожилий или воспаления суставных сумок.

Курение способно привести ко многим страшным болезням, таким как хронический бронхит и эмфизема лёгких, вызвать риск развития рака лёгких и других видов злокачественных опухолей, что также может привести к снижению спортивной выносливости, не говоря об ухудшении общего здоровья и качества жизни человека.

3. Употребление наркотических и психотропных веществ.

Эти вещества можно отнести к категории наиболее опасных вредных привычек, их вред невозможно описать полноценно, поскольку именно они в большинстве случаев спускают человека практически на дно общественной системы. Они влияют на гормональную систему человека, изменяя его психическое и физическое состояние.

Наркотики могут оказать негативное воздействие на физическую подготовку человека через различные механизмы:

1) гормональная система (снижение уровня компонентов, ответственных за физическую подготовку, таких как тестостерон и грелин);
2) сердечнососудистая система (нарушение кровотока к мышцам и органам, а также снижению общей работоспособности сердца);
3) нервная система (подобные вещества вызывают угнетение центральной нервной системы, возможно ухудшение координации движений, снижению скорости реакции, концентрации внимания и уменьшению тактических навыков, несмотря на то, что наркотики могут снижать болезненный опыт и уменьшать чувство боли, они также могут вызывать слабость, утомляемость);
4) дыхательная система (во время прямого действия вещества снижается частоты дыхания и, в конечном итоге, это может привести к недостаточному кислородному снабжению органов и тканей);
5) иммунная система (согласно медицинским исследованиям, у наркозависимых людей значительно

отходит от нормы в меньшую сторону количество иммунных клеток, таких как лимфоциты; соответственно, их организм вырабатываем слишком маленькое количество антител, которые ответственны за борьбу с вирусами и инфекционными заболеваниями).

Продолжительное использование психотропных и наркотических препаратов может привести к развитию физической зависимости, так как организм адаптируется к наличию вещества и требует большего количества для достижения прежнего эффекта. Кроме того, они оказывают отрицательное воздействие на психику человека и его личность, приводя к аморальному образу жизни. Нередко зависимость может спровоцировать разрушительное влияние, возникновение психических расстройств, изменение личностных качеств, черт характера, изменение приоритетов и моральных ценностей, ухудшение умственных способностей и памяти, а в некоторых случаях полная её потеря.

В целом, наркотики могут значительно влиять на спортивную подготовку и результаты, и их использование может привести к серьезным проблемам со здоровьем и спортивной карьерой. Лучше выбирать здоровый образ жизни и спортивные методы для достижения успеха в спорте.

Избавление от вредных привычек зависит от множества факторов, включая мотивацию, стремление к изменению и поддержку окружения. Если говорить об употреблении алкоголя, наркотиков или курении, современной медициной разработаны универсальные и действенные методы, от спреев для устранения никотиновой привычки до реабилитационных центров с долгим проживанием для людей, страдающих наркоманией. А мы в свою очередь определили наиболее правильную общую стратегию для борьбы с вредными привычками:

1. Определите привычки, которые вам нужно изменить.
2. Разработайте стратегию для изменения этих привычек. Это может включать установку целей, планирование действий и использование техник мотивации.
3. Создайте позитивную среду для изменений. Это означает, что Вам нужно окружить себя людьми, которые поддерживают Вас в вашей попытке изменить привычки, и создать условия, которые способствуют вашему успеху.
4. Используйте техники самоконтроля, чтобы остановить себя, когда Вы замечаете, что близок срыв.
5. Не бойтесь ошибаться. Изменение привычек может быть сложным процессом, и Вы можете столкнуться с неудачами. Продолжайте пытаться, учитывая свои ошибки и улучшая свои методы.
6. Вознаграждайте себя за прогресс. Когда Вы достигаете успехов в изменении своих привычек, позвольте себе чувствовать гордость и отметить свои достижения.
7. Не бойтесь просить помощи. Если Вам нужна дополнительная поддержка, не стесняйтесь обратиться к друзьям, семье или профессионалам, таким как психологи или тренеры.
8. Помните, что изменение привычек может быть долгим и трудным процессом, но с упорством, терпением и поддержкой Вы сможете преодолеть вредные привычки и стать лучше.

После избавления от той или иной вредной привычки необходимо достичь наиболее высокого или прежнего уровня физической подготовки, для этого можно использовать следующие методы:

1. Установка целей и планирование (необходимо установить конкретные цели по уровню физической активности и разработать план действий для достижения этих целей).
2. Регулярные занятия физической активностью (участие в регулярных занятиях физической активности, таких как прогулки, бег, велосипедные прогулки или тренировки в гимнастическом зале).
3. Интеграция физической активности в повседневную жизнь (поиск альтернатив, например, выставление в приоритет поездку на велосипеде или прогулку, использовать лестницу вместо лифта и т. д.).
4. Разнообразие видов физической активности (плавание, лёгкая или тяжёлая атлетика, танцы, гимнастика).
5. Учет индивидуальных особенностей (при планировании физической активности необходимо учитывать индивидуальные особенности и возможности человека, чтобы избежать травм и ускорить достижение поставленных целей).
6. Соблюдение режима сна (именно сон является незаменимым компонентом здорового образа жизни и физической формы, так как в это время организм человека выделяет гормон роста, который отвечает за восстановление тканей и костную систему).
7. Здоровое и полноценное питание (данный фактор может помочь не только при регулировании массы тела и похудении, так как правильная пища, попадая в организм, запускает активацию всех

обменных процессов, которые крайне важны как для увеличения веса, так и для восстановления организма).

В заключение можно сделать следующий вывод: для полноценной здоровой жизни человеку необходимо исключить вредные привычки из своего образа жизни, используя определенную методику, а также для поддержания физической формы и общефизической подготовленности регулярно заниматься различными спортивными дисциплинами.

Список литературы:

1. Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика. М.: Юрайт, 2019. 174 с.
2. Качанов Л. Н., Шапекова Н., Марчибаева У. Лечебная физическая культура и массаж. Учебник. М.: Фолиант, 2018. 272 с.
3. Рубанович В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой. М.: Юрайт, 2019. 254 с.

ЭКОНОМИЧЕСКИЕ НАУКИ

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ КОММЕРЧЕСКИХ БАНКОВ В СФЕРЕ КРЕДИТОВАНИЯ

Быстрова Валерия Александровна
учащийся
Солод Виктория Алексеевна
учащийся
СИУ РАНХиГС, г. Новосибирск

Цифровая трансформация в стратегиях развития современных кредитных организаций является ключевым аспектом развития, который на протяжении последних лет акцентирует внимание на инновационных подходах. В современной экономической среде, где санкционные меры оказывают значительное воздействие, ключевым элементом для обеспечения долгосрочного благополучия и конкурентной борьбы является адаптация к неуклонным изменениям и активное внедрение новаторских подходов. Хотя это приводит к усилению конкурентной борьбы, есть и позитивный момент: возникает потребность в создании новаторских продуктов и мобильных технологий, что, в свою очередь, подстегивает инновационную активность. Таким образом, Бариленко В.И. отмечает, что «преобразования и новшества становятся не просто желательными, но и необходимыми для поддержания стабильности и способности противостоять вызовам времени»[].Инновации в финансовой сфере часто находят свое отражение в прогрессе других отраслей, таких как электроника, информационные технологии и связь. Это прогрессивное движение технологий служит катализатором для трансформации банковской системы, что, в свою очередь, играет ключевую роль в обновлении экономики в целом.

Важнейшую роль в укреплении финансового сектора играет доверие. В этом контексте, регуляторная политика Центрального банка России направлена на искоренение мошенничества среди участников рынка, что подчеркивает его председатель. продукты кредитования заняли третью строчку по популярности в списке банковских продуктов с долей в 9,1%, примерами которых являются предложения от Альфа–Банка по кредитованию клиентов CMS, банкоматное кредитование Промсвязьбанка, а также процессы он-лайн – одобрения ипотечных кредитов.

Кредитные учреждения часто сталкиваются с серьезными угрозами, исходящими изнутри, когда их работники замешаны в недобросовестных действиях. Такие инциденты не только влекут за собой финансовые потери, но и наносят ущерб репутации организации. Две основные формы внутренних нарушений включают в себя:

- во-первых, присвоение финансовых средств через манипуляции с программным обеспечением и осведомленность о внутренних процессах;
- во-вторых, мошенничество с использованием поддельной информации для личной выгоды.

Любая кредитная организация должна стремиться к увеличению доходов от таких продуктов, как кредитование физических и юридических лиц, ведь они представляют собой стабильный источник прибыли на протяжении долгого времени, в отличие от перечисленных продуктов, например, автокредиты не демонстрируют значительного роста или значимой рыночной доли. При анализе жизненного цикла основных финансовых продуктов в рамках матрицы эволюции, становится очевидно, что кредиты для бизнеса и личные кредиты, находящиеся в фазе «Зрелость», имеют все шансы на увеличение своего влияния на рынке и объемов продаж в будущем.

В банковских учреждениях применяют разнообразные механизмы для обеспечения безопасности процедур кредитования, включая распределение ответственностей и уникальные пароли для каждого участника процесса, с обязательным обновлением доступов в соответствии с утвержденными временными рамками. Адаптация комплексных антифродовых систем позволяет осуществлять непрерывное отслеживание всех финансовых операций, обеспечивая тем самым детализированный аудит и эффективный анализ работы кредитной организации. Благодаря строгому управлению информационной безопасностью, преступления подобного рода стали значительно менее частым явлением.

ПАО «Сбербанк» бесспорный лидер в секторе, ключевой финансовый институт в России с самой большой клиентской базой: 107,3 млн активных розничных и 3,1 млн активных корпоративных клиентов по состоянию на июль 2023 г. Доминирующее положение на рынке, разумная политика рисков, а также инновационные подходы с использованием технологии искусственного интеллекта позволяют ПАО

«Сбербанк» демонстрировать высокие финансовые результаты при уверенном органическом наращивании капитала. Презентация стратегии развития на 2024–2026 гг. в декабре 2023 г. стала основным событием IV квартала 2023 г. Также вероятен пересмотр дивидендной политики на фоне сильных финансовых результатов за 2023 г. и рекордной прибыли, которые приведут к органическому росту капитала. В рамках текущего прогноза на 2023 г. размер дивидендов составляет 34 руб. на акцию при 50%–ном коэффициенте выплат, что превышает рекордный показатель 2022 г. Потенциально более серьезное ужесточение денежно–кредитной политики может подразумевать риски для дальнейшего выпуска кредитов, а также качества активов. ПАО «Сбербанк» не поменял ожиданий по стоимости риска (100–130 б.п. после 190 б.п. в 2022 г.), а текущее качество активов остается высоким при уровне просрочки в рамках отчета по РСБУ – 2,1%. Обычно самый непредсказуемый показатель – стоимость риска (CoR), что может подразумевать риски для банка

В области мошенничества выделяются две основные формы:

- работники компании злоупотребляют своим положением, информационными преимуществами и знанием внутренних процессов для присвоения активов или финансовых средств;
- работники компании содействуют в выдаче кредитов лицам, известным как недобросовестные заемщики или мошенники.

Для предотвращения таких инцидентов кредитные учреждения вводят жесткие правила, запрещающие сотрудникам манипулировать личными данными клиентов при оформлении заявлений, принимать копии удостоверяющих личность документов без проверки подлинности, а также подделывать клиентскую информацию, включая недопустимость подписи от имени клиента.

Каждый сотрудник банка несет ответственность за обеспечение прозрачности и честности в процессах работы с клиентскими данными и документацией. Как часть этой обязанности, необходимо осведомлять соответствующий отдел безопасности о любых подозрениях, связанных с внутренними махинациями внутри организации, предоставляя детали инцидента для дальнейшего расследования. В случае обнаружения подделки информации о клиентах, включая данные о работе и контактную информацию, или искажения в заявлениях, такие действия будут квалифицированы как нарушение внутренних правил и могут повлечь за собой определенные последствия. Скрытие причин отклонения запросов или нарушение иных аспектов профессионального кодекса также не допускается.

Изучение случаев нарушений в финансовом секторе позволяет выявить ключевые аспекты, способствующие совершению незаконных операций. Одним из явных стимулов для преступлений является ожидание большей прибыли по сравнению с угрозой последующего наказания. Чтобы противостоять этому, крайне важной мерой является создание и актуализация базы данных о должниках, которая бы была доступна для всех учреждений, предоставляющих займы. Предупреждение финансовых махинаций в бизнес-структурах во многом зависит от осведомленности субъектов о последствиях противоправных поступков и неизбежности воздействия закона в случае их выявления.

Чтобы минимизировать риск неправомерных действий в бизнес-структурах, руководство активно занимается просвещением своих работников и обновлением команды через перестановку персонала. Специалист в области страхования и эксперт по обеспечению безопасности в кредитной отрасли, Джеймс Э. Уитакер, который является главой компании «Whitaker Group, LLC», утверждает, что «предупреждение преступности через образовательные мероприятия и ознакомление сотрудников с последствиями нарушений, регламентированными законодательством, является эффективным методом»[2]. В то же время, защита конфиденциальной информации клиентов получает особое внимание со стороны американских финансовых учреждений.

В современной цифровой эпохе, когда Интернет стал неотъемлемой частью нашей повседневной жизни, пользователи часто становятся жертвами хитроумных интернет-мошенников. Важно подчеркнуть, что эффективность мер безопасности определяется их способностью предотвращать финансовые преступления до того, как они произойдут. Компании по всему миру прибегают к различным стратегиям защиты, направленным на предотвращение таких инцидентов. Таким образом, ключевыми аспектами защиты являются введение временных ограничений на пребывание в системе, автоматическое отключение при бездействии, защита информации путем её шифрования, а также строгий контроль транзакций через платежные системы на предмет обнаружения подозрительной активности.

Список литературы:

1. Финансовая политика. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://government.ru.
2. Денежно-кредитная политика // Центральный банк Российской Федерации. – : http://www.cbr.ru.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИСТЕМЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ НЕЗАКОННЫМ ОПЕРАЦИЯМ С НАЛИЧНЫМИ ДЕНЕЖНЫМИ СРЕДСТВАМИ В КОММЕРЧЕСКИХ БАНКАХ

Гаврова Полина Алексеевна
Плотникова Алина Александровна
студенты
Сибирский институт управления — филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, г. Новосибирск

Аннотация. Вопросы квалификации действий, связанных с неправомерным обналичиванием средств, остаются актуальными, поскольку за подобные нарушения еще не установлена уголовная ответственность. Сложности возникают при попытках применения действующих уголовно-правовых стандартов к разнообразным методам незаконных финансовых манипуляций в рамках экономических преступлений, закрепленных в УК РФ.
Ключевые слова: экономическая безопасность, банковская система, безопасность.

Российское законодательство не определяет отдельное преступление, связанное с уголовной ответственностью за нелегальное обналичивание средств. Несмотря на это, положение экономики показывает широкое использование таких непрозрачных операций. Когда речь заходит о защите в суде людей, участвовавших в подобных действиях, ключевым становится вопрос о том, по какой статье уголовного закона следует оценивать их действия.

В статье 172 УК РФ описывается деятельность, связанная с банковскими операциями, которая производится без необходимой регистрации или лицензии, хотя получение такой лицензии является обязательным условием.[1] Интересно, что в тексте закона слова «банковская деятельность» и «банковские операции» используются взаимозаменяемо, что может создать впечатление о их синонимичности (хотя на первый взгляд так и кажется). Использование синонимов не является типичным для юридического стиля. Этот метод может привести к неопределенности и различным интерпретациям при реализации правовых стандартов, если применять его в таком контексте.

Деятельность в области банковских операций считается исключительным видом предпринимательства. Этот вид деятельности включает в себя проведение финансовых операций как коммерческими банками, так и Центральным банком России. Для того чтобы коммерческие учреждения могли законно заниматься банковскими операциями, им нужно получить лицензию. В ФЗ «О банках и банковской деятельности» [2] отсутствует такое понятие как банковская деятельность. Вряд ли это можно интерпретировать как позитивный момент для обвиняемых и их защиты, учитывая, что предоставление свободы интерпретации термина правоохранительными органами может привести к несправедливым обвинениям и злоупотреблениям.

Выходит, что основная мысль закона указывает на то, что его положения ограничиваются лишь определенными аспектами банковской работы, а именно касаются исключительно банковских операций. Встает вопрос, что включает в себя понятие "банковская операция" и относится ли к таковым, например, процесс обналичивания средств. В контексте общих положений статьи 172 УК РФ, важную роль для разъяснения этих моментов играет ч. 1 ст. 5 Закона о банках, которая представляет собой исчерпывающий список банковских операций, допустимых исключительно для кредитных учреждений, включая как банковские, так и небанковские структуры. Список этих операций, как правило, формулируется в общих терминах и не всегда детализирует каждую операцию. Однако, под банковской операцией подразумевается выполнение определенного комплекса действий, включающих в себя заключение сделок, исполнение обязательств, а также различные технические процессы.

Термин «обналичивание» изначально был сленгом, применяемым для описания нелегальных действий, направленных на получение наличных средств в разнообразных вариантах. Со временем, это понятие было признано и начало использоваться в сфере правоприменения, а позже нашло отражение и в области уголовно-правовой науке. Категория «обналичивание» не является законодательно закрепленной дефиницией, тем не менее, она обладает отчетливым негативным характером.[4] Терминология и концепции, выбранные для формулирования обвинения, целенаправленно относятся к случаям неправомерной деятельности финансовых учреждений включая те, чья лицензия была аннулирована.

В настоящее время в судебной практике довольно часто обналичивание квалифицируются по ст. 172 УК РФ. Однако, с этой позицией не все согласны. Так, например, Г. А. Насимов считает, что

квалификация незаконного обналичивания денежных средств по статье 172 УК РФ является недопустимой по причине отсутствия обязательного элемента состава преступления — субъекта.[3]

Учитывая отсутствие конкретного регулирования вопросов обналичивания в УК РФ, специалистам приходится искать способы заполнения этого пробела в законодательстве, чтобы обеспечить защиту прав. Вопросы, которые возникают в связи с такой квалификацией, остаются открытыми, но они могут служить основанием для формирования защитной стратегии в уголовных делах.

Действия, происходившие с привлечением законных банковских институтов, фактически создавали теневую финансовую систему. Эта система, хоть и не была официально зарегистрирована, обеспечивала нелегальное перемещение денежных средств. Такие манипуляции серьезно наносили урон стабильности российской банковской системы, отводя активы в сторону от легальной экономики и уклоняясь от налогового контроля. Изначально лица приступили к формированию так называемых фирм-однодневок, которые не предполагали ведение реальной экономической деятельности, такой как производство, торговля, выполнение работ или предоставление услуг. Основная цель этих компаний заключалась в получении контроля над банковскими счетами, что в последствии позволяло осуществлять нелегальные финансовые операции с целью незаконного обогащения. Все необходимые налоговые и бухгалтерские отчеты для этих фирм подготавливались и предоставлялись в соответствующие органы, что служило маскировкой их действительной деятельности.

Ключевой фактор, подрывающий эффективность экономики, связан с неравным положением, вызванным механизмами незаконного обналичивания средств. При этом, предприятия и индивидуальные предприниматели, избегающие взаимодействия с такими компаниями, сталкиваются с дополнительными финансовыми нагрузками, такими как уплата НДС и налога на прибыль, в отличие от тех, кто использует их нелегальные обходы.[5]

В случае отсутствия специфической правовой установки, касающейся уголовной ответственности, факторы, такие как цель проведения нелегальных финансовых операций, участие в этих действиях и объем неправомерно заработанных средств или неуплаченных государству налогов, могут вести к применению разных норм. Вопреки широкому спектру уголовных статей, направленных на привлечение к ответственности за конкретные преступления, связанные с нелегальным переводом денежных средств в наличные, меры борьбы с этим социально опасным действием оказываются неэффективными. Это связано с отсутствием уголовной статьи, которая бы целиком охватывала проблему нелегального обналичивания, как отмечалось экспертами в этой области. В свете обсуждаемой проблемы возникает необходимость внесения соответствующих поправок в УК РФ.

1. Внести изменения в гражданский, процессуальный и налоговое законодательство, введя квалифицирующие признаки незаконного обналичивания средств в новую или одну из уже действующих статей.

2. В уголовном законодательстве определить понятие «незаконное обналичивание» средств для полной ясности при квалификации противоправного деяния.

УК РФ предлагается дополнить следующей статьей:

Статья 173.3. Незаконное обналичивание денежных средств

Обмен находящихся в легальном обороте безналичных денежных средств в банке, сопряженного с обманом оформления любой экономической деятельности, и совершенный руководителем организации, либо иным лицом, совершающим такие действия в интересах за вознаграждение в любой форме, если это деяние повлекло причинение существенного вреда правам и законным интересам граждан или организаций либо интересам общества или государства, — наказывается штрафом в размере от ста тысяч до пятисот тысяч рублей, либо лишением свободы на срок до пяти лет.

Список литературы:

1. Уголовный кодекс Российской Федерации : Федеральный закон от 13 июня 1996 г. № 63-ФЗ : принят Гос. Думой 24 мая 1996 г. : одобрен Советом Федерации 5 июня 1996 г. : [в ред. от 14 февраля 2024 г.] // Собрание законодательства Российской Федерации. — 1996. — № 25. — Ст. 2954.
2. О банках и банковской деятельности: Федер. закон от 2 дек. 1990 г. № 395-1 // Собрание законодательства Российской Федерации. — 1996. — №6. — Ст. 492.
3. Насимов, Г. А. Незаконное обналичивание денежных средств: теория и практика адвокатов // Г. А. Насимов, С. З. Алиев / Юридическая наука и практика: Вестник Нижегородской академии МВД России. – 2020. – № 1(49). – С. 135-140.

4. Овчинников Д. К. Уголовная ответственность за незаконную банковскую деятельность в контексте противодействия криминальному обналичиванию денежных средств // Д. К. Овчинников / Юридическая наука и практика: Вестник Нижегородской академии МВД России. — 2020. — №4 (52). — С. 140-144.
5. Овчинников, Д.К. Отдельные аспекты уголовно-правового противодействия незаконному обналичиванию денежных средств: проблематика и направления совершенствования / Д. К Овчинников // Вестник Волгоградской академии МВД России. — 2021. —№3 (58). С. 86-92.

РОЛЬ КРЕДИТОВАНИЯ В РАЗВИТИИАГРОПРОМЫШЛЕННОГО КОМПЛЕКСА

Кошелев Донат Валерьевич
учащийся
СИУ РАНХиГС, г. Новосибирск

Аннотация. В статье анализируется роль механизма кредитования в развитии аграрного сектора экономики. Обсуждаются вопросы устойчивого роста, конкурентоспособности и инвестиционной привлекательности аграрного производства. Рассматриваются проблемы и перспективы развития кредитных инструментов, а также государственная поддержка и стимулирование аграрного кредитования.
Ключевые слова: кредитование, аграрный сектор, экономика, устойчивое развитие, конкурентоспособность, инвестиционная привлекательность, кредитные инструменты, государственная поддержка, стимулирование, проблемы и перспективы.

Введение

В настоящее время экономическая ситуация характеризуется высоким уровнем интеграции и взаимной зависимости между различными отраслями и секторами. Агропромышленный комплекс играет ключевую роль в экономике. Эффективность работы данного комплекса в значительной степени определяет уровень продовольственной безопасности и социально-экономического прогресса страны. В связи с этим исследование роли и направлений развития кредитной деятельности в аграрном сегменте экономики представляется актуальным.

Актуальность этой темы обусловлена рядом факторов. Во-первых, кредитование выступает важным источником финансирования развития агропромышленного комплекса, особенно в контексте ограниченности бюджетных средств и необходимости привлечения инвестиций. Во-вторых, оно способствует повышению конкурентоспособности сельскохозяйственного сектора и улучшению его инвестиционного потенциала. В-третьих, изучение данного вопроса помогает выявить проблемы и возможности развития кредитного механизма в агропромышленном комплексе, а также предложить рекомендации по его улучшению.

Целью данной работы является анализ роли и особенностей развития механизма кредитования в агропромышленном комплексе РФ, а также определение его перспектив и возможных направлений развития. Для реализации данной цели поставлены следующие задачи:

1. Изучение теоретических аспектов и принципов кредитования в АПК.
2. Анализ основных направлений и особенностей кредитования в АПК РФ.
3. Определение ключевых проблем и препятствий, влияющих на развитие механизма кредитования в аграрной сфере.

Теоретические основы и ключевые принципы кредитования в области агропромышленного комплекса (АПК) занимают важное место в системе экономических отношений, определяющих функционирование и рост аграрного сегмента экономики.

Процесс кредитования в АПК подразумевает предоставление денежных средств в рамках возвратной основы для обеспечения текущей и инвестиционной активности сельскохозяйственных производителей, предприятий перерабатывающей отрасли и прочих участников аграрного рынка. Это осуществляется через кредитные учреждения, государственные и негосударственные финансовые институты, с использованием лизинговых и факторинговых механизмов.

Основополагающие принципы кредитования в сельскохозяйственной сфере включают следующие аспекты:

1. Возвратность: предоставление кредитов осуществляется на условиях возвратности и временных ограничений, что предполагает возврат полученных средств с одновременным получением дохода для кредиторов;

2. Платность: взимание процентных ставок за использование кредита, что представляет собой источник дохода для кредитных учреждений и стимулирует заемщиков к эффективному использованию предоставленных средств;
3. Целевое назначение: предоставление кредита осуществляется для достижения определенных целей, связанных с развитием сельскохозяйственного производства, что позволяет рационально использовать предоставленные средства и контролировать их использование;
4. Обеспеченность: предоставление кредитов производится под залог имущественных активов, гарантий и поручительств, что снижает риски для кредитных учреждений.

В настоящее время в России существует несколько ключевых направлений кредитования в сфере агропромышленного сектора, каждое из которых имеет свои особенности и условия выдачи.

1. Финансирование для сельскохозяйственных товаропроизводителей: это направление охватывает кредиты для развития растениеводства, животноводства, ирригации и других сфер сельскохозяйственного производства. Характерной особенностью этих кредитов является их продолжительность (до 10-15 лет) и специальные условия, предлагаемые государством в контексте программ поддержки сельскохозяйственного сектора.
2. Финансирование перерабатывающих компаний: данное направление включает финансирование проектов, связанных со строительством, реконструкцией и модернизацией предприятий пищевой и обрабатывающей промышленности. Эти кредиты предоставляются сроком до 7-10 лет и могут обеспечиваться залогом предприятия или банковской гарантией.
3. Использование лизинговых операций в АПК: это направление позволяет сельскохозяйственным предприятиям арендовать дорогостоящее оборудование и технику на продолжительный срок с возможностью последующей покупки по льготной цене. Лизинговые компании предлагают финансирование сроком до 5-7 лет, причем часть платежей может идти на погашение стоимости оборудования.
4. Факторинговые операции в агропромышленности: факторинг позволяет сельскохозяйственным компаниям получать финансирование до момента оплаты за поставленную продукцию

Согласно данным Минсельхоза - "Кредитный портфель по итогам 2022 года составил более 600 млрд рублей, что на 67% больше, чем в 2021 году".

Объем субсидирования в 2022 году на эти цели составил 33,1 млрд рублей.

В пресс-службе также сообщили, что в конце прошлого года ведомство одобрило заявки на льготное кредитование сельхозпроизводителей на весь объем финансирования, предусмотренный на 2023 год. В Минсельхозе считают эту меру господдержки высокоэффективной и востребованной у сельхозпроизводителей.

"В случае выделения дополнительного финансирования максимальные размеры льготного краткосрочного кредита будут пересмотрены", - отметили в министерстве.

Как сообщала замминистра сельского хозяйства Елена Фастова на круглом столе в январе этого года, в целом на льготное кредитование (краткосрочное и инвестиционное) в 2022 году было направлено 179,4 млрд рублей. В 2023 году предусмотрено 157,9 млрд рублей. "Внешне кажется, что это снижение, но из-за того, что средневзвешенная ключевая ставка в 2023 году ниже, чем в 2022 году, пропорционально мы сохраняем этот вид поддержки на уровне 2022 года", - поясняла она.

В середине января Минсельхоз утвердил план льготного кредитования на 2023 год. Он предусматривает субсидии на новые краткосрочные кредиты в размере 16,5 млрд рублей, на новые инвестиционные кредиты - 5 млрд рублей. Еще 136,4 млрд рублей направят на обслуживание обязательств по ранее заключенным кредитным договорам.

В том числе на новые краткосрочные кредиты на развитие растениеводства заложено около 6,5 млрд рублей и 17,7 млрд рублей – на субсидирование ранее взятых кредитов. На развитие животноводства – 2,7 млрд и 8,7 млрд рублей соответственно, на переработку продукции растениеводства и животноводства – почти 1,9 млрд и 7,5 млрд рублей.

Субсидии на новые краткосрочные кредиты в молочном скотоводстве составят свыше 1,9 млрд рублей, по ранее оформленным договорам – более 5,5 млрд рублей. Для малых хозяйств предусмотрено 3,3 млрд рублей по новым кредитам и почти 6 млрд рублей - на субсидирование действующих. В секторе мясного скотоводства субсидии предполагаются на уровне 232 млн и 381,5 млн рублей соответственно.

Программа льготного кредитования аграриев в ее нынешнем виде была запущена в РФ в 2017 году. Сельхозпроизводители могут взять краткосрочный или инвестиционный кредит по ставке до 5% на развитие растениеводства и животноводства, а также на строительство, реконструкцию или модернизацию предприятий по переработке сельхоз сырья. Льготный краткосрочный кредит выдается на срок до 1 года, инвестиционный - от двух до 15 лет.[2]

Одним из положительных факторов, учитываемых при оценке кредитных рисков и принятии кредитных решений, является наличие эф-й системы контроля финансовых и иных рисков в деятельности сельхозпроизводителей, в т.ч. работающих в условиях кластера. Для применения данного опыта целесообразно вести мониторинг подходов, реализованных в успешных организациях.[1]

Ключевые проблемы и препятствия, которые влияют на развитие механизма кредитования в аграрной сфере:

1. Высокие процентные ставки.

Для решения данной проблемы высоких процентных ставок правительство должно продолжать рассматривать возможность снижения или субсидирования процентных ставок для повышения доступности кредитов для аграриев.

2. Недостаточная развитость инфраструктуры кредитования, малое количество специализированных кредитных учреждений и финансовых инструментов, адаптированных для нужд АПК.

Для решения проблемы недостаточной развитость инфраструктуры кредитованияправительство должно развить онлайн-сервисы кредитования, ведь создание и развитие онлайн-платформ, позволит быстро и удобно получить кредит.

Страховые: Высокие затраты на страхование, сложность оценки рисков, Отсутствие прозрачности, Недостаток конкуренции на рынке страхования АПК.

Для решения проблемы страхования АПК правительство может предоставить больше налоговых льгот страховым компаниям, предлагающим страхование от рисков в сельском хозяйстве, или субсидировать страховые премии для заемщиков. Это поможет защитить заемщиков от потерь, связанных с рисками в сельскохозяйственном секторе, и сделать кредиты более доступными.

Заключение

Кредитование является наиважнейшей частью в развития агропромышленного комплекса РФ. С помощью его агропромышленный сектор получает достаточный уровень финансирования для своей деятельности и максимальной функциональности. Но проблемы в АПК всё ещё существуют, например, высокие проценты, ограниченный объем кредитованияи др.Для улучшения кредитного финансирования агропромышленного комплекса государство должно продолжать осуществлять мероприятия по субсидированию кредитов под реконструкцию, переоснащение и перестройку агропромышленных хозяйств, так же стоит продолжать мероприятия полизингу на техническое оснащение — оборудование, техники. Если лизинговые компании упростят процесс получения лизинга, сократив количество требуемых документов это ускорит процесс принятия решения.

Только решение этих проблем позволит эффективно развивать кредитование в АПК и обеспечить его устойчивый рост.

Список литературы:

1. Выжитович А. М. Система контроля рисков участников кластерных проектов // Мир экономики и управления. 2021. Т. 21, № 2. С. 142–155. DOI 10.25205/2542-0429-2021-21-2-142-155. https://woeam.elpub.ru/jour/article/view/198.
2. Льготное краткосрочное кредитование в АПК РФ в 2022 году выросло почти в 1,7 раза / [Электронный ресурс] // INTERFAX.RU : [сайт]. — URL: https://www.interfax.ru/business/884567 (дата обращения: 25.12.2023).
3. Выделено ещё 25 млрд руб. на предоставление льготных кредитов аграриям / [Электронный ресурс] // businesspravo.ru : [сайт]. — URL: http://businesspravo.ru/PressReleasebusinesspravo (дата обращения: 25.12.2023).

БАНКОВСКАЯ СИСТЕМА В ОБЕСПЕЧЕНИИ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ГОСУДАРСТВА

Ольховая Александра Валерьевна
студент
научный руководитель: **Выжитович А.М.**
к.э.н., доцент
Сибирский институт управления — филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, г. Новосибирск

Аннотация. В настоящей статье рассматривается роль банковской системы в обеспечении экономической безопасности государства
Ключевые слова: Экономическая безопасность, банковская система, безопасность

Тема "Роль банковской системы в обеспечении экономической безопасности страны" остается крайне актуальной и значимой в современном мире по следующим причинам:

1) Финансовая стабильность: Банковская система является ключевым элементом обеспечения финансовой стабильности страны, что важно для устойчивого экономического развития.
2) Борьба с финансовыми преступлениями: Банки играют важную роль в предотвращении отмывания денег, финансирования терроризма и других финансовых преступлений, способствуя обеспечению экономической безопасности.
3) Финансовая инклюзия: Банковская система обеспечивает доступ населения к финансовым услугам, что способствует повышению финансовой грамотности и укреплению экономической безопасности.
4) Технологические изменения: Развитие технологий влияет на функционирование банковской системы, требуя новых подходов к обеспечению безопасности и защите данных.

Экономическая безопасность страны - это состояние защищенности экономических интересов страны от внутренних и внешних угроз, обеспечивающее устойчивое развитие экономики, повышение благосостояния населения и укрепление национальной безопасности.

Банковская система играет важную роль в обеспечении экономической безопасности государства по нескольким причинам:

1. Финансирование экономики: Банки предоставляют кредиты предприятиям и частным лицам, что способствует развитию бизнеса, инвестициям и росту производства. Это обеспечивает экономическую стабильность и рост, что в свою очередь способствует безопасности государства.
2. Хранение и защита денежных средств: Банки являются основными учреждениями для хранения и обработки денежных средств. Они обеспечивают безопасность официальных государственных резервов, а также личных сбережений граждан. Это позволяет предотвратить мошенничество, кражи и другие преступления, связанные с финансами, и обеспечивает доверие в систему.
3. Монетарная политика и стабилизация цен: Банки являются ключевыми участниками в формировании и реализации монетарной политики. Они контролируют денежный предложение и процентные ставки, а также регулируют кредитное и финансовое поведение граждан и предприятий. Это позволяет стабилизировать цены, предотвращать инфляцию и поддерживать экономическую безопасность.
4. Финансовая стабильность: Банки играют ключевую роль в финансовой стабильности, предотвращая финансовые кризисы и снижая риски банкротства. Они проводят систематический мониторинг финансовых рынков и надзор за банками, чтобы предотвратить нестабильность и обеспечить безопасность финансовой системы в целом.
5. Поддержка международной торговли: Банковская система облегчает международные финансовые транзакции и торговлю. Она предоставляет услуги по международным платежам, кредитованию экспорта и импорта, обмену валют, а также финансированию международных инвестиций. Это способствует росту экономики, созданию рабочих мест и укреплению безопасности государства.

Центральный Банк России имеет очень высокое влияние на систему регулирования и надзора за функционированием кредитный организаций в РФ и в целом одна из его целей заключается, непосредственно заключается в укреплении финансовой устойчивости и безопасности национальной банковской системы государства в целом.

Контролирующая функция банковской системы тесно связана с обеспечением соответствия требований к качественному составу банковской системы.

В 1992 году ставка рефинансирования в России составляла 20%, к началу 2000-х годов она выросла до 55%, а к 2015 году снизилась до 8,25%, а к 2023 г. увеличилась до 16%. Однако в соответствии с Указанием Банка России от 11.12.2015 № 3894-У самостоятельное значение ставки рефинансирования было упразднено, а вместо нее была введена ключевая ставка. Ставка рефинансирования представляет собой процентную ставку, которую кредитные организации должны платить Банку России за предоставленные им кредиты. Ключевая ставка, в свою очередь, определяет процентную ставку, по которой Банк России предоставляет кредиты коммерческим банкам на недельный срок и принимает от них депозиты на тот же срок. Переход на ключевую ставку призван совершенствовать регулирование денежно-кредитной политики в стране.

23 апреля 2021 года Совет директоров Банка России принял решение повысить ключевую ставку до 5,00% годовых. Несмотря на это, темпы роста потребительских цен и инфляционные ожидания населения и бизнеса остаются высокими. Повышение ключевой ставки направлено на обеспечение стабильности рынка банковских услуг. При этом отмечается, что данное решение не имеет негативных социально-экономических последствий, но может повлиять на доходы и расходы федерального бюджета из-за различий между ключевой ставкой и ставкой рефинансирования. Ниже представлен график ключевой ставки на период с 28.01.2019 г. по 27.04.2023 г.

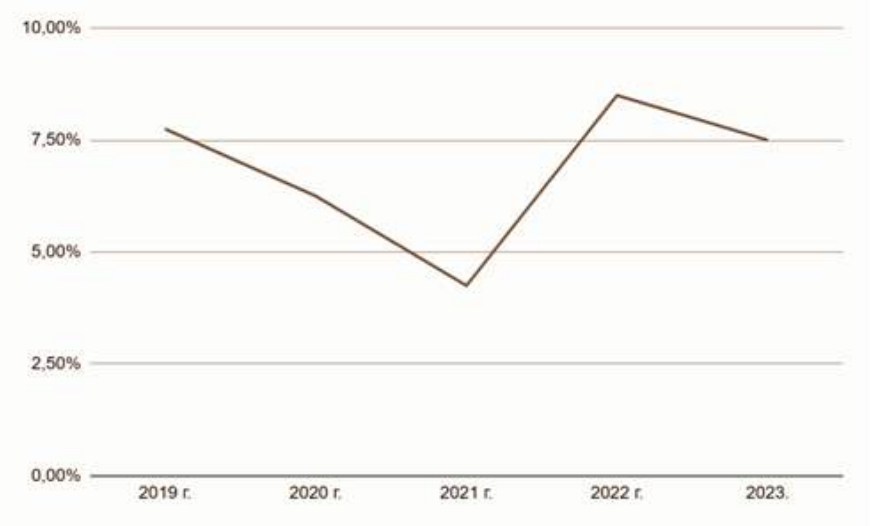

Рисунок 1 − Динамика ключевой ставки Банка России за период с 2019 г. по 2023 г. [1]

Согласно комментариям ЦБ РФ такое повышение ключевой ставки Банком России обусловлено устойчивым восстановлением внутреннего спроса. Ограничения на зарубежные поездки привели к перераспределению средств населения на внутреннее потребление, что усилило инфляционное давление. Для сдерживания инфляции и обеспечения стабильности финансового рынка Банк России повышает ключевую ставку и доходности ОФЗ. Это приведет к росту ставок по кредитам и депозитам, что повысит привлекательность сбережений и сбалансирует рост кредитования. Быстрое восстановление спроса и высокая инфляция требуют скорейшего возвращения к нейтральной денежно-кредитной политике.

В итоге, банковская система играет важную роль в обеспечении экономической безопасности государства, способствуя стабильности и развитию экономики, защищая финансовые резервы, предотвращая кризисы и облегчая международную торговлю.

Список литературы:

1. Нариманян М.А. Роль центрального Банка в экономике России.
2. Банки и банковские операции: учебник и практикум для вузов / В.А. Боровкова [и др.] – 5-у изд., перераб. и доп. – Москва: Юрайт – 2020. – С.28.
3. Сенчагов В.К. Экономика, финансы, цены: эволюция, трансформация, безопасность– М.: Анкил, 2016. – С.62.

[1] Центральный Банк российской Федерации. [Электронный ресурс]. - URL: https://cbr.ru/banking_sector/credit/FullCoList/

4. Центральный Банк российской Федерации. [Электронный ресурс]. - URL: https://cbr.ru/banking_sector/credit/FullCoList/
5. Банк России принял решение повысить ключевую ставку на 50 б.п., до 5,00% годовых. [Электронный ресурс]. - URL: https://www.cbr.ru/press/keypr/

УЧЕТ ИНФЛЯЦИИ ВО ВНУТРЕННЕЙ СИСТЕМЕ КОНТРОЛЯ

Потапов Федор Алексеевич
Волков Всеволод Алексеевич
студенты
научный руководитель: **Выжитович А.М.**
к.э.н., доцент
Сибирский институт управления «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при президенте Российской Федерации», г. Новосибирск

Аннотация. В статье исследовано понятие инфляции как экономического процесса, определены и рассмотрены причины), а также их специфика, приводящие к инфляции, охарактеризованы основные виды данного экономического явления и приведены его характеристики, а также методы решения инфляционного риска применительно к компании ПАО Газпром.
Ключевые слова: инфляция, экономика, продовольствие, валюта, издержки, процентная ставка, прогноз.

В современном мире, где экономические процессы постоянно развиваются, учет инфляции становится неотъемлемой частью системы внутреннего контроля любой компании. Инфляция влияет на все аспекты экономической жизни, включая стоимость товаров и услуг, процентные ставки, цены на акции и многое другое. Это, в свою очередь, оказывает значительное влияние на финансовые показатели компании.

Учет инфляции в системе внутреннего контроля позволяет компаниям принимать обоснованные решения, связанные с их финансовой деятельностью, и обеспечивает более точное представление о результатах их работы.[2] В связи с этим, исследование данной темы является актуальным и важным для развития теории и практики внутреннего контроля компаний.

Целью данной научной статьи является изучение методов учета инфляции в системе внутреннего контроля и анализ их эффективности на примере конкретной компании. Для достижения этой цели будут рассмотрены теоретические аспекты учета инфляции, а также проведен практический анализ на основе данных реальной компании.

В теоретической части статьи будут рассмотрены основные понятия инфляции, ее влияние на финансовую отчетность и методы учета инфляции. Также будут приведены примеры учета инфляции во внутреннем контроле различных компаний и выявлены основные проблемы и недостатки существующих методов.

Практическая часть статьи будет посвящена анализу данных конкретной компании с целью оценки эффективности различных методов учета инфляции и выбора оптимального из них. Также будут предложены рекомендации по улучшению системы внутреннего контроля данной компании с учетом инфляции.

Инфляции и ее влияние на финансовую отчетность.

Инфляция — это процесс общего повышения цен на товары и услуги, который приводит к снижению покупательной способности денег. Она может быть вызвана различными факторами, такими как увеличение спроса на товары и услуги, снижение предложения, изменение курса валют и другие.

Влияние инфляции на финансовую отчетность компании проявляется в том, что она может искажать финансовые показатели, такие как прибыль, рентабельность, стоимость активов и обязательств. Например, если цены на товары и услуги растут быстрее, чем компания получает прибыль, то ее финансовые результаты могут оказаться ниже, чем ожидалось.

[2] Керимов В. Э. Бухгалтерский учет в условиях антикризисного управления: учебное пособие для магистров // В.Э. Керимов. - М.: Дашков и К, 2016. - 324 с.

Внутренний контроль и его роль в учете инфляции.

Внутренний контроль — это система мер, направленных на обеспечение эффективного управления компанией, защиту ее активов и соблюдение законодательства. Одной из задач внутреннего контроля является учет инфляции при подготовке финансовой отчетности.[3]

Роль внутреннего контроля в учете инфляции заключается в разработке и применении методов учета, которые позволяют наиболее точно отражать результаты деятельности компании в условиях инфляции. Это включает в себя выбор подходящих методов оценки активов и обязательств, а также корректировку финансовых показателей с учетом изменения цен.[4]

Таблица 1 − Методы учета инфляции в финансовой отчетности компании

Номер метода	**Название метода**	**Сущность метода**
1	Индексный метод	Основан на использовании индексов цен для корректировки стоимости активов и обязательств компании. При этом индекс цен выбирается таким образом, чтобы он наиболее точно отражал динамику изменения стоимости товаров и услуг в экономике.
2	Метод текущей стоимости	Предполагает оценку активов и обязательств по их текущей стоимости, то есть с учетом текущей инфляции. Этот метод может быть использован для оценки таких активов, как запасы товаров на складе или дебиторская задолженность.
3	Метод постоянной стоимости	Заключается в оценке активов и обязательств на основе их стоимости без учета инфляции. Этот метод позволяет получить более точные данные о прибыли и рентабельности компании, но может привести к занижению стоимости активов в случае высокой инфляции.
4	Метод корректировок	Предполагает внесение корректировок в финансовые показатели компании с учетом изменений цен. Например, можно корректировать прибыль на величину изменения индекса потребительских цен или использовать другие показатели инфляции.
5	Метод учета инфляции в денежных потоках	Заключается в учете влияния инфляции на денежные потоки компании. Этот метод используется при анализе инвестиционных проектов и позволяет учесть изменение стоимости денег в условиях инфляции.

Проблемы и недостатки существующих методов учета инфляции.

1. Сложность применения: многие методы учета инфляции требуют наличия подробной информации о динамике цен, что может быть недоступно для небольших компаний.
2. Субъективность выбора методов: разные компании могут выбирать разные методы учета инфляции, что затрудняет сравнение финансовых показателей разных компаний.
3. Неточность индексов цен: индексы цен могут неточно отражать динамику изменения стоимости товаров и услуг из-за различных факторов, таких как изменение структуры потребления или ошибки в расчетах.
4. Сложность учета инфляции в денежных потоках: этот метод может быть сложным для применения, особенно в условиях нестабильной инфляции.
5. Затраты на сбор данных и проведение анализа: применение методов учета инфляции может потребовать значительных затрат на сбор и обработку данных, что может оказаться неприемлемым для некоторых компаний

[3] Королев И. С. Инфляция - структурная проблема российской экономики / И. С. Королев // Деньги и кредит. - 2016. - № 8. - С.20-30.

[4]Понараменко А. А. Инфляция: сущность первопричины и виды / А. А. Понараменко // Cyberleninka, 2021. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/inflyatsiya-suschnost-pervoprichny-i-vidy

Анализ финансовых показателей.

В 2022 году газовая компания представила диаметрально противоположные финансовые результаты в 1 и 2 полугодии. Первую половину года эмитент провел ударно, заработав рекордную за всю историю чистую прибыль и выплатив максимальный дивиденд. Основным драйвером роста стало резкое увеличение цен на газ.

Основной контролирующий акционер — государство

Финансовые результаты «Газпрома» за 1 полугодие 2022 года:

- EBITDA выросла до 3,054 трлн рублей.
- Чистая прибыль увеличилась до 2,514 трлн рублей.
- Чистый долг составил 1,25 трлн рублей.

Вторые 6 месяцев энергетическое предприятие провело крайне слабо: EBITDA год к году снизилась на 76%, а также зафиксировали рекордный полугодовой убыток в размере 1,2 трлн рублей. Такие результаты можно объяснить практически двукратным ростом налоговых отчислений и крупным убытком от обесценения финансовых активов.

Финансовые результаты «Газпрома» за 2 полугодие 2022 года:

- EBITDA уменьшилась до 0,546 трлн рублей.
- Чистый убыток составил 1,203 трлн рублей.
- Чистый долг вырос до 3,8 трлн рублей.

Суммарно по итогам 2022 года сырьевая компания смогла представить неплохие финансовые результаты: общая выручка и EBITDA выросли до новых рекордных показателей, а чистая прибыль уступила только значению 2021 года. Также «Газпром» в 1 полугодии выплатил рекордные дивиденды в соответствии с Рисунком 1.

Финансовые результаты «Газпрома», трлн рублей

	2021	2022	Изменение
Выручка	10,241	11,673	14%
EBITDA	3,685	3,6	−2,3%
Рентабельность по EBITDA	36%	31%	−5 п. п.
Чистая прибыль	2,159	1,311	−40%
Чистый долг	2,87	3,8	32%
Чистый долг / EBITDA	0,78	1,05	0,27 п. п.

Рисунок 1 − Финансовые результаты ПАО «Газпром» за 2022-2021 гг.[5]

Акционерная доходность.

По дивидендной политике «Газпром» должен ежегодно выплачивать не менее 50% скорректированной чистой прибыли, обычно совершая выплаты один раз в год, по итогам 4 квартала. В 2022 году компания решила немного отойти от этого принципа, выплатив дивиденд по итогам 1 полугодия, ввиду рекордных финансовых результатов, в соответствии с Рисунком 2.

[5] Газпромбанк // Официальный сайт. – URL: https://gazprombank.investments/blog/reviews/gazprom/

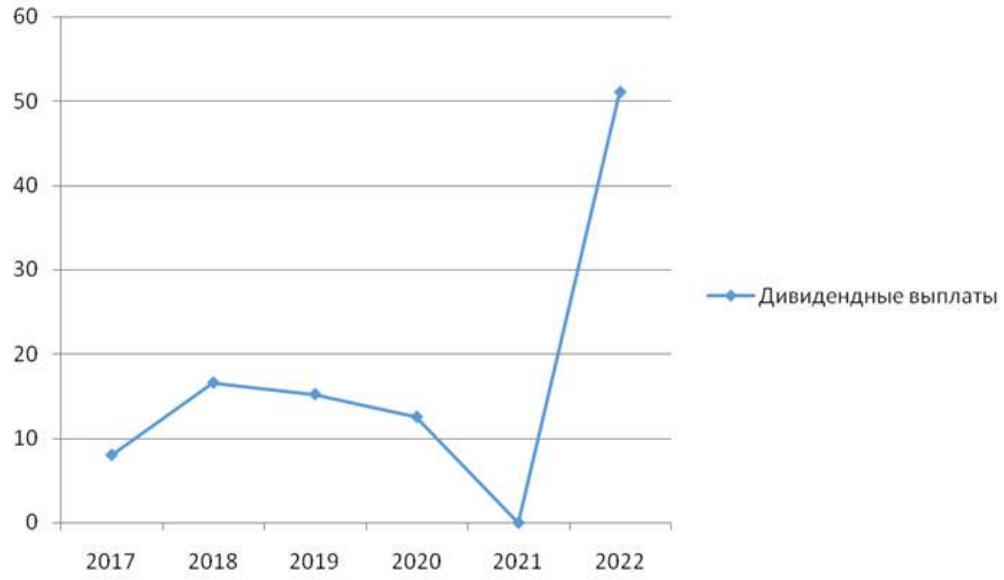

Рисунок 2 − Динамика дивидендных выплат

За первые 6 месяцев 2022 года совет директоров «Газпрома» рекомендовал выплатить дивиденд в размере 51,03 ₽, что строго соответствовало распределению 50% скорректированной прибыли за прошедший период. Дивидендная доходность была более 20%.

В 2 полугодии 2022 года газовая компания не смогла показать положительный финансовый результат и зафиксировала большой убыток, в результате чего менеджмент был вынужден отказаться от распределения прибыли.

Новая рекомендация очень не понравилась инвесторам, которые ожидали щедрых выплат от эмитента ввиду большого дефицита государственного бюджета.[6]

Прогноз компании.

Газпром — классическая компания стоимости, которая имеет потенциал роста за счет реализации проектов «Восточная газовая программа», «Сила Сибири» и «Союз Восток». Также развитию холдинга будут способствовать запуск комплекса по переработке этансодержащего газа и производству СПГ в Ленинградской области, газификация российских населенных пунктов, а также развитие СПГ и водородной энергетики.

В настоящий момент компания торгуется с коэффициентом форвардного P/E менее 2-х. Воспользовавшись текущим снижением котировок акций, Газпром может начать выкупать собственные акции с рынка, о чем компания уже сделала осторожное заявление в начале марта. Кроме этого, 1 марта Правительство РФ распорядилось направить из Фонда национального благосостояния 1 трлн рублей на покупку российских акций. В совокупности эти меры должны стабилизировать стоимость акций компании и позволят их котировкам восстановиться уже в перспективе 2–3 лет.

Методы решения инфляционного риска

Для управления инфляционным риском Газпром может использовать следующие методы:

- Диверсификация источников дохода: Газпром активно развивает новые направления бизнеса, такие как производство и продажа электроэнергии, разработка и реализация нефти и газового конденсата, чтобы снизить зависимость от экспорта природного газа.[7]
- Долгосрочное планирование: Газпром разрабатывает долгосрочные стратегии развития, которые учитывают возможные изменения в макроэкономической ситуации и изменениях спроса на газ на мировых рынках.
- Заключение долгосрочных контрактов: Газпром стремится заключать долгосрочные контракты на поставку газа, что позволяет компании получать стабильный доход и снижать инфляционные риски.

[6] ПАО «Газпром» // Официальный сайт. – URL: https://www.gazprom.ru/

[7] Божечкова А. А., Трунин П.Ф. Инфляция достигла целевого ориентира / А. А. Божечкова, П.Ф. Трунин // Экономическое развитие России. - 2019. - Т.24, № 6. - С.3-6.

- Хеджирование рисков: Газпром может использовать инструменты финансового рынка для хеджирования инфляционных рисков, таких как фьючерсы, опционы и свопы.
- Контроль над затратами: Газпром постоянно работает над оптимизацией затрат, чтобы сохранять конкурентоспособность на рынке и снижать влияние инфляции на прибыль.

Список литературы:

1 Газпромбанк // Официальный сайт. – URL: https://gazprombank.investments
2 ПАО «Газпром»// Официальный сайт. – URL: https://www.gazprom.ru/
3 Понараменко А. А. Инфляция: сущность первопричины и виды / А. А. Понараменко // Cyberleninka, 2021.
4 Божечкова А. А., Трунин П.Ф. Инфляция достигла целевого ориентира / А. А.Божечкова, П.Ф. Трунин // Экономическое развитие России. - 2019. - Т.24, № 6. - С.3-6.
5 Акимочкин И. В. Инфляционные процессы в России: анализ монетарных и немонетарных факторов / И. В. Акимочкин // Экон. стратегии. - 2021. - № 2. - С.126-133.
6 Керимов В. Э. Бухгалтерский учет в условиях антикризисного управления: учебное пособие для магистров // В. Э. Керимов. - М.: Дашков и К, 2016. - 324 с.
7 Кравченко П. П. Причины инфляции в России / П. П. Кравченко // Менеджмент в России, 2015, № 5. – С.12-16.
8 Хахонова Н. Н. Применение механизмов корректировки показателей финансовой отчетности на уровень инфляции в условиях нестабильности отечественной экономики / Н.Н. Хахонов // Международный бухгалтерский учет. – 2015. - № 48 (342). - С. 1–10
9 Семенов С. Г. Об ориентирах антиинфляционных мер / С. Г. Семенов // Экономист. - 2015. - № 2. - С.63-71.

ЦИФРОВОЙ РУБЛЬ, ЕГО ПЕРСПЕКТИВЫ И ПУТИ ИНТЕГРАЦИИ В ФИНАНСОВУЮ СИСТЕМУ РОССИИ

Сюсюкин Владислав Сергеевич
учащийся
СИУ РАНХиГС, г. Новосибирск

В настоящее время, когда экономические отношения развиваются, а государственная политика становится всё более эффективной, необходимо использовать современные информационные технологии, чтобы иметь возможность проводить операции в реальном времени.

В 90-е годы на мировом фондовом рынке появился принципиально новый способ торговли на бирже, который позволил инвесторам совершать крупные сделки купли-продажи онлайн, без необходимости присутствовать в здании биржи. Это был первый случай в истории, когда такие масштабные операции проводились без подписания бумажных контрактов и традиционного рукопожатия сторон.

Это событие стало настоящим прорывом, который навсегда изменил представление о рыночных операциях и движении товаров на отдельных рынках.

Сегодняшняя обстановка в мире и на рынке способствует тому, что капиталистический мир активно внедряет финансовые технологии в виде дистанционной оплаты товаров и услуг, онлайн-покупок. Вскоре образование, медицина и правосудие тоже перейдут на информационные технологии и позволят выполнять большинство юридически значимых действий без личного присутствия человека, но при полной его верификации.

Кроме того, развитие систем кибербезопасности поможет минимизировать риски мошенничества в интернете и снизить их до минимума. Российский рынок пока отстаёт от стран с рыночной экономикой, которая сформировалась ещё в XIX веке, но определённые успехи уже есть.

По инициативе президента РФ был запущен перспективный проект «Цифровая экономика», рассчитанный на период с 2019 по 2024 год. Этот проект направлен на создание цифровой инфраструктуры, соответствующей современным требованиям безопасности, оперативности и оптимальности.

Проект открывает новые горизонты для инноваций в научно-техническом прогрессе, военной отрасли и социальных сферах. Он способствует ускорению инвестиций в одобренные проекты и сокращению бюрократического аппарата, созданию единой системы перечисления средств военнослужащим и служащим армии, а также решению проблем недофинансирования медицины и образования и постоянному мониторингу технического оснащения социально значимых учреждений.

Всё это стимулирует новый виток развития рынка и денежных отношений. В рамках проекта Центральный банк РФ предложил разработать и поэтапно внедрить цифровые рубли.

По определению Центрального Банка, цифровой рубль — это дополнительная форма российской национальной валюты, которая будет выпускаться Банком России в цифровом формате. Цифровой рубль объединяет в себе свойства наличных и безналичных рублей.

На первый взгляд может показаться, что цифровые деньги в современных условиях недостаточно надёжны, чтобы полноценно дополнить существующие платёжные средства. Этому есть несколько причин: низкий уровень безопасности крупных пилотных проектов в стране, отсутствие полноценных аналогов в мировой практике, опасения населения и предприятий, сложная информационная структура.

Чтобы понять необходимость и закономерность введения такого финансового инструмента, как цифровой рубль, нужно определить основные положения о введении нового денежного знака. Во-первых, необходимо определить и проработать основные характеристики этого инструмента. Широкий круг субъектов экономических отношений и многообразие способов перевода денежных средств влияют на оформление цифровой валюты. Специфика отображения валюты на цифровых носителях, минимальные требования к держателям, сама форма рубля должны быть понятны как разработчикам, так и будущим пользователям.

Во-вторых, необходимо оценить, насколько темпы развития цифрового рубля соответствуют планам и задачам Центрального Банка в области регулирования финансовой системы. Каковы будут последствия внедрения цифрового рубля? Не помешает ли это нормальной работе традиционных инструментов в экономике? Как пользователи воспримут этот нововведение? Сотрудники аналитических отделов ЦБ РФ ищут ответы на эти вопросы.

В-третьих, разработка механизма обращения цифрового рубля является ключевым этапом его выпуска. В настоящее время предлагается внедрить систему онлайн/офлайн обращения валюты, что упростит использование и снимет необходимость постоянного подключения к интернету. Кроме того, создание безопасной среды в сочетании с соответствующим законодательством, которое исключает возможность несанкционированного снятия средств с электронных кошельков, является важной задачей.

Положительный результат от внедрения принципиально нового финансового инструмента будет достигнут, если его функциональные качества будут соответствовать главной цели денежно-кредитной политики — приближению ставок денежного рынка к ключевой ставке. В ходе пилотного внедрения проекта будут выявлены проблемы, решение которых позволит улучшить инструмент и предотвратить возможные сбои в будущем. Например, в процессе внедрения цифровой валюты могут быть введены ограничения на конвертацию рубля в наличную и безналичную формы, поскольку на начальных этапах может не хватить программных мощностей из-за высокой нагрузки на информационные ресурсы.

Также нельзя исключать угрозу негативного внешнего воздействия на российский финансовый сектор, вызванного нерациональной линией политической активности руководства Российской Федерации и приводящего к фатальным ошибкам в работе новой информационной экосистемы.

Центральный Банк РФ планирует ввести различные модели взаимодействия элементов финансовой системы для обеспечения оборота цифровой валюты. Эти модели, представленные на рисунке 3, охватывают все аспекты финансовых операций — от индивидуальных клиентов, осуществляющих переводы через обслуживающие банки, до межбанковских транзакций. Масштаб задачи впечатляет, но технические возможности позволяют постепенно реализовать этот проект.

С технологической точки зрения возможны два пути развития событий: централизованное ведение реестров и децентрализованное. В первом случае операции регистрируются и контролируются через технологические структуры Центрального банка, во втором — создаётся распределённый реестр, который позволяет сосредоточить наиболее важные информационные процессы на удалённом ресурсе. При этом верификация каждого этапа финансовой операции будет подтверждаться одновременно несколькими участниками отношений, что минимизирует риски потери или несанкционированного доступа к информации об операции.

Таким образом, потенциальные пользователи новой финансовой экосистемы не заметят существенной разницы благодаря простоте и оптимизации точечного инструментария для держателя цифрового рубля.

Некоторые эксперты считают, что предложение инновационного проекта несвоевременно из-за международных политических, экономических и эпидемиологических факторов. Тем не менее, пилотирование цифрового рубля и его постепенная интеграция в банковскую, инвестиционную и производственную инфраструктуру обеспечат

ФИЛОСОФСКИЕ НАУКИ

УДК 796.011

ОСНОВНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ (АСАНЫ) В ЙОГЕ ДЛЯ ПОДДЕРЖАНИЯ ЗДОРОВЬЯ

Плешакова Эмилия Александровна
студентка Института нефтегазовых технологий
Самарский Государственный Технический Университет, г. Самара

Аннотация. Данная статья представляет собой обзор основных упражнений (асан) в йоге, которые помогают поддерживать здоровье и благополучие. В статье описываются различные упражнения, такие как позы стоя, сидя и лежа, которые способствуют укреплению мышц, улучшению гибкости и координации, а также расслаблению и улучшению психического здоровья. В итоге читатели получат полезную информацию о том, какие упражнения включить в свою практику йоги для поддержания здоровья и хорошего самочувствия.

Ключевые слова: йога, асаны, поддержание здоровья, физическая гибкость, укрепление мышц.

Йога - понятие в индийской культуре, в широком смысле означающее совокупность различных духовных, психических и физических практик, разрабатываемых в разных направлениях индуизма и буддизма и нацеленных на управление психическими и физиологическими функциями организма с целью достижения индивидуумом возвышенного духовного и психического состояния . В более узком смысле, йога - это одна из шеста ортодоксальных школ(даршан) философии индуизма. Конечная цель йоги может быть совершенно разной; от улучшения физического здоровья и до достижения мокши. Это действенный, безопасный и эффективный метод борьбы с мало подвижным образом жизни и стрессом. На занятиях йогой основное внимание уделяется активному включению деятельности психики, концентрации внимания к работе мышц и деятельности внутренних органов [1].

Исследователи доказали, что практика йоги оказывает значительное воздействие на организм. Занятия йогой снижают уровень кортизола в организме, что помогает снять нервное напряжение. Один из положительных эффектов йоги на организм заключается в ее влиянии на сердечно-сосудистую систему. Выполнение асан снижает кровяное давление, замедляет сердечный ритм, увеличивает эластичность стенок сосудов. Практика йоги улучшает кровообращение, обогащает кровь кислородом, снимает боль в суставах, а также эффективна при травмах позвоночника, рассеянном склерозе и аутоиммунных заболеваниях.

Асаны – позы йоги – оказывают воздействие на различные системы организма, делая гибкими позвоночник и суставы и тонизируя мышцы и внутренние органы. Главное отличие асан йоги от привычных для нас силовых и физических упражнений – это отказ от резких движений, которые при многократном повторении неизбежно приводят к появлению усталости, тренировка концентрации и внимания. Особое место в занятиях йогой отводится дыханию: при правильном дыхании стимулируется работа сердца, все органы нашего тела в необходимом количестве снабжаются кислородом, в то время как из них выводятся двуокись углерода и другие метаболиты. Это особенно важно, поскольку, как было доказано учеными, не всегда большое количество упражнений (когда человек буквально падает от усталости) дает максимальный эффект для его здоровья и мышечного тонуса [2].

К основным асанам йоги можно отнести:

1. АдхоМукхаШванасана (перевод с санскрита: собака мордой вниз)
   Терапевтический эффект:Асана "Собака с головой вниз" помогает снять усталость и восстановить энергию. Она особенно полезна для бегунов после тренировки, помогая размягчить мышцы и укрепить суставы. Эта поза также благотворно влияет на работу сердца, улучшает кровообращение к голове, улучшает функцию мозга и кожи лица. Кроме того, "Собака с головой вниз" способствует пищеварению и улучшает работу органов брюшной полости [3].
2. АрдхаМатсиендрасана
   Терапевтический эффект: при регулярном выполнении АрдхаМатсиендрасаны I острые боли в спине, пояснице и бедрах быстро уменьшаются. Печень и селезенка становятся более активными, устраняется их вялость. Мышцы шеи становятся сильнее, растяжения плечевых связок и смещения плечевых суставов заживают. Плечи приобретают большую гибкость. Улучшается перистальтика кишечника, асана помогает уменьшить объем живота. Регулярные

занятия этой позой предотвращают гипертрофию предстательной железы и мочевого пузыря [3].

3. Вирабхадрасана I (перевод с санскрита: поза героя I)
   Терапевтический эффект: Все выпады раскрывают тазобедренные суставы, подготавливая тело к более сложным позам йоги, к примеру, Падмасане (позе лотоса). Кроме того, Вирабхадрасана углубляет дыхание, устраняет тугоподвижность плеч и спины, тонизирует и укрепляет мышцы ног, особенно бедра, уменьшает жировые отложения в области таза и бедер [3].
4. Врикшасана (перевод с санскрита: поза дерева)
   Терапевтический эффект: Врикшасана тонизирует мышцы ног, развивает чувство равновесия и устойчивости [3].
5. Тадасана (перевод с санскрита: Поза горы)
   Терапевтический эффект: укрепляет мышцы ног и спины, колен, лодыжек и бедер, улучшение циркуляции крови и пищеварения [4].
6. Сету Бандхасана(перевод с санскрита: Поза моста)

Терапевтический эффект: асана укрепляет поясницу, растягивает позвоночник, снимает усталость ног, оказывает омолаживающий эффект, стимулирует работу щитовидной железы [5].

Влияние йоги на организм не ограничивается только пользою для тела человека, также занятие йогой хорошо сказывается на психическом здоровье [6].

Основная польза йоги на психическое здоровье:

1. Снижает стресс и тревогу: Йога включает в себя техники дыхания и медитации, которые помогают успокоить ум и тело. Исследования показали, что йога может уменьшить симптомы стресса, тревоги и депрессии.
2. Улучшает настроение: Йога способствует выработке эндорфинов, которые обладают естественным обезболивающим и улучшающим настроение эффектом.
3. Повышает самосознание: Йога учит осознанности и концентрации, что может помочь людям лучше понимать свои мысли, чувства и реакции.
4. Улучшает сон: Йога может помочь улучшить качество сна, уменьшая стресс и беспокойство, которые часто мешают сну.
5. Повышает устойчивость: Регулярная практика йоги может помочь людям развить устойчивость к стрессу и жизненным трудностям.

На сегодняшний день йога широко используется для профилактики и улучшения здоровья студентов во многих университетах страны. Используются не только традиционные практики йога, как, к примерухатха-йога, но и новые направления йоги такие как фитнес-йога.

Таким образом, основные упражнения (асаны) в йоге играют ключевую роль в поддержании здоровья, как физического, так и психического. Исследования показывают, что регулярная практика йоги помогает улучшить гибкость, силу и выносливость организма, а также снижает уровень стресса и улучшает настроение. Необходимо помнить о важности правильного выполнения асан и постоянном развитии практики для достижения максимальных результатов. Включив йогу в свой образ жизни, можно укрепить свое здоровье и обрести гармонию как внутри, так и снаружи.

Список литературы:

1. Йога как средство поддержания здорового образа жизни: методические рекомендации / Министерство образования Республики Беларусь, Брестский государственный технический университет, Кафедра физического воспитания и спорта / сост. Н. И. Козлова. – Брест.:БрГТУ – 2016 – С. 15
2. Йога: учебное пособие / Т. В. Мягкоступова. Екатеринбург: Изд-во.: Рос. гос. проф.-пед. ун-та – 2016 – С. 15
3. Оздоровительная йога на занятиях физической культуры студентов специальных медицинских групп ВУЗов: Составители: Н.Н. Василюк, Т.А. Малышева. Учебно-методическое пособие. – Нижний Новгород: Нижегородский государственный университет им. Н.И.Лобачевского – 2016. – С. 8 – 36
4. Почему поза Горы полезна не только для новичков // Йога Журнал (дата обращения: 9.05.2024).
5. Сету Бандхасана (Поза моста) – как сделать ее правильно? // Йога Журнал (дата обращения: 10.05.2024).
6. Михеева А.В. Механизмы повышения стрессоустойчивости личности с помощью занятий йогой // Полилингвиальность и транскультурные практики. 2015. №2. (дата обращения: 11.05.2024).

ЮРИДИЧЕСКИЕ НАУКИ

ПРОБЛЕМЫ ПРИМЕНЕНИЯ НАСЛЕДСТВЕННОГО ДОГОВОРА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Воинская Ирина Александровна
Карташова Олеся Александровна
студенты Института Прокуратуры,
Саратовская государственная юридическая академия, г. Саратов

Аннотация. Данная статья обращает внимание на наследственный договор как ключевой инструмент регулирования правопреемства. Исследование фокусируется на выявлении основных проблем, с которыми сталкиваются участники наследственных отношений при заключении и исполнении наследственных договоров в России. Анализ показывает неопределенность в позиции наследственного договора в рамках Гражданского кодекса, вызывающую противоречия и практические трудности. Решение данных проблем предполагает необходимость усовершенствования законодательства для обеспечения эффективного и справедливого регулирования наследственных отношений.
Ключевые слова: наследственный договор, правопреемство, завещание, право, отношения.

В современном правовом пространстве Российской Федерации вопросы наследственных отношений занимают значительное место среди актуальных юридических проблем. Одним из ключевых инструментов, направленных на регулирование наследственных отношений и обеспечение правопреемства, является наследственный договор. Несмотря на его потенциальную значимость, применение данного института в практике остается предметом обсуждения и критики среди юристов.

В настоящем исследовании фокус будет сосредоточен на выявлении основных проблем, с которыми сталкиваются участники наследственных отношений при заключении и исполнении наследственных договоров в рамках действующего законодательства Российской Федерации. Анализ проблемных аспектов и недостатков в применении наследственного договора позволит выработать рекомендации по усовершенствованию законодательства и практики его применения, способствуя более эффективному и справедливому регулированию наследственных отношений в России.

В структуре раздела V ГК РФ положения ст. 1140.1 о наследственном договоре содержатся в гл. 62 [1], посвященной наследованию по завещанию, что создает неопределенность в отношении вопроса о его месте в наследственном праве и соотношении с завещанием. Вместе с тем, наследственный договор, несмотря на такое его урегулирование в структуре ГК РФ и возможности применения в части, не противоречащей его существу, правил о завещании, допускаемой пп. 1, 6 ст. 1118 ГК РФ, самостоятелен. Наследственный договор не является разновидностью завещания, односторонней сделки, совершение которой требует волеизъявление только одного лица – наследодателя. Кроме того, завещание может создавать права и обязанности для наследников только после открытия наследства. Заключение же наследственного договора, напротив, требует согласованного волеизъявления его сторон. Предусмотренные им обязанности договорного характера, которые могут возлагаться на лиц, призываемых к наследованию, могут возникать как до, так и после открытия наследства [2].

Наследственный договор, так же, как и завещание, выражает волю наследодателя относительно его имущества в случае смерти чего не происходит при наследовании по закону. Это обстоятельство может объяснить включение положений о наследственном договоре в главу 62 ГК РФ, посвященную наследованию по завещанию. Однако наследственный договор является самостоятельным основанием наследования, оформляющим передачу имущества умершего наследодателя его наследникам. Это подтверждается в статье 1111 ГК РФ, которая определяет наследственный договор как один из способов наследования наряду с завещанием и наследованием по закону [3]. Таким образом, включение регулирования наследственного договора в главу 62 ГК РФ о завещании приводит к явному противоречию с положениями главы 61 ГК РФ о наследовании. Это указывает на необходимость выделения регулирующих наследственный договор норм в самостоятельную главу ГК РФ, что соответствовало бы его сущности как отдельного института наследственного права и позволило бы устранить противоречия в законодательстве.

Помимо этого, положения ГК РФ не дают и однозначного ответа относительно приоритета при наследовании по наследственному договору и завещанию, что создает проблемы практического характера.

ГК РФ устанавливает приоритет наследственного договора перед наследованием по закону, определяет приоритет наследственного договора, заключенного с участием супругов, который отменяет совершенное ими ранее совместное завещание (п. 5 ст. 1140.1), а также устанавливает приоритет ранее заключенного наследственного договора перед последующими в тех случаях, когда одно и тоже имущество стало предметом нескольких договоров, заключенных с разными лицами (п. 8 ст. 1140.1). При этом за пределами правового регулирования остается ситуация, когда завещание было совершено уже после заключения наследственного договора[4]. Полагаю, что в условиях действия п. 12 ст. 1140.1, который наделяет наследодателя правом совершения любых сделок после заключения наследственного договора в отношении принадлежащего ему имущества, даже если это и лишает наследников прав на такое имущество, приоритет будет иметь последующее завещание. Отмеченная ситуация требует законодательного решения путем закрепления в положениях ГК РФ приоритета наследственного договора над любым завещанием, в том числе и совершенным после его заключения, что позволит защитить интересы сторон, на которых договором возложены обязанности в тех случаях, когда исполнение по такому договору уже началось.

Среди уязвимых моментов конструкции наследственного договора можно выделить положения пункта 8 статьи 1140.1 Гражданского кодекса Российской Федерации, которые устанавливают приоритет ранее заключенного наследственного договора перед последующими в случае, когда наследодатель заключает несколько таких договоров с разными лицами на одно и то же имущество. Содержание ранее заключенного договора не доступно сторонам последующих, так как информация о наследственном договоре до смерти наследодателя не может быть предоставлена в соответствии со статьей 1123 ГК РФ. Из-за этого невозможна проверка его содержания через единую информационную систему нотариата.

Тем не менее, последующий наследственный договор может включать обязательства его сторон, которые должны быть исполнены при жизни наследодателя и являются обязательствами договорного характера. Отсутствие в действующем законодательстве механизмов защиты интересов таких лиц создает потенциальные возможности для злоупотреблений со стороны наследодателя [5].

Исходя из вышесказанного можно сказать, что внесение положений о наследственном договоре в ГК РФ явилось значимым этапом в реформировании гражданского законодательства, что существенно расширило сферу применения наследственных инструментов. Вопреки некоторым преимуществам наследственного договора перед традиционными формами, такими как завещание или пожизненное содержание с иждивением, его широкое использование ограничивается недостаточной ясностью в законодательстве относительно ключевых аспектов. Однако, преодоление этой неопределенности может сделать наследственный договор весьма востребованным в сфере наследования.

Список литературы:

1. Гражданский кодекс Российской Федерации (часть третья) от 26.11.2001 № 146-ФЗ (ред. от 18.03.2019) // Собрание законодательства РФ. 2001. № 49. Ст. 4552.
2. Тарасова Е. А. Наследственный договор - ожидания и реальность. // Пермский юридический альманах. 2020. №3.
3. Гражданское право. Особенная часть (части lll—IV ГК РФ) : учебник для вузов / А. П. Анисимов, М. Ю. Козлова, А. Я. Рыженков, С. А. Чаркин ; под общей редакцией А. Я. Рыженкова. — 8-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 48 с.
4. Кобчикова Е. В. Наследственный договор как новый институт российского гражданского законодательства / Е. В. Кобчикова, Т. Г. Макаров // Вестник экономики, права и социологии. (Издание, входящее в перечень ВАК). Казань, 2021 г., № 1. — С. 72–75.
5. Ушаков Р. М. Наследственный договор как проявление гражданско-правового дозволения: юридическая природа, законодательная конструкция и возможные проблемы применения // Право и государство: теория и практика. – 2020. – No 3 (183). – С. 46–50.

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ НАЛОГОВОЙ СИСТЕМЫ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ

Кириченко Юрий Александрович
Панфилова Виктория Андреевна
студенты
Института Прокуратуры,
Саратовская государственная юридическая академия, г. Саратов

Аннотация. Настоящая научная работа посвящена актуальным вопросам налоговой системы в условиях цифровизации. В работе проводится анализ основных аспектов воздействия цифровизации на налоговую систему, выявляются существующие проблемы, а также предлагаются возможные пути их решения.В результате исследования предлагаются рекомендации и направления для совершенствования налоговой системы с учетом развития цифровых технологий.
Ключевые слова: цифровизация, налоговое право, система, налоговые процедуры, налоговое законодательство.

Цифровизация проникает во все сферы жизни, меняя способы взаимодействия людей, компаний и государств. В этом контексте налоговая система становится объектом особого внимания и анализа. Актуальность изучения проблем налоговой системы в условиях цифровизации обусловлена не только быстрым развитием технологий, но и их влиянием на экономические процессы, модели бизнеса и налогообложение. В данной работе рассматриваются основные аспекты воздействия цифровизации на налоговую систему, выявляются существующие проблемы и предлагаются пути их решения.

В эпоху цифровизации концепция налоговой системы как сборного множества налогов постепенно утрачивает свою актуальность. Этот процесс не случайный, а скорее следствие эволюции правового регулирования в сфере налогового администрирования. Оно стремится к унификации процессов исчисления, уплаты и взыскания налогов. Эта тенденция нашла свое отражение в новаторских изменениях налогового законодательства, в частности:

Внедрение единого налогового платежа, обеспечивающего возможность одновременной уплаты нескольких налогов, что существенно упрощает исполнение налоговых обязательств.

Введение специальных налоговых режимов, таких как налог на профессиональный доход, где плательщику предписывается уплата единого взноса вместо множества отдельных налогов.

Эти новеллы налогового законодательства стимулируют пересмотр традиционного подхода к налоговой системе, обращая внимание на необходимость упрощения и оптимизации налогообложения в условиях цифровой экономики.

Таким образом, ключевое значение с точки зрения конструирования современной налоговой системы имеют в большей степени налоговые процедуры и режимы. Это подчеркивает, что основное внимание при анализе налоговой системы следует уделять понятию налоговой обязанности, которая включает в себя широкий спектр обязательств частных лиц: от уплаты налогов и представления налоговой отчетности до проведения налогового учета и учета финансовых потоков, а также других обязательств, установленных в п. 1 ст. 23 НК РФ.

Изучение налоговой системы в контексте ее обязательств перед плательщиками приобретает особую актуальность в наше время, поскольку помимо оценки текущего состояния она позволяет анализировать динамику развития налоговых отношений. Это открывает возможность прогнозировать их эволюцию в будущем, особенно в свете внедрения новейших цифровых инноваций, таких как блокчейн, облачные вычисления, искусственный интеллект и т.д., и их потенциального влияния на налоговую среду[1].

Говоря о системе налогового права России еще в доцифровой период, И.А. Цинделиани называл ее традиционно формируемой в качестве пандектной или институциональной, ориентированной на структуру налогового законодательства и соответствующую ему налоговую систему [2].

Важно отметить, что процессы цифровизации и глобализации фактически активизировали научные дискуссии, связанные с рядом вопросов правового регулирования и изменениями в структуре налогового права и законодательства:

– Определение роли международного налогового права в общей системе права, включая его предмет и методы регулирования.
– Формирование научной концепции и правовых основ включения или исключения регулирования установления и сбора различных сборов и платежей в сферу налогового права.

– Выделение института налогового администрирования и изменение парадигмы налоговых отношений, связанных с осуществлением налогового контроля.
– Декодификация налогового законодательства, включая введение новых специальных налоговых режимов и экспериментальных правил вне Налогового кодекса РФ.
– Значительное увеличение объема подзаконного регулирования налоговых отношений, требующего их позитивации в налоговом законодательстве.

В течение долгого времени каждый вид налоговых отношений регулировался отдельным законом, а надзор в области налогообложения осуществлялся различными государственными органами. Тем не менее, события политической и экономической нестабильности 1990-х годов показали неэффективность такого подхода. Это обусловлено тем, что налоги в России представляют собой систему, где размер одного налога может существенно изменяться в зависимости от условий налогообложения, установленных законодателем в отношении других налогов.

Указанный подход направлен на организацию структуры налогового права в виде институтов в соответствии с положениями ст. 2 НК РФ, которая определяет различные виды отношений, регулируемых законодательством о налогах и сборах в России. Отмечается, что институционализация налогового права на основе строгой зависимости от структуры налогового законодательства фактически использует формальные критерии и оперирует концепцией юридического позитивизма. Однако в современной правовой науке позитивистские теории подвергаются критике, поскольку нормы могут устанавливаться не только в законодательных актах, но и в индивидуальных решениях, которые, основываясь на принципах равенства и справедливости, отражают условности применения соответствующих критериев[3].

Таким образом, сложно согласиться с авторами, утверждающими, что система налогового законодательства субъективна, поскольку зависит от воли законодателя, по своему усмотрению, определяющему предмет и содержание закона, а система налогового права представляет собой объективное явление. В ряде работ, посвященных теоретическим вопросам налогообложения и сборов, профессор А.В. Демин неоднократно отмечал этот факт. Соответственно, установление количества и видов институтов налогового права не может быть основано исключительно на тенденциях развития налогового законодательства и всегда будет носить относительный характер [4].

Прежде всего, принципиально важно отметить появление новых институтов налогового права, что обусловливает нестандартное структурирование соответствующей отрасли по сравнению с тем, которое традиционно предлагается в учебной литературе.

Процессы цифровизации экономики и изменения в нормативно-правовом регулировании, связанные с ними, дополнительно подтверждают данное утверждение. Например, в современных условиях появляются нормативные группы, содержание которых схоже с налоговыми, однако их принадлежность к конкретному институту налогового права не всегда однозначно определить. Новые институты налогового права часто не вписываются в существующую структуру, что, как отмечал Р.В. Климовский, затрудняет формирование последовательной и устойчивой системы и приводит к накоплению элементов (институтов) сослабыми внутренними и внешними связями [5].

Возникают многочисленные дискуссии в юридической литературе относительно правового регулирования налоговых обязанностей, связанных с расчетом и уплатой единого налогового платежа, и его места в системе налогового права. Например, А.Б. Красюков отмечает неоднозначность правового статуса единого налогового платежа и указывает на его основное предназначение: обеспечение механизма авансирования налогоплательщиком перед государством, при котором налогоплательщик выступает в роли налогового должника, а государство – налогового кредитора, что способствует упрощению процесса налогообложения [6].

Другим примером является неоднозначность правового статуса операторов электронных площадок, участвующих в исполнении обязанности налогоплательщиками-самозанятыми по уплате налога на профессиональный доход, введенного Федеральным законом от 27 ноября 2018 г. № 422-ФЗ «О проведении эксперимента по установлению специального налогового режима "Налог на профессиональный доход"». Во-первых, несмотря на участие указанных лиц в налоговых отношениях, положения о них не имплементированы в нормы НК РФ, регулирующие статус субъектов налогового права, и, во-вторых, их правовой статус (например, в качестве налогового агента или представителя налогоплательщика) на сегодняшний день не определен. Это означает, что в налоговом праве тем самым наметилась тенденция декодификации. Ключевые вопросы, связанные с исполнением налоговых обязанностей (в данном случае - вопрос о перечне налоговообязанных лиц) регулируются иным нормативным актом за пределами НК РФ[7].

Таким образом, с точки зрения институционального деления, ориентированного на структуру российского налогового законодательства, единый налоговый платеж можно отнести как к институту исчисления и уплаты налога, так и к институтам, в рамках которых осуществляется правовое регулирование налогообложения физических лиц, в отношении которых соответствующий платеж разрешен к использованию. Помимо этого, поскольку механизм единого налогового платежа предполагает возможность как уплаты налога в обычном порядке, так и погашения недоимки, сложность составляет его идентификация в структуре самого института налоговой обязанности.

Влияние цифровой трансформации не только приводит к изменениям в структуре налогового права, включая появление новых институтов и устранение устаревших положений, но и поднимает вопрос о поиске нового критерия для организации налогового права. С учетом изменений в налоговом законодательстве Российской Федерации, которые направлены на существенную перестройку налоговой обязанности как ключевого института налогового права, имеет смысл рассмотреть различные обязательства частных субъектов налоговых отношений в качестве основополагающего принципа для систематизации цифровой трансформации налогового права.

Список литературы:

1. Рябова Е. В. Налогообложение в контексте массовой роботизации и внедрения искусственного интеллекта / Е. В. Рябова // Вестник Университета имени О.Е. Кутафина (МГЮА). - 2021. - № 9 (85).
2. Цинделиани И. А. Система налогового права / И. А. Цинделиани // Государство и право. - 2013. - № 1. - С. 48-56.
3. Ершов В. В. Анализ интегративного правопонимания с общенаучных позиций / В. В. Ершов // Российское правосудие. - 2017. - № 5 (113). - С. 6-18.
4. Демин А. В. Налоговое право России : учеб. пособие / А. В. Демин. - Красноярск : РУМЦ ЮО, 2006. - 329 с.
5. Климовский Р. В. Системный подход и структура налогового права / Р. В. Климовский // Налоги и финансовое право. - 2012. - № 9. - С. 88-95.
6. Красюков А. В. Единый налоговый платеж физического лица: понятие и правовая природа / А. В. Кра-сюков // Налоги. - 2019. - № 3. - С. 8-10.
7. Лютова О. И. Операторы электронных площадок как участники налоговых отношений цифровой эпохи (на примере налога на профессиональный доход) / О. И. Лютова // Правоприменение. - 2020. - Т. 4, № 4. - С. 56-67.

УДК 347

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ДОГОВОРА КУПЛИ-ПРОДАЖИ С УСЛОВИЕМ ОБРАТНОГО ВЫКУПА

Кириченко Юрий Александрович
Панфилова Виктория Андреевна
студенты
Института Прокуратуры,
Саратовская государственная юридическая академия, г. Саратов

Аннотация. В настоящей статье автором исследуются актуальные проблемы договора купли-продажи с условием обратного выкупа: анализируются вопросы надлежащего исполнения данного договора, защищенности правового статуса каждой из сторон. В результате чего автор приходит к выводу о необходимости совершенствования законодательства.

Ключевые слова: гражданское право, договор купли-продажи, обратный выкуп, правовое положение сторон.

Одним из наиболее часто встречаемых на практике и наиболее разработанных в доктрине гражданского права договоров является купля-продажа, регламентированная главой 30 Гражданского Кодекса Российской Федерации (далее по тексту – ГК РФ) [2]. Подобное положение договора купли-продажи на современном российском рынке продаж обуславливает необходимость и важность рассмотрения его специфических характеристик, позволяющих обезопасить правовое положение сторон договора [5, с. 172].

Особый интерес представляет договор купли-продажи с условием обратного выкупа, который предусматривает соглашение сторон о предоставлении опциона на заключение договора. Благодаря подобному соглашению продавец через определенное время (или с наступлением некоторых обстоятельств) обладает правом выкупа некогда принадлежащего ему имущества или заключения договора купли-продажи с иным лицом на выкуп первоначального имущества у нового обладателя (покупателя). Подобная возможность закреплена в действующем российском гражданском законодательстве: ст. 429.2 ГК РФ [3].

Однако достаточно часто на практике случается следующее: покупатель по первоначальному договору купли-продажи обжалует действия продавца в судебном порядке, указывая на их незаконность ввиду того, что целью заключения такого договора было желание продавца «сэкономить» на содержании данного имущества у себя. Суды признают такой договор в качестве ничтожной сделки со всеми вытекающими из содержания ст. 167 ГК РФ последствиями. В результате чего оказывается, что права продавца практически полностью не защищены [6, с. 907].

Договор купли-продажи с условием обратного выкупа обладает и иными недостатками, к которым целесообразно относить:

- трудности в установлении точной остаточной стоимости имущества через несколько лет (требуется работа профессионального оценщика);
- перед продажей имущество должно быть тщательным образом проверено и составлен акт его состояния, что обеспечивает невозможность заявления в дальнейшем покупателем претензий касательно ненадлежащего состояние полученного имущества (а, следовательно, и уменьшение стоимости при его выкупе);
- необходимость несения значительных финансовых расходов на юридическое оформление договора с подобными неординарными условиями, на его надлежащую транспортировку и хранение при необходимости.

В результате чего фактически происходит ситуация, когда продавец в убыток себе заключает договоры купли-продажи с условием обратного выкупа имущества, реализация которого, заранее известно, не принесет ему дополнительного дохода. Напротив, могут возникнуть дополнительные налоговые обязательства или ухудшение его места, занимаемого на общем рынке труда.

Договор купли-продажи с условием обратного выкупа целесообразно рассматривать в качестве специфичной формы кредитования лиц: в замен обычной процедуры взятия кредита, лицо продает собственное имущество по одной цене, а в дальнейшем приобретает по более высокой цене (например, были проведены ремонтные работы имущества и повысилась эффективность его действия). Разница между данными ценами фактически является оплатой совершенного финансирования продавца покупателем.

Однако поскольку в результате заключения договора купли-продажи с условием обратного выкупа лицо теряет статус собственника имущества, подобный договор носит алеаторный характер. Это связано с тем, что условие об обратном выкупе имущества существует исключительно в договоре: ни один регистрирующий орган на сегодняшний день в собственных выписках не указывает, что в отношении имущества заключен договор с условием обратного выкупа, следовательно, никаких обременений официальные документы на данное имущество не фиксирует.

В результате чего, покупатель по первоначальному договору купли-продажи не ограничен правом на продажу такого имущества другим лицам. Действующее российское законодательство не предусматривает возможности первоначального продавца оспорить совершенную сделку или истребовать имущество от добросовестного покупателя. Единственным возможным на сегодняшний день способом защиты прав продавца является обращение в суд с иском о признании заключенного договора купли-продажи с условием обратного выкупа притворной сделкой, за которой, на самом деле, находится соглашение о залоге. Очевидно, что доказывание данного факта – достаточно затруднительный процесс.

Либо в договоре купли-продажи с условием обратного выкупа должно быть зафиксировано положение, предусматривающее обязанность покупателя, продавшего переданное ему имущество, возвратить продавцу разницу между ценой повторной продажи и ценой обратного выкупа [1].

Существующую в области практики применения законодательства в исследуемой области проблему осложняет и существующая сегодня нестабильная геополитическая ситуация на международной арене: иностранные лица, осуществляющие деятельность на территории Российской Федерации, всё чаще предусматривают возможность права обратного выкупа имущества, переданного в

собственность российского менеджера или иного доверенного лица. Имея право в любой момент выкупить принадлежащее ему имущество и прекратить осуществление деятельности на российской территории, иностранное лицо способно оказать негативное воздействие на экономическую систему России [4].

Исходя из всего вышеизложенного, нам представляется возможным констатировать следующее: несмотря на значимость договора купли-продажи для обеспечения надлежащего оборота имущества, на сегодняшний день существуют определенные проблемы, касающиеся некоторых его видов.

Прежде всего наиболее проблема практика разрешения споров, связанных с исполнением договора купли-продажи с условием обратного выкупа. Продавец по договору находится в крайне незащищенном состоянии, а цель заключения подобного договора в отдельных случаях не оправдывает затраченные на это средства.

Для разрешения указанных в настоящем исследовании проблем наиболее оптимальным, на наш взгляд, является комплексное внесение изменений в гражданское законодательство и разъяснение отдельных положений Верховным Судом Российской Федерации, что обеспечит наибольшую степень защиты правового положения сторон договора.

Список литературы:

1. Бычков А. Продажа с обратным выкупом. Как сохранить имущество // Договоры. – 2019. – № 5.
2. Гражданский кодекс Российской Федерации (часть вторая) от 26 января 1996 г. № 14-ФЗ (ред. от 24.07.2023) // Собрание законодательства РФ. – 1996. – № 5. – Ст. 410; 2023. – № 31 (Часть III). – Ст. 5765.
3. Гражданский кодекс Российской Федерации (часть первая) от 30 ноября 1994 г. № 51-ФЗ (ред. от 11.03.2024) // Собрание законодательства РФ. – 1994. – № 32. – Ст. 3301; 2024. – № 12. – Ст. 1572.
4. Кузнецова А., Лебец Е. Опционы на обратный выкуп: риски, новая регуляторная нагрузка, практические рекомендации // Корпоративное право. – 2023. – С.-.
5. Манько О. В., Мурадян А. А., Корнеев А. А. Актуальные проблемы договора купли-продажи будущей недвижимости // Международный научно-исследовательский журнал. – 2021. – № 7 (109). – С. 171-174.
6. Токов Н. А. Актуальные конструкции опционного договора // Экономика и социум. – 2019. – № 11 (66). – С. 905-910.

УДК 347

К ВОПРОСУ О ПОНЯТИИ СУДЕБНОГО ПРИМИРЕНИЯ

Упит Вера Александровна
студент факультета истории и права
Смоленский государственный университет, Смоленск

Аннотация. В настоящей статье анализируется понятие судебного примирения, проводится сравнение с примирительной процедурой с участием судебного примирителя. Подводя итог исследования, автор делает вывод о внесении изменений в российское законодательство для устранения терминологической неопределенности.

Ключевые слова: примирительные процедуры, судебное примирение, судебный примиритель

В российской правовой традиции истоки института примирения можно найти уже в источниках древнерусского права, однако идея судебного примирения сторон частноправовых споров впервые была закреплена в законодательстве в эпоху просвещенного абсолютизма императрицы Екатерины II под существенным влиянием философии и права европейских стран, получив дальнейшее развитие в период Судебной реформы второй половины XIX в.

Примирительная процедура в судебном деле не заменяет правосудие, а лишь способствует его эффективному отправлению. В октябре 2017 г. Пленумом Верховного Суда РФ была выражена инициатива закрепления в Гражданском процессуальном кодексе (далее – ГПК РФ) норм, регулирующих примирительные процедуры, в отдельной главе по аналогии с главой 15 Арбитражного процессуального кодекса (далее – АПК РФ) [1].

В 2019 г. общее понятие примирительных процедур в текст гл. 14.1 ГПК РФ законодателем включено не было. При этом нет общепринятого в теории и на практике определения примирительной процедуры.

Стороны, руководствуясь ч. 5 ст. 3 ГПК РФ[2], после обращения в суд вправе использовать примирительные процедуры, в частности, процедуры переговоров, медиации, примирительную процедуру с участием судебного примирителя (ст. 153.3 ГПК РФ). Тем не менее, однозначный ответ на вопрос о том, являются ли указанные примирительные процедуры судебными, положения действующего ГПК РФ не содержат, вместе с тем и в теории гражданского процессуального права не выработано единого понятия судебного примирения.

В качестве критерия разграничения примирительных процедур можно определить наличие процессуальных правоотношений, обязательным субъектом которых является суд и в соответствии с обозначенным критерием выделить: судебные и внесудебные[3].

Судебные примирительные процедуры – это примирительные процедуры, которые либо проводятся судьей (судом), в производстве которого находится дело, либо назначаются судьей (судом) и могут быть завершены судьей (судом) по собственному усмотрению в случаях объективной невозможности урегулирования спора.

Внесудебные примирительные процедуры – это примирительные процедуры, которые проводятся по инициативе сторон как до обращения в суд, так и в ходе возбужденного производства по делу, но без участия судьи (суда).

Федеральным законом от 26 июля 2019 г. № 197-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» в процессуальное законодательно интегрированы нормы, регулирующие ранее не известную отечественному праву примирительную процедуру с участием судебного примирителя.

По мнению Т.В. Сахновой,примирительная процедура с участием судебного примирителя (по терминологии ГПК РФ «процедура судебного примирения»), не является судебным примирением[4].

Исходя из вышеизложенного можно сделать вывод, что судебная примирительная процедура проводится судьей рассматривающим спор по существу,а функцию судебного примирителя в соответствии со ст. 153. 6 ГПК РФ может выполнять только судья, пребывающий в отставке и включенный в список судебных примирителей.

Следует сказать, что действующие судьи, рассматривающие гражданские дела в российских судах, не наделены полномочием лично проводить процедуру примирения, а также назначать для целей мирного урегулирования спора судей –примирителей. В связи с чем убедительным признается выводДягтеревой В.С., что судебное примирение, под которым понимается процедура судебного примирения, законодательством Российской Федерации не предусмотрено[3].

Представляется, что выбор законодателем наименования «судебное примирение» для обозначения данной процедуры не является верным и требует внесения изменений в российское законодательство для устранения терминологической неопределенности.

Список литературы:

1. Постановление Пленума Верховного Суда РФ от 3 октября 2017 г. № 30 «О внесении в Государственную Думу Федерального Собрания Российской Федерации проекта федерального закона «О внесении изменений в Гражданский процессуальный кодекс Российской Федерации, Арбитражный процессуальный кодекс Российской Федерации, Кодекс административного судопроизводства Российской Федерации и отдельные законодательные акты Российской Федерации» // СПС «КонсультантПлюс».
2. Гражданский процессуальный кодекс Российской Федерации от 14.11.2002 № 138-ФЗ(ред. от 06.04.2024, с изм. от 04.06.2024) // Собрание законодательства РФ.2002.№ 46. ст. 4532.
3. Дегтярева Виктория Сергеевна Примирительные процедуры в ГПК России и в ГПК Франции: диссертация ... кандидата юридических наук Москва, 2023. С.192
4. Сахнова Т.В. О процессуальных новеллах в законопроектах Верховного Суда РФ (октябрь 2017–январь 2018) //Вестник гражданского процесса. 2018. № 2. С. 289.

УДК 347.451

ПРОБЛЕМЫ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОЙ ТОРГОВЛИ ЧЕРЕЗ МАРКЕТПЛЕЙСЫ

Косников Камиль Юсефович
Щербаков Марк Никитич
студенты института прокуратуры
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Саратовская государственная юридическая академия», г. Саратов

Аннотация. В современном мире дистанционная торговля становится все более популярной, особенно через такие платформы, как маркетплейсы. Это не только удобно для потребителей, но и открывает новые возможности для предпринимателей. Однако с ростом такого вида торговли возникают новые проблемы и вызовы, связанные с защитой прав потребителей. В данной статье рассмотрены основные проблемы защиты прав потребителей при дистанционной торговле через маркетплейсы и возможные пути их решения.

Ключевые слова: маркетплейс, покупатель, продавец, защита прав потребителей.

С развитием интернет-технологий и электронной коммерции маркетплейсы стали значимым каналом розничной торговли. Платформы такие как Wildberries, Ozon,Lamodaи другие обеспечивают удобство и доступность приобретения товаров для потребителей. Однако, дистанционный характер сделок порождает новые вызовы для защиты прав потребителей, что требует адаптации и развития соответствующих правовых механизмов.

Прежде чем, переходить к раскрытию основных вопросов, необходимо определить термин «маркетплейс». В действующем законодательстве отсутствует определение этого понятия, и в целом оно не используется. Однако, преамбула Закона РФ от 07.02.1992 №2300-1 «О защите прав потребителей»(далее – Закон о защите прав потребителей) позволяет сделать вывод, что понятие «маркетплейс» соответствует понятию «владелец агрегатора». Владельцем же агрегатора считается юридическое лицо или индивидуальный предприниматель, который владеет программным обеспечением для компьютеров или мобильных устройств, или сайтом в интернете и предоставляет покупателям возможность ознакомиться с предложения других лиц (продавцов) о покупке товара или услуги [1].

Важно отметить, что онлайн-торговля существенно отличается от традиционной оффлайн-торговли: покупателю доступны только описание и фотографии товара, он может увидеть товар лично только после получения, а время заключения договора и получения товара существенно различается. Это часто приводит к несоответствию ожиданий покупателя как с процессом покупки, так и с самим товаром, что порождает конфликты, требующие юридического разрешения даже на уровне Верховного суда РФ.

В дополнение, следует отметить, что маркетплейс не выступает в роли продавца в традиционном смысле, а скорее выполняет функции посредника. Именно это делает основной характеристикой маркетплейса как площадки для торговли розничными товарами его промежуточное положение. Роль посредника маркетплейса проявляется через информационное, организационное и платежное содействие (включая функции платежного агрегатора)[2, с. 140].

Неполнота правового статуса маркетплейсов позволяет им избежать значительной части ответственности, которая обычно ложится на онлайн-площадки электронной коммерции. Невыполнение своих обязанностей часто остается безнаказанным для маркетплейсов, что подрывает доверие потребителей к розничному рынку товаров [3, с. 16].

Одной из проблем, с которой сталкиваются при рассмотрении споров, связанных с защитой прав потребителей при покупках на маркетплейсах, заключается в обеспечении права потребителя на получение достоверной информации об изготовителе и товаре. Согласно ст. 8 Закона «О защите прав потребителей», производитель должен предоставить полную и точную информацию о товаре и, по запросу потребителя, подтвердить свои полномочия, включая адрес (местоположение) продавца и место производства товара. Что касается маркетплейсов, продавец обязан передать агрегатору точные данные о себе. Таким образом, ответственность маркетплейса ограничивается проверкой достоверности информации, предоставленной продавцом.

Необходимо отметить, что покупатели не имеют возможности лично ознакомиться с товаром перед покупкой на маркетплейсах, что влечет за собой определенные риски при выборе продукции. В результате, часто возникают случаи, когда люди получают товары, отличающиеся по цвету, размеру или

даже являющиеся совершенно другими изделиями, что приводит к жалобам. Информация, которую получает потребитель на сайте или в приложении маркетплейса, не всегда соответствует фактическому товару, что является нарушением прав потребителей [4].

Гражданский кодекс Российской Федерации в ст. 1253.1 также устанавливает обязанность информационного посредника (маркетплейса) не только размещать достоверную информацию о продукции, но и осуществлять контроль за защитой прав на объекты интеллектуальной собственности. Однако, данная статья достаточно неопределенно формулирует условия ответственности информационных посредников, а именно: они не несут ответственности, если не инициировали публикацию информации, не вносили в неё изменений и не знали в добросовестности, что информация использует объекты интеллектуальных прав без разрешения [5]. Это приводит к противоречивым судебным практикам и может затруднять защиту прав потребителей на маркетплейсах, порождая путаницу и иногда делая невозможным соблюдение этих прав.

Анализируя судебную практику можно также прийти к выводу, что нынешние положения российского законодательства и внутренние регуляции маркетплейсов не накладывают на электронные торговые площадки обязанности подтверждать достоверность информации о продуктах. Также они не дают потребителю право выбирать, к кому обращаться с претензиями, если из-за неверной информации о товаре были нарушены его права. В настоящее время единственный доступный способ защиты прав потребителей, касающихся доступа к достоверной информации на маркетплейсе, — это подача заявления потребителем, столкнувшимся с нарушением своих прав, непосредственно продавцу, платформе или государственному органу. Законодательством России предупредительные меры защиты в этой сфере не предусмотрены.

Еще одна проблема, вытекающая из неоднозначного статуса маркетплейса, связана с возвратом купленного товара надлежащего качества. Согласно статье 26.1 Закона «О защите прав потребителей», у покупателя есть право вернуть товар без объяснения причин в течение семи дней после покупки. Однако из-за того, что покупатели зачастую обращаются к информационным агрегаторам, а не к продавцам напрямую, может возникнуть ситуация, когда семидневный срок истекает до начала процесса возврата. Возникает вопрос: если срок уже прошел, может ли покупатель все еще требовать возврат средств за качественный товар у продавца, если первоначальное обращение было к оператору агрегатора? И имеет ли продавец право отказать в таком требовании?К сожалению, законодательство пока не предоставляет ясного ответа на этот вопрос. При решении подобных споров следует опираться на общие принципы гражданского права и учитывать все обстоятельства конкретного случая[6, с. 264].

Обобщая все описанное, можно прийти к выводу, что защита прав потребителей в условиях дистанционной торговли через маркетплейсы требует комплексного подхода, включая изменения в законодательстве, стандартизацию процессов на платформах и повышение осведомленности потребителей. Только скоординированные усилия всех заинтересованных сторон могут привести к эффективной защите прав потребителей в цифровую эпоху.

Список литературы:

1. Закон РФ от 07.02.1992 N 2300-1 (ред. от 04.08.2023) "О защите прав потребителей"// Ведомости Съезда народных депутатов Российской Федерации и Верховного Совета Российской Федерации. 1992. № 15. Ст. 766.
2. Васильева, А. В. Проблема соблюдения прав потребителей в условиях дистанционной торговли через маркетплейсы / А. В. Васильева // Вестник Сибирского института бизнеса и информационных технологий. – 2024. – Т. 13, № 1. С. 139-145.
3. Головченко О.Н. Ответственность маркетплейсов за нарушение законодательства о защите прав потребителей // Правовое регулирование экономической деятельности. № 4. 2023. С. 13-20.
4. Агунькина, Я. П. Правовое регулирование защиты прав потребителей на маркетплейсах / Я. П. Агунькина, Н. А. Перетрухина. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2024. — № 13 (512). — С. 71-73. — URL: https://moluch.ru/archive/512/112436/ (дата обращения: 09.05.2024).
5. Гражданский кодекс Российской Федерации (часть четвертая) от 18.12.2006 N 230-ФЗ (ред. от 30.01.2024) // "Собрание законодательства РФ", 25.12.2006, N 52 (1 ч.), ст. 5496.
6. Галицына, Е. А. Некоторые проблемы применения статьи 26.1 Закона РФ «О защите прав потребителей» / Е. А. Галицына. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2023. — № 9 (456). — С. 251-255.

УДК 336.226.673

ПРАВОВОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ НАЛОГОВЫХ ПРОВЕРОК В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Косников Камиль Юсефович
Щербаков Марк Никитич
студенты института прокуратуры
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Саратовская государственная юридическая академия», г. Саратов

Аннотация. Актуальность статьи основана на социально-экономических изменениях, которые постоянно происходят в России и непосредственно влияют на развитие современного налогового законодательства в целом, а также на правовое регулирование процедур налоговых проверок. Основной темой статьи являются нормы налогового права, определяющие теоретико-правовые основы проведения налоговых проверок в Российской Федерации.

Ключевые слова: налоговый учет, налог, налогоплательщик, объект налогообложения, налоговый контроль.

В Налоговом кодексе особое внимание уделяется нормам, посвященным налоговому контролю и органам, ответственным за его осуществление. Такое внимание со стороны законодателя обусловлено важностью работы контролирующих органов в области налогообложения. В настоящее время количество налогоплательщиков, стремящихся незаконно уклониться от уплаты налогов, остается высоким. Налоговый контроль призван преодолеть сложившуюся ситуацию.

Наиболее важным видом налогового контроля является налоговая проверка. Именно в ходе налоговых проверок производится перерасчет налоговых платежей, начисление пеней и штрафов.

В соответствии с пунктом 1 статьи 82 Налогового кодекса Российской Федерации, налоговый контроль определяется как деятельность уполномоченных органов по контролю за соблюдением налогоплательщиками, налоговыми агентами и плательщиками сборов законодательства о налогах и сборах в установленном порядке.

В соответствии с законодательством, в частности статьей 89 Налогового кодекса Российской Федерации, предусмотрены выездные налоговые проверки. Основная суть выездной налоговой проверки заключается в проверке правильности и своевременности уплаты одного или нескольких налогов на территории или в помещении налогоплательщика по решению руководителя или заместителя руководителя налогового органа на основе анализа документов, цифровой информации и материальных носителей информации о финансово-хозяйственной деятельности налогоплательщика. Если налогоплательщик не может предоставить помещение для проведения проверки, выездная налоговая проверка проводится по месту нахождения налогового органа.

Проверка налогоплательщика в форме выездной проверки длится два месяца. Выездные налоговые проверки характеризуются более высокой результативностью. Например, в среднем по России в период с 2015 по 2020 год удельный вес проверок, выявивших нарушения налогового законодательства, составил 99 %, в то время как успешность камеральных проверок за тот же период составила 5–6 %.

Для данного вида проверки существуют определенные цели, которые достигаются через решение следующих задач [4, с. 19]:

1. Проведение всестороннего анализа обстоятельств финансово-хозяйственной деятельности налогоплательщика;
2. Выявление искажений и несоответствий в документах, бухгалтерском учете и отчетности;
3. Формирование доказательной базы по фактам нарушений и обеспечение документального подтверждения выявленных нарушений;
4. Проведение контрольных мероприятий для получения фактов и документального подтверждения нарушения налогового законодательства;
5. Перерасчет существующих налогов и сборов, не уплаченных налогоплательщиком;
6. Формирование предложений по устранению выявленных нарушений и привлечению налогоплательщика к ответственности за допущенные нарушения налогового законодательства.

Основнымисроками выездной проверки, которые требуется строго соблюдать, включают в себя: период проверки, количество проверок за календарный год, срок проведения проверки и даты начала и окончания проверки.

Существует порядок оформления результатов выездной налоговой проверки, он состоит из нескольких этапов[3, с. 183].

1-й этап - составляется справка о проделанной работе впоследний день проверки (п.15 ст. 89 Налогового кодекса РФ)

2-й этап - составляется акт налоговой проверки в течение 2- х месяцев со дня составления справки (п.1 ст. 100Налогового кодекса РФ)

3-й этап-налогоплательщик направляет в налоговый орган имеющиеся возражения в течение месяца со дня получения акта (п.6 ст. 100Налогового кодекса РФ)

4-й этапрассмотрение результатов проверки и вынесение решения в течение 10-ти дней со дня истечения срока подачи возражений (п.1 ст. 101 Налогового кодекса РФ)

Кроме выездной налоговой проверки, существует также камеральная проверка.

Камеральная проверка представляет собой вид налогового контроля за соблюдением налогоплательщиками, налоговыми агентами, плательщиками сборов и взносов налогового законодательства.

Основная цель камеральной налоговой проверки заключается в обеспечении соблюдения налогоплательщиками и налоговыми агентами законодательства о налогах и сборах. Нормы данного вида налоговой проверки регулируются статьей 88 Налогового кодекса Российской Федерации.

Основной особенностью камеральной проверки является охват всех налогоплательщиков. Камеральные налоговые проверки могут рассматриваться как инструмент создания информационной базы данных о финансово-хозяйственной деятельности экономических субъектов в налоговом органе, которая послужит основой для планирования проведения выездных налоговых проверок. Во время проведения камеральной налоговой проверки осуществляется сверка и анализ согласованности показателей, отраженных в бухгалтерской (финансовой) отчетности и в налоговых расчетах для контроля достоверности отдельных показателей[5, с. 166].

Абсолютно все декларации всех налогоплательщиков за каждый отчетный и налоговый период, включая авансовые расчеты по отчетным периодам, подвергаются камеральным налоговым проверкам. Во время проведения такой проверки налоговый инспектор имеет право требовать представление документов у предприятий и организаций, применяющих налоговые льготы, для подтверждения права налогоплательщиков на эти льготы. Основная цель камеральной проверки заключается в выявлении ошибок, допущенных при заполнении налоговых деклараций, а также в выявлении противоречий между информацией, содержащейся в представленных документах.

Согласно статье 101 Налогового кодекса Российской Федерации, после проведения налоговой проверки происходит процесс вынесения решений по результатам рассмотрения материалов налоговой проверки и их вступления в силу. В процессе рассмотрения материалов налоговой проверки может быть представлен акт налоговой проверки, а при необходимости и другие материалы мероприятий налогового контроля, а также письменные возражения лица, в отношении которого проводилась проверка. Отсутствие письменных возражений не лишает это лицо (его представителя) права давать свои объяснения на стадии рассмотрения материалов налоговой проверки.

Подробно анализируются представленные доказательства в ходе рассмотрения материалов налоговой проверки, включая документы, ранее запрошенные у лица, в отношении которого проводилась проверка, а также документы, представленные в налоговые органы при проведении камеральных или выездных налоговых проверок данного лица, и другие документы, имеющиеся у налогового органа. Недопустимо использование доказательств, полученных с нарушением налогового кодекса. Если документы (информация) о деятельности налогоплательщика были представлены налоговому органу с нарушением установленных налоговым кодексом сроков, то полученные налоговым органом документы (информация) не считаются полученными с нарушением налогового кодекса. В процессе рассмотрения может быть принято решение о привлечении к участию в этом рассмотрении свидетеля, эксперта или специалиста, если это необходимо.

Таким образом, эти виды проверок направлены на проверку корректности расчета и уплаты налогов (и, следовательно, возможность наложения штрафов за их неуплату), и между ними существуют значительные различия.

Выездная и камеральная налоговые проверки представляют собой одну из форм налогового контроля, при этом каждая из них имеет свои особенности и правила проведения.

Список литературы:

1. Конституция Российской Федерации. Принята Всенародным голосованием 12 декабря 1993 г. (с учетом поправок, внесенных законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 No 6-ФКЗ, от 30.12.2008 No 7-ФКЗ, от 05.02.2014 No 2-ФКЗ, от 21.07.2014 No 11-ФКЗ, от 14.03.2020 No 1-ФКЗ) // Собрание законодательства Российской Федерации. - 2014. – No 31. – Ст. 4398;
2. Налоговый кодекс Российской Федерации (часть первая) от 31.07.1998 N 146-ФЗ (ред. от 28.06.2022) (с изм. и доп., вступ. в силу с 22.04.2024 г.);
3. Смирнова, В. Б. Правовое регулирование осуществления налоговых проверок в Российской Федерации / В. Б. Смирнова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2022. — № 42 (437). — С. 181-184(дата обращения: 22.05.2024).
4. Безверхая В. В. Налоговый контроль в современных условиях развития налоговой системы // Экономика и политика. - 2014. - No 1. - С. 18-21;
5. Галишникова Е. В. Роль и место налогового контроля в системе государственного финансового контроля // Контентус. - 2015. - No 6. - С. 165-172.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ ПРИ ПРОСМОТРЕ ЗРЕЛИЩНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Алескерова Анастасия Алиевна
студент
Лобанова Альфия Талгатовна
старший преподаватель кафедры «Физическое воспитание и спорт»
Самарский государственный технический университет, г. Самара

Аннотация. В статье рассматривается использование современных технических средств при просмотре зрелищных мероприятий. Также исследуется влияние технологий виртуальной реальности, дополненной реальности и искусственного интеллекта на восприятие зрителями спортивных состязаний, концертов и других массовых событий. В статье приводятся примеры конкретных приложений и устройств, которые улучшают впечатления зрителей и создают более интерактивный и захватывающий опыт.
Ключевые слова: технологий виртуальной реальности, искусственного интеллекта, спецэффекты, VR и AR, видеоролики, анимации, фоны, мероприятия

История развития технических средств на зрелищных мероприятиях началась задолго до наших дней. С развитием технического прогресса и изобретением электричества в XIX веке, появились новые возможности для создания зрелищных эффектов. В театрах и цирках начали использовать электрические осветительные приборы, механические устройства для перемещения декораций, а также звуковое оборудование.

Мир развивается беспрецедентными темпами, и технологии находятся на переднем крае этой революции. Виртуальная реальность (VR) и дополненная реальность (AR) — две такие технологии, которые покорили мир. Они предлагают уникальный способ насладиться спортом, как никогда раньше, революционизирующее впечатления от просмотра спортивных состязаний.

VR и AR обеспечивают захватывающий опыт, позволяя фанатам почувствовать, что они находятся прямо в центре событий. Эта технология позволяет транспортировать болельщиков в любую часть стадиона, от трибун до поля. Гарнитуры виртуальной реальности позволяют болельщикам наблюдать за игрой под разными углами и ракурсами, обеспечивая обзор стадиона на 360 градусов. Ощущение присутствия в игре, не находясь там на самом деле, беспрецедентно и совершенно сюрреалистично.

Несколько спортивных команд, лиг и телекомпаний использовали технологии VR и AR, чтобы повысить вовлеченность болельщиков и подарить им незабываемые впечатления. Например, НБА заключила партнерское соглашение с NextVR, чтобы предоставить VR-доступ к своим играм. Болельщики с гарнитурой VR могут смотреть матчи в прямом эфире с мест у корта, что дает им возможность видеть игру в первом ряду. Аналогичным образом, НФЛ объединилась с Intel, чтобы предлагать основные моменты и повторы в 3D с использованием технологии True View. Болельщики могут увидеть происходящее с разных точек зрения, в том числе с точки зрения защитника.

На современных зрелищных мероприятиях широко используются разнообразные технологии и устройства для создания незабываемых впечатлений у зрителей. Некоторые из них включают в себя:

1. *LED-экраны и проекции*: Большие LED-экраны и высококачественные проекции используются для отображения видеороликов, анимации, фонов и спецэффектов
2. *Звуковое оборудование:* Мощные звуковые системы обеспечивают четкое и мощное звучание, создавая эффект погружения для зрителей. Примеры: Акустические системы, микрофоны, микшеры, процессоры звука, аудиоаппаратура
3. *Световое оборудование:* Продвинутые световые системы с динамическими эффектами и возможностью программирования позволяют создавать удивительные световые шоу. Примеры: Прожекторы, спецэффекты, светодиодные экраны, осветительные пульты.
4. *Интерактивные технологии:* Виртуальная и дополненная реальность, интерактивные инсталляции и приложения позволяют зрителям более глубоко погрузиться в событие и стать его частью. Примеры: Экраны с сенсорным управлением, интерактивные аудиовизуальные инсталляции

Таким образом, использование современных технических средств на зрелищных мероприятиях не только обогащает качество самого мероприятия, но и открывает новые возможности для творческих и креативных подходов к его организации.

Список литературы:

1. https://www.dhgate.com/ru/blog/how-technology-is-enhancing-the-fans-stands-experience-for-sports-fans-c/
2. https://issek.hse.ru/news/484743102.html
3. https://cowasport.com/blog/budushee-sportivnogo-veshaniya
4. https://news.rambler.ru/tech/52718022-polnoe-pogruzhenie-i-bezgranichnye-vozmozhnosti-kakim-stanet-televidenie-buduschego/
5. https://www.internet-design.ru/blog/sport_digitalization_trends2023/

УДК 373.2

МАТЕМАТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Бутова Нина Ивановна
воспитатель
МБДОУ г. Иркутска детский сад № 129, г. Иркутск

Аннотация. В статье рассказывается о математическом развитии детей в дошкольном возрасте, писаны задачи по формированию элементарных математических знаний.

Ключевые слова: математика, математическое развитие, способности, дошкольник.

Проблема обучения математике в современной жизни приобретает все большее значение. Это объясняется, прежде всего, бурным развитием математической науки и проникновением ее в различные области знаний.

В настоящее время предъявляются высокие требования к системе воспитания и образования детей. Успехи в школьном обучении во многом зависят от качества знаний и умений, сформированных в дошкольные годы, от уровня развития познавательных интересов и познавательной активности ребенка.

В нынешнем современном обществе одним из требований к дошкольному воспитанию является получение детьми математических знаний и элементарных представлений в детском саду. Имеющиеся методики и средства формирования элементарных математических представлений разработаны специально по возрастным категориям с учётом постепенного развития у дошкольников навыков и способностей в данном направлении. Математика является самостоятельным образовательным предметом и рассчитана на развитие интеллектуальных способностей в зависимости от природного потенциала дошкольников.

Роль математики в развитии элементарных представлений у дошкольников очень велика. В процессе занятий у ребёнка развиваются и формируются познавательные и личностные способности.

Если ребёнок не достиг того возраста, в котором он способен понять математические процессы, то занятия не будут играть ни какой роли для его сознания. Возможности ребёнка определяются его психологией. В современный мир всё чаще входят в программы обучения дошкольников инновационные методы и средства.

Способности каждого ребёнка зависят от его индивидуально-психологических особенностей. Математические способности не могут быть врождёнными, так как врождённые бывают только анатомически-физиологические особенности человека. Математические – это специальный вид способностей, они зависят от интегрального качества ума и развиваются в процессе математической деятельности.

Ещё в раннем детстве малыши сталкиваются с предметами, различающимися по форме, цвету и количеству. В этом возрасте начинают формироваться основные элементарные представления и способности ребенка. Первые игрушки напоминают геометрические фигуры: кубики, конструкторы, пирамидки. Родители учат детей называть формы игрушек их величину, количество.

Формированию у ребенка математических представлений способствует использование разнообразных дидактических игр. В игре ребенок приобретает новые знания, умения, навыки. Игры, способствующие развитию восприятия, внимания, памяти, мышления, развитию творческих способностей, направлены на умственное развитие дошкольника в целом.

Через игровую деятельность формируются способности различать разные свойства и особенности предметов. У малыша формируется первое понятие о математике, хотя он об этом пока ещё не знает и не осознает. Сознание ребёнка в раннем детстве хаотичное. Родители учат детей сопоставлять, группировать предметы, называть их своими именами.

Доказано, что ознакомление детей с разными видами математической деятельности в процессе целенаправленного обучения ориентирует их на понимание связей и отношений. Формирование начальных математических знаний и умений у детей дошкольного возраста должно осуществляться так, чтобы обучение давало не только непосредственный практический результат (навыки счета, выполнение элементарных математических операций), но и широкий развивающий эффект.

Под математическим развитием дошкольников, как правило, понимают качественные изменения в формах познавательной активности ребенка, которые происходят в результате формирования элементарных математических представлений и связанных с ними логических операций. Математическое развитие - значимый компонент в формировании «картины мира» ребенка.

Анализ научных исследований (А.М. Леушина, Н.И. Непомнящая, А.А. Столяр и др.), педагогического опыта убеждает в том, что рационально организованное обучение дошкольников математике обеспечивает общее умственное развитие детей.

В последние годы в практику введено такое понятие как предматематическая подготовка. Подготовка ребёнка и его познавательного мира к математическому образу мышления. Разнообразные способы формирования познавательной сферы позволяют подготовить ребёнка к изучению предмета – математики. При организации занятий происходит воздействие на наглядное и логическое мышление, память, творческое воображение, восприятие, произвольное внимание дошкольника.

Дети в дошкольном возрасте наблюдают и подражают взрослым, они наблюдают за каждым действием и внимательно слушают, что говорит воспитатель и это важное свойство. Детей надо учить самостоятельно действовать, показывать и рассказывать о своих действиях. Дошкольников надо побуждать к тому, чтобы они повторяли за воспитателем о свойствах и качествах предметов. Игры с детьми должны содержать в себе математические действия.

В связи с развитием у детей познавательных интересов, умений проявлять волевые усилия в процессе решения математических задач - занятия по математике приобретают особое значение.

Как правило, учебные задачи на занятиях решаются в сочетании с воспитательными. Так, воспитатель учит детей быть организованными, самостоятельными, внимательно слушать, выполнять работу качественно и в срок. Это дисциплинирует детей, способствует формированию у них целе-направленности, организованности, ответственности. Таким образом, обучение детей математике с раннего возраста обеспечивает их всестороннее развитие.

Дети приобретают элементарные знания о множестве, числе, величине и форме предметов, учатся ориентироваться во времени и пространстве. Они овладевают счетом и измерениями линейных и объемных объектов с помощью условных и общепринятых мер, устанавливают количественные отношения между величинами, целым и частями.

Среди задач по формированию элементарных математических знаний и последующего математического развития детей следует выделить главные, а именно:

- приобретение знаний о множестве, числе, величине, форме, пространстве и времени как основах математического развития;
- формирование широкой начальной ориентации в количественных, пространственных и временных отношениях окружающей действительности;
- формирование навыков и умений в счете, вычислениях, измерении, моделировании, общеучебных умений;
- овладение математической терминологией;
- развитие познавательных интересов и способностей, логического мышления, общее интеллектуальное развитие ребенка.

Данные задачи чаще всего решаются воспитателем одновременно на каждом занятии по математике, а также в процессе организации разных видов самостоятельной детской деятельности. Многочисленные психолого-педагогические исследования и передовой педагогический опыт работы в дошкольных учреждениях показывают, что только правильно организованная детская деятельность и систематическое обучение обеспечивают своевременное математическое развитие дошкольника.

В процессе систематического обучения математике дети овладевают специальной терминологией — названиями чисел, геометрических фигур (круг, квадрат, треугольник, ромб и др.), элементов фигур (сторона, вершина, основание) и т. п.

Одновременно дошкольников учат сравнивать предметы по величине (размеру) и результаты сравнения обозначать соответствующими словами-понятиями («больше — меньше», «узкий — широкий» и др.), строить ряды предметов по их размеру в порядке возрастания или уменьшения (большой, маленький, еще меньше, самый маленький). Однако, для того чтобы ребенок усвоил эти понятая, необходимо сформировать у него конкретные представления, научить его сравнивать предметы между собой сначала непосредственно — накладыванием, а потом опосредованно — с помощью измерения.

Главной задачей математического развития детей в детском саду является обучение счету. Основными способами при этом являются накладывание и прикладывание, овладение которыми предвосхищает обучение счету с помощью слов-числительных. На занятиях по математике в детском саду формируются простейшие виды практической и умственной деятельности детей. На основе практических действий у детей формируются такие мыслительные операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение. Воспитатель должен ориентироваться в оценке результатов своей работы прежде всего на эти показатели, на то, как дети умеют сравнивать, анализировать, обобщать, делать выводы.

Таким образом, родители и педагоги знают, что математика - это мощный фактор интеллектуального развития ребенка, формирования его познавательных и творческих способностей. Самое главное привить ребенку интерес к познанию. Для этого занятия должны проходить в увлекательной игровой форме. Благодаря играм удаётся сконцентрировать внимание и привлечь интерес даже у самых несобранных детей дошкольного возраста. В начале их увлекают только игровые действия, а затем и то, чему учит та или иная игра. Постепенно у детей пробуждается интерес и к самому предмету обучения. В игровой форме прививание ребенку знания из области математики, развитие памяти, мышления, творческих способностей способствуют общему математическому развитию детей дошкольного возраста. В процессе игры дети усваивают сложные математические понятия, учатся считать, читать и писать, а в развитии этих навыков ребенку помогают близкие люди - его родители и педагог.

Список литературы:

1. Ерофеева Т.И. и др. Математика для дошкольников. Кн. Для воспитателя детского сада. / Т.И. Ерофеева, Л.Н. Павлова, В.П. Новикова. – М.: Просвещение, 1992.-191с.
2. Леушина А.М. Формирование элементарных математических представлений у детей дошкольного возраста. Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по специальности «Дошкольная педагогика и психология». - М.: Просвещение, 1979.-368с.
3. Непомнящая Н. Формирование математических представлений у дошкольников.// Дошкольное воспитание.1971.№ 4.
4. ТарунтаеваТ.В. Развитие элементарных математических представлений у дошкольников.- 2-ое изд., испр. – М.: Просвещение, 1980. –64с.
5. Щербакова Е.И. Методика обучения математике в детском саду: Учеб. пособие для студ. дошк. отд-ий и фак. сред. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 1988. – 272с.
6. Метлина Л.С. Математика в детском саду: Пособие для воспитателя детского сада. – 2-е изд., перераб.-М.: Просвещение, 1984. – 256с.

УДК 5527

ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗАНЯТИЙ С МЯЧОМ НА ПОДДЕРЖАНИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ СТУДЕНТА

Дементьева Ульяна Андреевна
3-Теплоэнергетический факультет (ТЭФ)-21ТЭФ-112
Соколова Екатерина Владимировна
старший преподаватель кафедры "Физическое воспитание и спорт"
Самарский государственный технический университет, г. Самара

Аннотация. Мяч - один из самых расспространённых инструментов для поддержания общего состояния, в рамках которого решаются вопросы улучшения выносливости, силы и улучшения физического состояния. В статье проведено исследование эффективности занятий с мячом на поддержание выносливости студента. Данное исследование в дальнейшем может быть применено в качестве рекомендаций для увеличения интереса к упражнениям с мячом.
Ключевые слова: мяч, фитбол, выносливость, студенты, спорт**,** здоровье**.**

В настоящее время преобладает много факторов, которые негативно сказываются на ментальном и физическом здоровье человека. Цель данного исследования- выявить эффективность занятий с мячом на поддержание выносливости студентов. В рамках этого поставлены такие задачи, как: раскрыть понятие и сущность упражнения с мячом, выделить его особенности и достоинства, выяснить, какой эффект мяч может оказать на развитие выносливости у студентов система тренировок с мячом (фитбол) была разработана еще в начале 19 века Сьюзен Кляйнфогельбах и получила большое распространение в развитых странах. Сьюзен Кляйнфогельбах, как основатель этого направления, большое внимание уделяла спорту, физической культуре и в особенности осознанности и контроле вовремя своих тренировок. В первую очередь, спорт для неё был средством оздоровления, развития физических качеств и инструментом на путь к здоровому, стройному и функциональному телу.

На тот момент, для мира было в новинку применять упражнения, которые требуют тщательного контроля над дыханием, положением тела в пространстве и другими нюансами. Именно такие нюансы и делают упражнения с мячом одной из самых эффективных спортивных тренировок в мире.

Итак, фитбол - это система повторяющихся упражнений, выполняемых на коврике для йоги или другом оборудовании для развития силы, устойчивости и координации. Упражнения с мячом развивают тело посредством мышечных усилий, которые прикладывает тело для сохранения баланса, стабильности и контроля[1].

В основе этой системы заложены следующие упражнения:

Упражнение 1. И.п.: стойка ноги вместе, мяч в руках внизу. 1 – мяч к груди; 2 – поднять мяч вверх, потянуться – вдох; 3 – мяч к груди; 4 – и.п., выдох. Выпрямляя руки вверх, смотреть на мяч. В дальнейшем упражнение можно выполнять с поворотом туловища поочередно влево и вправо.

Упражнение 2. И.п.: «Переложи мяч». И.п.: ноги врозь, мяч на полу сбоку (слева или справа). 1 – наклон вперед вправо (влево), взять мяч; 2 – выпрямиться, мяч в руках; 3 – наклон влево (вправо), положить мяч на пол; 4 – вернуться в и.п. Наклон выполнять с предварительным поворотом туловища, ноги прямые, пятки от пола не отрывать. При наклоне – выдох, при выпрямлении – вдох.

Упражнение 3. И.п.: упор на коленях, грудью касаться мяча. 1–2 – потянуться вверх, мяч над головой, прогнуться, голову назад – вдох; 3–4 – и.п., выдох.

Упражнение 4. И.п.: сидя на полу, мяч зажат между стопами. 1–2 – сгибая колени, прижать мяч ближе к ягодицам; 3–4 – вернуться в и.п. Упражнение выполняется только за счет движения ног, туловище остается прямым, руки в упоре не сгибать. Дыхание равномерное.

Упражнение 5. И.п.: стойка произвольная, мяч в руках внизу. 1 – подбросить мяч вверх; 2 – и.п.. Бросок выполнять строго вертикально. Для этого необходимо, подбрасывая мяч, выпускать его из рук в верхней точке (как бы тянуться за ним). Встречать мяч при лове надо также вверху, смягчая прием быстрым движением рук вниз. Дыхание произвольное.

Упражнение 6. И.п.: лежа на груди, мяч перед собой на полу. 1–2 – сгибая руки, отвести мяч за голову, поднимая плечи, прогнуться – выдох; 3–4 – и.п., вдох. Поднимая голову и плечи, ноги от пола не отрывать.

Упражнение 7. И.п.: руки на поясе, мяч на полу справа (слева). Прыжки на двух ногах вокруг мяча.

Упражнение 8. Мягкие прыжки на носках, сохраняя определенный темп. Прыгать можно по кругу, поочередно левым и правым боком к мячу по часовой стрелке и против нее, лицом в одном направлении. Дыхание равномерное. После прыжков перейти на ходьбу.

В основе практики лежит полный контроль и осознанность: человек, полностью концентрируется на своем теле, движениях, учится управлять координацией.

Упражнения с мячом основаны на физиологическом механизме сохранения равновесия, лимфатическим и венозным оттоком, а так же коррекции различных деформаций опорно-двигательной системы.

Помимо этих аспектов, упражнения также включают в себя идею координации, которая больше говорит о том, как мышечная и фасциальная системы работают вместе, создавая эффективное движение[4].

Применяя комплексный подход ко всему телу для улучшения силы, гибкости, выносливости и физической формы, упражнения с мячом являются идеальными дополнениями к силовым тренировкам, реабилитации или восстановительным упражнениям. Спортсмены используют такие системы тренировок для улучшения мобильности, ловкости и общей производительности.

В тренировках с мячом не так много внимания уделяется подходам и повторениям. Речь идет о достижении функциональных движений – движений, которые помогают нам в повседневной деятельности – и эффективном использовании тела. В большинстве случаев речь идет не только о том, что мы делаем, но и о том, почему мы это делаем.

С практикой можно научиться использовать основные мышцы в любом виде спорта

Упражнения способствует улучшению следующих показателей:

Выносливости: благодаря задействованию мышц она позволяет выполнять действия под нагрузкой долгое время Кординации: с помощью этого процесса происходит формирование двигательного навыка в том числе овладение инерционными.

Стабильность: когда позвоночник поддерживается корпусом, кости могут смещаться в идеальное положение, обеспечивая стабильность тела. Упражнения с мчом развивают мышцы, окружающие суставы, улучшая баланс и осанку[3].

Помимо названных качеств, упражнения с мячом также увеличивает энергию и способствует снижению веса. Независимо от уровня подготовленности, занимающийся получает пользу от движения своего тела с формой, функциональностью и грацией.

Ход исследования

В рамках данного исследования, следует обозначить эффективность упражнения с мячом на поддержание выносливости студента.

Как правило, студенты проводят большое время за учебой, пренебрегают режимами сна отдыха и основами правильного питания. Теряясь в потоке информации, молодые люди могут перестать обращать внимание на сигналы тела, понимать свои потребности и все больше усугублять состояние свое нервной и физиологической системы.

На протяжении 6 месяцев в рамках занятий по ЭКФКиС я занималась с мячом в Спортивном комплексе «Заря» по 3 дня в неделю (тренировка длилась по 60 минут). Упражнения с мячом могут выполняться в разных исходных положениях. В начале проведения исследования я зафиксировала свои исходные параметры. В исходном положении испытуемый сидит на мяче, ноги в положении 90 градусов, руки в замке за головой, спина ровная. Из этого положения испытуемый выполняет предельный прогиб назад, зачем вперед выполняя скручивание в обе стороны, держа руки и ноги в исходном положении.

Мои исходные параметры: при росте 168 см. Ширина талии 69 см.

Спустя пол года занятий с мячом мои параметры улучшились: ширина талии составила 65 см.

Таким образом, упражнения с мячом являют эффективным средством для поддержания выносливости, координации и физического здоровья для студентов. Данная практика не только увеличивает подвижность в суставах, учутшает лифатический отток, но и укрепляет корпус, что способствует формированию сильного и функционального тела со здоровой осанкой. Также, оно устраняет заболевания такие как, остеохондроз, сколеоз и др. Студенты могут получить максимальную пользу от этих упражнений.

Список литературы:

1. Н. В Орлова, Н. И. Козлова, Г. К. Бажанова . Фитбол как средство сохранения здоровья и долголетия . Брест БрГТУ 2013

2. Оздоровительная гимнастика с фитболом: учеб.-метод. пособие / Ю.М. Прохоров, Е.И. Мартынова. - Витебск : ВГАВМ, 2020. - 36 с.
3. Ирина Тихомирова «Фитнес для ленивых: фитбол дома» - Невский пр.,2004.
4. Николай Лавров «Искусство фитбола для всей семьи» - Фиоикс, 2005г.
5. Бурбо Люси «Фитбол за 10 мин. в день» - Финикс, 2005г.
6. Ирина Смирнова «Йога на фитболе» - Вектор, 2008г.
7. Ирина Тихомирова « Йога на фитболе» - Невский пр.,2005г.

УДК 5527

ВЛИЯНИЕ СТРЕТЧИНГА НА ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТА

Соколова Екатерина Владимировна
старший преподаватель кафедры «Физическое воспитание и спорт»
Игнатова Евгения Сергеевна
студент
Самарский Государственный Технический Университет, г. Самара

Аннотация. В данной статье рассматриваются особенности влияния стретчинга на функциональное состояние человека. В ней сравниваются различные виды растяжки, которые оказывают разное воздействие на группы мышц и систему организма в целом. Утверждается, что растяжка помогает достичь гибкости, свободы движений, минимизировать риск повреждения мышц во время тренировок и постепенно исправить осанку. Кроме того, даются рекомендации по выбору упражнений, которые не навредят организму при длительных занятиях. Эффект от растяжки можно заметить через 2-3 недели после начала тренировок.

Ключевые слова: стретчинг, комплекс упражнений, гибкость, силовые показатели, мышцы, напряжение.

Стретчинг представляет собой разновидность упражнений физической подготовки, цель которых - улучшение растяжимости организма, увеличение гибкости мышц и обеспечение лучшей мобильности суставов. Занятия, нацеленные на регулярное растягивание, способствуют улучшению общего физического здоровья участников, положительно влияют на их телесные характеристики, стимулируют циркуляцию крови в мышечной ткани, укрепляют сердечно-сосудистую, нервную и дыхательную системы, а также благотворно влияют на функционирование желудочно-кишечного тракта и активность мозговой коры.

Основной целью стретчинга является мягкое расширение и последующее укрепление мускулатуры, расположенной по всему телу. Выполнение стретчинга способствует повышению упругости мышечных волокон, улучшению их кровоснабжения и обогащению питательными веществами, оптимизации метаболических процессов, что создает оптимальные условия для роста мышечной массы и снижает жировые отложения. Дополнительно, стретчинг способствует повышению гибкости тела, снижает вероятность травмирования во время физических нагрузок и положительно влияет на исправление осанки [5].

Занятия по стретчингу могут классифицироваться как активные, пассивные и комбинированные, причем они могут проводиться в динамичной, статической или комплексной статодинамической форме. Развивая активную гибкость, спортсмены могут улучшать качество выполнения упражнений, как с применением дополнительных отягощений, так и используя вес собственного тела. К такому типу упражнений относятся разнообразные махи конечностями и ритмичные движения в суставах с регулярными повторениями. Растяжка с применением тяжестей способствует увеличению пассивной гибкости. Наиболее эффективными для развития пассивной гибкости оказываются упражнения с циклическим увеличением амплитуды движений при сниженной активности мышц. Развитие пассивной гибкости обычно происходит быстрее, чем активной. Если цель состоит в увеличении гибкости, то тренировки должны проводиться каждый день. Чтобы поддерживать уже достигнутый уровень гибкости, количество занятий можно сократить до 2-3 в неделю.

Сочетание динамического и статического выполнения физических упражнений в процессе стретчинга способствует улучшению силы, выносливости и координационных способностей. Статические упражнения стретчинга воздействуют на глубинные мышечные слои, стабилизируют и активизируют защитные реакции тела, положительно влияют на свертываемость крови, уровень лейкоцитов и работу желудочно-кишечного тракта.

Стретчинг подразделяется на следующие категории [4]:

1. Пассивный статический стретчинг: мышцы растягивают под действием внешних сил (тяжести тела, помощи партнера и др.) до ощущения напряжения, и в таком состоянии задерживают на 30-40 секунд, после чего осуществляется переход к другой методике стретчинга или смене рабочей мышцы.
2. Активный статический стретчинг: набор мышц активно растягивается за счет сознательного напряжения противоположных групп мышц.
3. Пассивный динамический стретчинг: мышца растянута и подвергается последующим дополнительным растягиваниям небольшого диапазона. Этот тип стретчинга сочетает высокую эффективность с комфортом, позволяя достигать более глубокого расслабления мышц.
4. Активный динамический стретчинг: похож на пассивный динамический тип, однако растяжение мышц происходит благодаря активным усилиям других мышечных групп вместе с работой мышц-антагонистов.
5. Антагонистический стретчинг: начинается с растяжения, аналогичного пассивному статическому, последуем сознательным сокращением мышц-антагонистов.
6. Агонистический стретчинг: мышца сначала пассивно растягивается, затем следует активное напряжение той же мышцы на 3-5 секунд, и после этого быстрое расслабление при активном или пассивном растяжении мышц.
7. Метод PNF (проприоцептивное нейромышечное фасилитирование): аналогичен агонистическому стретчингу; в процессе 30-40 секундной практики выполняется несколько активных сокращений растянутой мышцы без её укорачивания.

По формату тренировок можно выделить различные подходы к организации растяжки [3]:

- Групповые тренировки создают атмосферу командного духа;
- Индивидуальные занятия без инструктора характеризуются большей свободой выбора упражнений;
- Персональные занятия с инструктором гарантируют полное внимание специалиста;
- Тренировки в паре укрепляют мотивацию и предоставляют возможность для коррекции;
- Круговые тренировки помогают поддерживать высокий темп;
- Занятия без оборудования удобны и доступны в любом месте;
- Использование специализированного оборудования увеличивает эффективность некоторых упражнений.

Методика организации исследования

Было проведено следующее исследование:

В спортивном комплексе Заря на протяжении 3 недель (3 раза в неделю) я занималась стретчингом (60 минут длилась тренировка). В начале проведения исследования я зафиксировала, какой на данный момент результат. Я проверяла эффективность своих тренировок следующим упражнением:

Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами выполняется из исходного положения: стоя на полу или гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 — 15 см.

Вначале моего исследования результат был + 9, а спустя 3 недели + 13. Поэтому мы можем сделать вывод, что уже спустя 2-3 недели систематических тренировок можно заметить улучшение гибкости и общего физического состояния. Результаты регулярной практики стретчинга заметны как в повышении уровня физической подготовки, так и в прогрессе гибкости.

Стретчинг - это ряд специфических упражнений, направленных на развитие гибкости и являющихся важным компонентом сбалансированной спортивной подготовки.

Стретчинг, как новое фитнес-направление, появился сравнительно недавно в Швеции в 1950-х годах и распространился в спортивном мире спустя два десятилетия. Сегодня это направление стало широко известным и нашло отражение в российской и зарубежной научной литературе.

Упражнения на растяжку используются для самых разных целей, включая повышение эластичности мышц, сухожилий и связок, профилактику травм и заболеваний, разминку и разогрев перед тренировкой, реабилитацию после хирургических вмешательств на теле и перенесенных заболеваний [1]. Растяжка используется в подготовке профессиональных спортсменов в различных видах спорта, а упражнения на растяжку помогают повысить выносливость и координацию.

Они снимают психическое напряжение, предотвращают старение суставов и потерю подвижности, улучшают осанку и кровообращение в организме, а также предотвращают отложение солей. Упражнения снимают психическое напряжение и стимулируют чувство спокойствия, мотивируя людей разного возраста и состояния здоровья заниматься физической культурой и спортом [2].

Статическая растяжка (выполняется в медленном темпе и длится от 10 секунд до нескольких минут), пассивная растяжка (в отличие от статистической растяжки, которая выполняется с помощью партнера или тренера), баллистическая растяжка (движения, включающие махи руками и ногами, сгибание и разгибание туловища, с большой амплитудой и значительной скоростью) и динамический стретчинг (медленные, пружинящие движения, которые необходимо удерживать несколько секунд в конечной точке амплитуды).

Итак, можно подвести итог: для предотвращения травм и обеспечения устойчивого прогресса в растяжке, начинающим следует ориентироваться на менее рискованные методы упражнений. В то время как люди с уже развитой гибкостью, которые практикуют растяжку ежедневно, могут позволить себе широкий диапазон методов, получая от занятий больше пользы и удовольствия.

Список литературы:

1. Воротилова Н. Н. Стретчинг - инновационный подход к занятиям по физической культуре и спорту / Н. Н. Воротилова // Современные направления развития системы физкультурного и технологического образования: материалы Всерос. науч.- практ. конф. - Саратов, 2023. - 91-96 с.
2. Горбунова, Ю. В. Стретчинг и его влияние на развитие мышечной системы человека / Ю. В. Горбунова, О. В. Панина, Т. Г. Шишкина // Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в высших учебных заведениях Минсельхоза России: материалы IV Междунар. межвуз., учеб.-метод. и науч.-практ. конф. - Саратов, 2021. - 103 с.
3. Захаров Е.Н., Карасев А.В., Сафонов А.А. Энциклопедия физической подготовки (Методические основы развития физических качеств) / Под общей ред. А.В. Карасева. - М.: Лептос, 2023. - 368 с.
4. Освальд К. Стретчинг для всех / К. Освальд, С. Баско. — М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2023. - 192 с.
5. Планида Е. В. Эффективность систематического использования стретчинга с целью профилактики травматизма // Научные труды НИИ физической культуры и спора Республики Беларусь: сб. науч. тр. — Мн., 2024. Вып. 6. - 239-242 с.
6. Соколова Е. В., Цомкало С. А., Титова И. П., Растебина Г. Я., Крол Н. В. Совершенствование координационных способностей у студентов посредстовом аэробики Специальные упражнения для развития гибкости, 2017. -45 с.

УДК 796

ПРОБЛЕМЫ АНТИДОПИНГА

Костина Галина Александровна
заместитель директора
областное государственное автономное нетиповое образовательное учреждение
«Академия спорта», г. Шебекино

Аннотация. В данной статье рассматривается вопрос нарушения антидопинговых правил и пути решения данной проблемы, работа по созданию антидопинговых образовательных программ в России, об уголовной ответственности за склонение спортсмена к использованию субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте.

Ключевые слова: антидопинг, дисквалификация, негативные тенденции,антидопинговые программы

Проблема допинга в международном и российском спорте очень актуальна. В последние несколько лет наблюдается существенное увеличение количества скандалов, связанных с нарушениями антидопинговых правил. Это проблема особенно обостряется ввиду недостаточного уровня развития спортивной юриспруденции в России, что, в свою очередь, создает проблемы для российских спортсменов на международных мероприятиях.По информации Всемирного антидопингового агентства и Интерпола, нелегальный оборот главного допинга - анаболических стероидов -уже превышает оборот криминального сбыта наркотиков.

Известно, что первый задокументированный случай применения допинга спортсменами на соревнованиях был датирован в 1865 году на соревнованиях пловцов. Вообще, способы улучшить свои физические возможности путем применения различных средств и стимуляторов уходят в далекое

прошлое задолго до начала развития современных Олимпийских игр Пьером де Кубертеном. Многие атлеты применяли различные вещества, начиная от тех, которые ухудшают состояние спортсмена – алкоголя и наркотических средств, до различных безобидных растений и семян влияние которых на организм, как стало известно в наши дни с развитием науки, минимально. Считается, что настоящее время допинга взяло свой отчет в 1935 году с такого вещества как синтетический тестостерон, который принес гитлеровской Германии неожиданное первое место в неофициальном командном первенстве среди других стран в 1935 году и позволил Гитлеру еще больше популяризовать распространение идей национал-социализма в сознание германского общества.

Иногда можно услышать мнение, что современный высокотехнологичный допинг перестал быть вредным для здоровья. Однако это не так. Завсе приходится платить, тем более за искусственное завышение порога человеческих возможностей. Впервые смертельный случай от применения допинга был зафиксирован в далеком 1886 году, когда английский велогонщик Дэвид Линтонумер на соревнованиях во Франции от употребления чрезмерной дозы кокаина с героином.

Нарастание негативных тенденций в спорте опасно тем, что они все больше проникают в юношеский и даже в детский спорт. Особенно важно решение этой проблемы в настоящее время по отношению к юным спортсменам, так как «омоложение» спорта привело к тому, что уже в подростковом возрасте спортивная деятельность, становясь ведущей для определенной группы юных спортсменов (воспитанников школ Олимпийского резерва, спортивных интернатов, ДСШ, профессиональных клубов), во многом определяет формирование их личности. А употребляя запрещенные препараты, молодежь практически лишает себя возможности дальнейшего спортивного роста.В России спортом занимаются около 20 миллионов россиян, в том числе четыре миллиона детей и подростков. Эксперты отмечают, что статистики, которая отражала бы распространение допинга среди юных спортсменов, в России не ведется. Как отмечают многие исследователи данной проблемы, при подготовке спортсменов в учреждениях дополнительного спортивного образования проблеме антидопингового контроля пока не уделяется должного внимания. Потому что, по сути, в России антидопинговые программы среди юных спортсменов действуют только в Москве. В Центре инновационных спортивных технологий Москомспорта создана вся инфраструктура для постоянного и качественного проведения антидопингового образования и контроля.В уставе ВАДА и основных программных документах, большое внимание уделяется информационной и образовательной работе со спортсменами. Причем не только с элитой спорта, но и с юными спортсменами и их родителями. Это приведет к созданию определенного информационного фона, когда употребление запрещенных препаратов будет расцениваться как свидетельство дурного тона. Для того, чтобы родители юных спортсменов помогали в антидопинговой пропаганде необходимо их первоначальное просвещение, а иногда и коррекционная работ. Сегодня назрела необходимость в срочных мерах по противодействию распространения допинга в спорте, особенно в детском и молодежном. В первую очередь необходимо разрабатывать и внедрять антидопинговые информационно-образовательные программы.

И сегодня в России активно ведется работа по созданию антидопинговых образовательных программ. Российских ученых можно считать лидерами в мировом сообществе по продвижению антидопинговых программ за пределы большого спорта. Эту деятельность проводят различные организации: Национальная антидопинговая организация РУСАДА, Федеральная служба России по контролю за оборотом наркотиков, а также непосредственно сотрудники детско-юношеских спортивных школ. Семинары проводятся и в нашей Академии в форме беседы. При работе с детьми применяется доступная для их понимания форма подачи материала с активным использованием фактов, цифр, жизненных примеров из разных видов спорта.

Предотвращение использования допинга является мировой проблемой, с которой сталкиваются все государства в большей или меньшей мере. Российская Федерация только в 2006 году ратифицировала Международную конвенцию по борьбе с допингом в спорте. Этот год является отправной точкой концентрации усилий со стороны органов государственного управления по предотвращению допинга. В последнее время активность должностных лиц переходит в плоскость международных отношений и уже 5 февраля 2021 года в Дакаре (Республика Сенегал) на открытии второго заседания Президиума 7-й сессии Конференции сторон Конвенции ЮНЕСКО по борьбе с допингом в спорте поддержана инициатива РФ по созданию типового проекта Фонда по оказанию помощи странам, испытывающим трудности в реализации положений Конвенции.

В национальном законодательстве вопросам предотвращения допинга в спорте посвящена статья 26 Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ. Согласно части первой допингом в спорте признается не только нарушение антидопингового правила, но и использование или попытка использования субстанций и методов, запрещенных в спорте. Законодатель в части второй статьи определил, что предотвращение допинга в спорте и борьба с ним осуществляются в соответствии с антидопинговыми правилами, утвержденными, федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта и международными антидопинговыми организациями. В части третьей приведен исчерпывающий перечень нарушений антидопинговых правил, который практически дословно ранее был воспроизведен в пункте 3 Международной конвенции о борьбе с допингом в спорте, принятой 19 октября 2005 года. Восьмая часть посвящена мерам по предотвращению допинга и состоит из одиннадцати пунктов, включающих такие мероприятии как проведение допинг-контроля; пропаганду в средствах массовой информации; международное сотрудничество; организацию научных исследований; повышение квалификации специалистов, совершенствование дополнительных образовательных программ; оказание помощи субъектам РФ; предупреждение применения, а также установление ответственности не только спортсменов, тренеров, но и физкультурно-спортивных организаций.

Нормы права, охраняющие правоотношения в области спорта, связанные с допингом, нашли свое отражение в КоАП РФ. Согласно статье 6.18 КоАП РФ (нарушение установленных законодательством о физической культуре и спорте требований о предотвращении допинга в спорте и борьбе с ним) установлено наказание в виде штрафа в размере от тридцати до пятидесяти тысяч рублей за нарушения, допущенные спортсменом и штраф от сорока до восьмидесяти тысяч рублей за распространение спортсменом, тренером, специалистом по спортивной медицине или иным специалистом в области физической культуры и спорта допинга запрещенной субстанции или метода.

Потеря работы, невозможность осуществления трудовой деятельности в спортивной сфере, несомненно, является сдерживающим фактором. Предложение о дисквалификации за совершение административных правонарушений органично сочетаются с положениями Трудового кодекса РФ (далее ТК РФ). Согласно статье 348.2 ТК РФ при заключении трудового договора закрепляется обязанность спортсмена соблюдать антидопинговые правила, проходить допинг-контроль, а также предоставлять информацию о своем местонахождении в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами в целях проведения допинг-контроля. Статьями 348.11 и 348.12 ТК РФ предусмотрены дополнительные основания прекращения трудового договора со спортсменом и тренером соответственно в случаях однократного нарушения антидопинговых правил. В числе дополнительных условий заключения трудового договора содержатся предписания по определению порядка осуществления спортсменом денежной выплаты в пользу работодателя с указанием размера при нарушении антидопинговых правил. Материальные санкции выступают как дополнительный стимул спортсменов и иных должностных лиц правомерного поведения.

Ряд исследуемых деяний признаны законодателем преступлениями в силу их высокой общественной опасности. Статьей 230.1 УК РФ установлена уголовная ответственность за склонение спортсмена к использованию субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте. Статьей 230.2 УК РФ за использование в отношении спортсмена субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте. В числе наказаний санкциями статей предусмотрены: штраф, лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью, а также лишение свободы. Вызывает сомнения эффективность деятельности правоохранительных по выявлению и документированию преступлений. По данным Судебного департамента при Верховном суде РФ за 2020 и первое полугодие 2021 году ни одного лица не было осуждено, за совершение указанных преступлений.

Несмотря на основательное правовое регулирование, охрану правоотношений с использованием средств уголовно-правовой защиты в настоящее время можно констатировать, что использование всего комплекса мер не позволяет изжить проблему допинга в спорте. Летом 2016 года, в целях восстановления доверия к российскому спорту на международной арене по инициативе Президента РФ В. В. Путина создана независимая общественная антидопинговая комиссия (НОАК), в состав которой вошли спортсмены, имеющие высокие достижения в спорте, бизнесмены и некоторые высшие должностные лица органов государственной власти, спортивные функционеры и деятели культуры. 01 февраля 2017 года НОАК утвердила национальный план борьбы с допингом в российском спорте, включив в него

широкий перечень соответствующие мероприятия. В программе нашли отражение вопросы нормативного, организационного, научного, медицинского, медико-биологическое обеспечения, а также международное взаимодействие со спортивными организациями, создание образовательных программ и инновационные методы предотвращения допинга. Так, НОАК предложила нормативно определить механизм обращения взыскания на доходы и имущество спортсменов, тренеров, врачей и других специалистов в области физической культуры и спорта, полученных за спортивные достижения в случае последующего выявления совершения ими нарушений антидопинговых правил. В настоящее время в НПА предложенный механизм не определен, однако он успешно может быть реализован в рамках гражданско-правовых отношений. По мнению Мохова А. А. именно гражданско-правовых средства обладают значительным потенциалом в реализации антидопинговой политики, который до настоящего времени не задействован.

Предложение о развитии института «информаторов», то есть лиц, сообщающих о фактах нарушения антидопинговых правил, так же не нашло своего нормативного закрепления в силу противоречия действующему законодательству об оперативно розыскной деятельности, поскольку согласно статье 6 Федерального закона «Об оперативно-розыскной деятельности» от 12.08.1995 № 144-ФЗ должностные лица, органов осуществляющих ОРД решают задачи используя отдельных граждан с их согласия на гласной и негласной основе. Создание системы оперативного взаимодействия субъектов антидопинговой деятельности и внедрение информационной антидопинговой справочной системы, предусмотренных планом также не завершено. Противоречивость и незавершённость некоторых мероприятий, предусмотренных планом, исключает заложенный в него потенциальный положительный эффект.

Янишевская Я. А. считает, что для предотвращения использования допинга необходимо сконцентрировать усилия на поиске оптимального сочетания саморегулирования и государственного регулирования в сфере профессионального спорта с установлением пределов государственного контроля. Данное утверждение требует конкретизации в связи с возрастающей ролью органов исполнительной власти субъектов РФ. Положительный опыт, выявленный в деятельности отдельных субъектов РФ может быть впоследствии распространен на территорию всего государства. Так, Департаментом физической культуры и спорта города Москвы в целях предотвращение допинга и борьбы с ним в среде московских спортсменов, реализуется региональная антидопинговая программа «Честный спорт». Программой предусмотрен комплекс мероприятий, включающий мониторинг применения московскими спортсменами запрещенных в спорте субстанций и методов; организацию и проведение образовательных программ; проверку спортсменов, поступающих в училища олимпийского резерва города Москвы; социологические исследования; опросы, тестирования на знание антидопинговых правил, а также проведение антидопинговой пропаганды в среде московского спорта. С 2007 года функционирует Московская лаборатория по обнаружению запрещенных в спорте субстанций. Каждый случай их обнаружения рассматривается на заседаниях специально созданной комиссии. Отдельно проводятся исследования по выявлению каннабиноидов в организме спортсменов. В учреждениях функционируют антидопинговые электронные терминалы, содержащие информацию о борьбе с допингом в спорте и предоставляющие возможность тестирования на знание соответствующих правил. В случае изменений в антидопинговой нормативной правовой базе действует электронная рассылка для врачей. Обмен опытом между субъектами РФ в сочетании с иными способами отражает сущность системного подхода предотвращения допинга.

Таким образом основой эффективного противодействия применению допинга в спортивных отношениях выступает своевременная деятельность компетентных органов, направленная на совершенствование действующего законодательства. Такие изменения должны коснуться КоАП РФ, в части закрепления наказания в виде дисквалификации, ГК РФ в вопросах определения механизмов обращения взыскания на доходы и имущество спортсменов, тренеров, врачей и других специалистов в области физической культуры и спорта. Кроме того, стоит согласиться с позицией Мохова А. А. о дополнении Федерального закона «О физической культуре и спорте в РФ» положениями о договоре оказания услуг по спортивной подготовке, предусматривающем не только обязанности соблюдения спортсменом антидопинговых правил, но и вопросы возмещения причинённого вреда. Совершенствование законодательства создает условия для построения планомерной работы должностных лиц органов государственной власти по предупреждению допинга.

Отечественный законодатель мало стремится к качественной проработке антидопингового законодательства, опираясь в основном на международные источники. Допинг все еще является одной из наиболее насущных проблем в международном спорте и для борьбы с ним необходимо взаимовыгодное сотрудничество, а также беспристрастное и объективное решение возникающих споров вне зависимости от страны спортсмена. При этом допущение использования определенных препаратов оставляет весьма крупную лазейку для обхода тех или иных правил, что совершенно недопустимо. Для устранения этой проблемы, на взгляд автора, необходимо более строго определить основания для медицинского разрешения употребления тех или иных препаратов, или, что более радикально, ограничить участие самих спортсменов, в случае которых нельзя никоим образом умерить употребление тех или иных веществ.

Список литературы:

1. Международная конвенция о борьбе с допингом в спорте. URL: https://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/doping_in_sport.shtml (дата обращения: 07.11.2022).
2. Национальный план борьбы с допингом в российском спорте (принят Независимой общественной антидопинговой комиссией 01.02.2017) // СПС «КонсультантПлюс».
3. Мохов А. А. Гражданско-правовые средства реализации антидопинговой политики в Российской Федерации // Ученые записки казанского университета. Серия гуманитарные науки. 2017. Т. 159. кн. 2.
4. Янишевская Я. А. Борьба с допингом в спорте в международных межправительственных организациях // Образование и право. № 12. 2019.
5. Рогалева Л.Н. Влияние спорта и установок тренера на личность юного спортсмена: дис. канд. психол. наук. – М., 1999. – 145 с.
6. Макарова Г.А. Основы медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов, Москва, 2022

УДК 5527.7

ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗАНЯТИЙ ПИЛАТЕСОМ НА ПОДДЕРЖАНИЕ ГИБКОСТИ СТУДЕНТА

Кутурлашева Ярослава Станиславовна
студент, 3-Теплоэнергетический факультет (ТЭФ)-21ТЭФ-112
Соколова Екатерина Владимировна
старший преподаватель кафедры "Физическое воспитание и спорт",
СамГТУ, г. Самара

Аннотация. Пилатес - одно из эффективных инструментов для поддержания общего состояния, в рамках которого решаются вопросы улучшения гибкости, силы, выносливости и улучшения ментального состояния. В статье проведено исследование эффективности занятий пилатесом на поддержание гибкости студента. Данное исследование в дальнейшем может быть применено в качестве рекомендаций для увеличения интереса к пилатесу.

Ключевые слова: пилатес, гибкость, студенты, спорт**,** здоровье**.**

В настоящее время в мире преобладает много факторов, которые негативно сказываются на ментальном и физическом здоровье человека. Цель данного исследования- выявить эффективность занятий пилатесом на поддержание гибкости студентов. В рамках этого поставлены такие задачи, как: раскрыть понятие и сущность пилатеса, выделить его особенности и достоинства, выяснить, какой эффект пилатес может оказать на развитие гибкости у студентов Система тренировок пилатеса была разработана еще в начале 20 века Джозеффом Пилатесом и получила большое распространение в развитых странах. Джозефф Пилатес, как основатель этого направления, большое внимание уделял спорту, физической культуре и в особенности осознанности и контроле вовремя своих тренировок. В первую очередь, спорт для него был средством оздоровления, развития физических качеств и инструментом на путик к здоровому и функциональному телу.

На тот момент, для мира было в новинку применять упражнения, которые требуют тщательного контроля над дыханием, положением тела в пространстве и другими нюансами. Именно такие нюансы и делают пилатес одной из самых эффективных спортивных практик в мире.

Итак, пилатес- это система повторяющихся упражнений, выполняемых на коврике для йоги или другом оборудовании для развития силы, устойчивости и гибкости. Упражнения пилатеса развивают тело посредством мышечных усилий, которые прикладывает тело для сохранения баланса, стабильности и контроля[1].

В основе этой системы заложены принципы, следуя которым, практикующие получают максимальную пользу от практики. 6 основных принципов заключаются в следующем:

- Центрирование. Это практика сосредоточения внимания в центре тела — области между нижними ребрами и лобковой костью. Эта центральная часть корпуса обеспечивает работу всех упражнений пилатеса.
- Концентрация. Сосредоточившись на каждом упражнении с полным вниманием, помогает достичь максимальных результатов от каждого движения.
- Контроль. Полный мышечный контроль требует осознанных, целенаправленных движений, и этому уделяется особое внимание в каждом упражнении.
- Точность. Постоянный контроль и осознанность гарантируют точность каждого движения. Это означает правильное расположение каждой части тела и сосредоточение внимания на правильном выравнивании и задействовании корпуса.
- Дыхание. Джозеф Пилатес выступал за использование легких для мощного нагнетания воздуха в тело и обратно. Большинство упражнений пилатеса связаны с дыханием, поскольку дыхание является неотъемлемой частью метода.
- Ход: упражнения пилатеса не должны быть жесткими. Плавность, грация и легкость присущи каждому движению. Идея состоит в том, что энергия упражнения, выполняемого из центральной «электростанции», соединяет каждую часть тела и заставляет двигаться единым плавным движением. Оборудование для пилатеса, такое как реформер, является отличным индикатором потока, поскольку оно работает лучше всего, когда практикующий выполняет движения точно и плавно[6].

В основе практики лежит полный контроль и осознанность: человек, полностью концентрируется на своем теле, его движениях, учится управлять им плавно и грациозно, одновременно с этим давая ему новые возможности.

Пилатес основан на биомеханике, науке о том, как и почему тело движется именно так. Биомеханика включает в себя принципы движения, силы и импульса. Пилатес применяет эти концепции, и его можно модифицировать, прогрессировать и регрессировать самостоятельно или с помощью оборудования и реквизита, чтобы обеспечить пользу каждому.

Помимо механического аспекта, пилатес также включает в себя идею «бионапряженности», которая больше говорит о том, как мышечная и фасциальная системы работают вместе, создавая эффективное движение[4].

Применяя комплексный подход ко всему телу для улучшения силы, гибкости, выносливости и физической формы, пилатес является идеальным дополнением к сердечно-сосудистой деятельности, силовым тренировкам, реабилитации или восстановительным упражнениям. Спортсмены, в том числе танцоры, игроки в гольф, бегуны, велосипедисты, футболисты и хоккеисты, часто включают его в свои тренировки для улучшения мобильности, ловкости и общей производительности.

В тренировках по пилатесу не так много внимания уделяется подходам и повторениям. Речь идет о достижении функциональных движений – движений, которые помогают нам в повседневной деятельности – и эффективном использовании тела. В большинстве случаев речь идет не только о том, что мы делаем, но и о том, почему мы это делаем.

С практикой можно научиться использовать основные мышцы в любом виде спорта, но в пилатесе этому интегративному подходу, охватывающему все тело, обучают с самого начала. Пилатес способствует улучшению следующих показателей:

Гибкость: благодаря задействованию мышц кора тренировки пилатеса развивают силу и улучшают гибкость, что также увеличивает диапазон движений.

Функциональность: когда основные мышцы сильны и стабильны, они работают в тандеме с поверхностными мышцами туловища, поддерживая позвоночник посредством широкого диапазона функциональных и изящных движений. Это может уменьшить давление на позвоночник, позволяя телу двигаться свободно и эффективно.

Стабильность: когда позвоночник поддерживается корпусом, кости могут смещаться в идеальное положение, обеспечивая стабильность тела. Упражнения пилатеса развивают мышцы, окружающие суставы, улучшая баланс и осанку[3].

Помимо названных качеств, пилатес также увеличивает энергию и способствует снижению веса. Упражнения пилатеса также можно модифицировать в соответствии с потребностями человека. От спортсменов до танцоров и даже пожилых людей, женщин, восстанавливающихся после беременности, и тех, кто проходит физическую реабилитацию, техника пилатеса может быть доступна практически каждому. Независимо от уровня подготовленности, занимающийся получает пользу от движения своего тела с формой, функциональностью и грацией.

Ход исследования

В рамках данного исследования, следует обозначить эффективность пилатеса на поддержание гибкости студента.

Как правило, студенты проводят большое время за учебой, пренебрегают режимами сна отдыха и основами правильного питания. Теряясь в потоке информации, молодые люди могут перестать обращать внимание на сигналы тела, понимать свои потребности и все больше усугублять состояние свое нервной и физиологической системы.

На протяжении 6 месяцев в рамках занятий по ЭКФКиС я занималась пилатесом в Спортивном комплексе «Заря» по 3 дня в неделю (тренировка длилась по 60 минут). В начале проведения исследования я зафиксировала свои исходные параметры. В исходном положении испытуемый стоит в основной стойке на гимнастической скамейке, прикасаясь к гимнастической стенке пятками сомкнутых ног, ягодицами, лопатками и затылком, держась руками хватом сверху (ладонями вперед) за перекладину гимнастической стенки. Кисти рук располагаются возможно ближе к плечевым суставам на высоте окромиальной точки. Из этого положения испытуемый выполняет предельный прогиб вперед, разгибая руки в локтевых и плечевых суставах до возможного предела. Ноги в коленных суставах так же полностью выпрямлены. Экспериментатор горизонтально натянутой сантиметровой лентой, начало которой находится у маркированной крестцовой точки, измеряет минимальное расстояние от этой точки до стенки в момент стабилизации максимального прогиба.

Мои исходные параметры: при росте 158 см. до седьмого шейного позвонка в 135 см величина прогиба составила 61 см.

Индекс гибкости равен 61:135=0,451.

Спустя пол года занятий пилатесом мои параметры улучшились: 66:135=0,488 – индекс гибкости на данный период времени.

Процент улучшения составил 0,9% (0,488-0,451)/0,451*100).

Таким образом, пилатес является эффективным средством для поддержания гибкости для студентов. Данная практика не только увеличивает подвижность в суставах, растягивает мыщцы, но и укрепляет корпус, что способствует формированию сильного и функционального тела со здоровой осанкой. Также, он учит повышению осознанности, концентрацию и правильному глубокому дыханию, которое помогает справиться со стрессом. При применении всех принципов пилатеса, студент может получить максимальную пользу не только для увеличения подвижности, но и для общего состояния.

Список литературы:

1. Алперс Э., Джентри Сежел. Пилатес: пер. с англ. О.А. Караковой. М.: АСТ: Астрель, 2007. 272 с.
2. Алтер М.Дж. Наука о гибкости: учебное пособие / пер. с англ. Г. Гончаренко; под ред. А. Радзиевского. М.: Олимпийская литература, 2002. С. 7.
3. Буркова О.В. Влияние системы Пилатеса на развитие физических качеств, коррекцию телосложения и психоэмоциональное состояние женщин среднего возраста: дис. ... канд. пед. наук. М., 2008. 217 с.
4. Буркова О.В., Лисицкая Т.С. Пилатес - фитнес высшего класса. Секреты стройной фигуры и оздоровления. М.: Радуга, 2005. 208 с.
5. Робинсон Л. Управление телом по методу Пилатеса / Л. Робинсон, Г. Томсон. - Изд-во Попурри, 2006.
6. Чокморова А.Э. Пилатес: принципы и рекомендации / А.Э. Чокморо-ва // Научное сообщество студентов: междисциплинарные исследования: сб. ст. по мат. VI междунар. студ. науч.-практ. конф. - № 3 (6).

УДК 796

ИНТЕГРАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА И ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ИГРОКОВ СРЕДНЕЙ ЛИНИИ В ФУТБОЛЕ

Троянова Ольга Михайловна
старший инструктор-методист
Накисько Екатерина Викторовна
инструктор-методист
областное государственное автономное нетиповое образовательное учреждение
«Академия спорта», г. Шебекино

Аннотация. В данной статье рассматривается анализ основных средств интегральной подготовки, совмещенные упражнения, как стык двух видов подготовки, например, физическая и техническая; техническая и тактическая; физическая, техническая и тактическая, а также способы взаимодействия игроков средней линии и основных требованиях к игрокам средней линии
Ключевые слова: футбол, интегральная подготовка, средняя линия, упражнения

Интегральная подготовка – заключается в соединении, объединении в единое целое различных сторон подготовленности, что позволяет с максимальной эффективностью реализовать двигательный, функциональный, психологический потенциал в специфических условиях учебно-тренировочной деятельности.

Основными средствами интегральной подготовки являются:

1. Упражнения соревновательного типа, в соответствии с избранным видом спорта. Выполняются в условиях близких к соревнованиям.
2. Упражнения специально-подготовительного типа, по своей структуре и содержанию максимально приближены к соревновательным.

В настоящее время все чаще при интегральной подготовке применяют совмещенные упражнения, которые представляют собой стык двух видов подготовки, например, физическая и техническая; техническая и тактическая; физическая, техническая и тактическая.

Высшей формой интегральной подготовки принято считать тренировочные и официальные соревнования.

Ведущими методами интегральной подготовки являются:

- Методы сопряженного воздействия
- Игровые методы
- Соревновательные методы

Ведущими средствами интегральной подготовки футболистов служат совмещенные упражнения на стыке двух видов подготовки:

1) упражнения с чередованием различных по характеру движений (подготовительных, подводящих, технических, с переключением заданий);
2) учебные двусторонние игры с заданиями по технике и тактике, контрольные и календарные игры с целевыми установками на игру.

Основным средством интегральной подготовки является выполнение соревновательных упражнений избранного вида спорта в условиях соревнований различного уровня.

Чтобы играть хорошо, команда должна играть много. Никакие специальные и дополнительные упражнения на технику, силу, быстроту и т.п. не могут заменить учебно-тренировочных и соревновательных игр. Только в играх полностью раскрываются все возможности спортсменов, налаживаются и закрепляется взаимосвязь и взаимопонимание между ними, совершенствуется технико-тактическое мастерство, моральная, волевая и специальная психическая подготовленность игроков.

Упражнение на отработку взаимодействия игроков нападения и защиты без ограничения касаний.

Условия выполнения:3 х 3, 4 х 4, 5 х 5, ½ поля.

Варианты выполнения:

1) положение «вне игры» действует, гол, забитый из-за пределов штрафной площади, засчитывается за два;
2) гол засчитывается при выходе всех игроков за центральную линию
3) гол забивается после игры в стенку;

4) гол забивается только головой или после передачи, сделанной головой.

Игра в футбол с ограниченным движением игроков.

Условия выполнения: N x N, ½ поля.

Варианты выполнения

1) игроки в руках держат мячи, медболы;
2) два партнера держатся за руки;
3) игроки держат руки за спиной;
4) движения по полю только шагом, передача мяча выполняется в ноги.

Игра в футбол с ограниченным количеством касаний.

Условия выполнения: N x N, все поле (½ поля).

Варианты выполнения

1) игра с количеством касаний мяча - 2, 3;
2) игра с ограниченным количеством касаний на половине противника, на своей - произвольно;
3) игра с ограниченным количеством касаний мяча на своей половине поля, на половине противника – произвольно;
4) гол забивается с одного касания.Игра с различным количеством касаний в зонах.

Условия выполнения: 11 x 11, все поле.

Варианты выполнения:

1) количество касаний у защитников - 2, у полузащитников - 3, у нападающих - не ограничено;
2) количество касаний в зоне А - 2, количество касаний в зоне Б - не ограничено
3) количество касаний на своей половине поля – 2, на чужой половине поля - не ограничено;
4) количество касаний - 2, количество касаний у трех нападающих команды не ограничено.

Взаимодействие игроков средней линии

Футбольная средняя линия является одним из наиболее важных аспектов игры, поскольку отвечает за соединение защиты с атакой и поддержание контроля над мячом в центре поля. В этой статье мы рассмотрим важность средней линии в футболе и то, как ее фундаментальная роль влияет на успех команды.

Действия игроков средней линии рассматривают как один из основных факторов, от которого зависит успех команды. Игроки этой специализации должны обладать отличной функциональной подготовкой, обеспечивающей высокую работоспособность на протяжении всего матча, быть активными в атакующих и оборонительных действиях, создавать и поддерживать высокий темп игры.

К игрокам средней линии предъявляются повышенные требования и по тактической подготовленности, умению быть гибкими, изобретательными в выборе средств и методов ведения командной игры. Они координируют взаимодействие всех партнеров как в нападении, так и в защите. Игроки средней линии должны одинаково хорошо овладеть созидательными, завершающими и оборонительными функциями, которые базируются на высоком уровне исполнительского мастерства. Для них характерно использование большого числа разнообразных передач, обводок и т.д. Как правило, игроки средней линии высокого класса владеют сильным, отлично поставленным ударом.

Основные требования к игрокам средней линии в атаке:

- организовывать переход от обороны к нападению и дальнейшее развитие атаки;
- контролировать середину поля и обеспечить команде длительное владение мячом, а, следовательно, и инициативу.
- активно участвовать в завершении атак;
- взаимодействовать как с ближайшими, так и с дальними партнерами;
- создавать внезапность в развитии атаки с помощью длинного перевода мяча и скоростного открывания в освободившиеся зоны.

Основные требования к игрокам средней линии в обороне:

- препятствовать быстрому развитию ответной атаки соперника правильным расположением по ширине и глубине поля:
- осуществлять контроль за ближним соперником в данной зоне или персонально прикрепленным соперником;
- противодействовать передачам и ударам по воротам;
- страховать партнеров и взаимодействовать с ними.

Среднюю линию команды следует укомплектовывать футболистами, действующими в различном тактическом плане.

Футбольная средняя линия важна, потому что она отвечает за контроль центра поля. У игроков, которые играют в области Т – поля, задача перехватить проходы команды противника, восстанавливать мяч, распределять его и создавать возможности атаки для нападающих. Короче говоря, это игроки, которые несут ответственность за давление баланса команде на местах.

Кроме того, полузащитники тоже несут ответственность за защиту и поддержание организации команды. Они должны быть внимательны к движениям противоположной команды и работать вместе с защитой, чтобы противостоящая команда не проникла в защиту. У них также есть задача создать возможности атаки для нападающих и заставить команду быстро двигаться вперед и плавность.

У полузащитников широкий спектр характеристик, которые делают их эффективными в своей роли. Прежде всего, у них должно быть большое физическое сопротивление чтобы иметь возможность оставаться в движении на протяжении всей игры и покрывать большие площади игрового поля. Также они должны быть технически сильными, с хорошей способностью контролировать мяч и точный проход.

Кроме того, полузащитники должны быть умными на поле, способными прочитать игру и предвидеть движения противоположной команды, перехватить проходы и восстановить мяч. Также они должны быть в состоянии принимать быстрые и точные решения в ситуациях давления, как в случае контратаки.

Другие важные функции для полузащитников - творчество, игровое видение и способность заканчиваться в зоне соперника. Эти навыки позволяют им создавать целевые возможности для нападающих и повысить эффективность оборудования на фазе наступления.

Футбольная средняя линия является фундаментальной для игрового стиля команды. Если у команды есть сильные игроки в полузащите, они могут контролировать ритм партии и легче создавать возможности атаки. Также они могут держать мяч в своем владении в течение более длительных периодов, который уменьшает возможности атаки противника.

С другой стороны, если команде не хватает сильных игроков в полузащите, она может быть уязвима в защите и испытывать трудности с контролем центра поля. Это может привести к большему количеству возможностей атаки противоположной команды и снизить эффективность оборудования на фазе наступления.

Средняя линия также является ключом к переходу от защитной игры к атакующей игре. Если игроки полузащиты могут восстановить мяч и быстро его распространять, они могут удивить команду противника и быстро создать возможности атаки.

Если игроки полузащиты слишком продвинутые, они могут оставить места в защите, что может использоваться командой противника. Напротив, если они играют слишком далеко назад, они могут покинуть команду без вариантов атаки и позволить противоположной команде контролировать ритм игры.

Футбольная средняя линия имеет решающее значение для успеха команды в поле. Игроки в этой области несут ответственность за управление центром поля, защиту, распространение мяча и создание возможностей атаки для нападающих. Важные характеристики игроков полузащиты включают физическое сопротивление, технические навыки, интеллект в области игры и творческий подход. Средняя линия также влияет на стиль команды и имеет основополагающее значение в переходе защитной игры в атакующую игру. Крайне важно, чтобы команды разработали прочную стратегию для полузащиты и выбирали соответствующих игроков для этой области поля.

Список литературы:

1. Колупанов, П.П. Эффективность методики интегральной подготовки юных футболистов 13-14 лет на специально-подготовительном этапе спортивной тренировки / П.П. Колупанов, КОВ. Игнатьев // Перспективы и основные направления подготовки олимпийского резерва и спорта высших достижений: П международная научно-практическая конференция (28-29 июня 2010г.). — Смоленск: «Принт-Экспресс», 2010. — С. 148-150.
2. Лисенчук Г., Перепелица П., Хоменко А. Совершенствование командных и групповых взаимодействий у юных футболистов // Теория и методика физического воспитания и спорта / Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, 2014.

МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ

УДК615.825

МЕТОДЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОЦЕССЕ РЕАБИЛИТАЦИИ СПОРТСМЕНОВ ПРИ ТРАВМАХ И ОСТЕОАРТРОЗАХ КОЛЕННЫХ СУСТАВОВ

Гимадеева Лилия Анваровна
студент группы 1-ИНГТ-104
научный руководитель: **Соколова Екатерина Владимировна**
старший преподаватель, кафедра «Физическое воспитание и спорт»
Самарский Государственный Технический Университет, г. Самара

Аннотация. В статье изучены используемые сегодня методы лечебной физической культуры в процессе реабилитации спортсменов при травмах и остеоартрозах коленных суставов. Выделены наиболее активно используемые методы. Само исследование предполагается использовать как основу для дальнейшего подбора наиболее эффективных методов лечебной физической культуры в процессе реабилитации спортсменов при травмах и остеоартрозах коленных суставов.
Ключевые слова: лечебная физическая культура, физическая реабилитация, остеоартроз коленных суставов.

Остеоартроз коленного сустава является распространенным заболеванием, по данным приводимым В.А. Кирсановым, кандидат медицинских наук, врач травматолог-ортопед, в настоящее время им страдает до 13% населения мира[3, с. 30]. Это часто встречающееся заболевание среди спортсменов. В группе риска находятся футболисты, хоккеисты, баскетболисты, волейболисты, легкоатлеты, гимнасты, борцы, лыжники, фигуристы и другие спортсмены. Все они подвержены остеоартрозу из-за повышенной нагрузки на коленные суставы.

Остеоартроз коленного сустава характеризуется дегенеративными изменениями в хрящевой ткани и сопровождается болями и нарушением функций суставов. Сам коленный сустав образован дистальным концом бедренной кости, проксимальным концом большеберцовой и малоберцовой кости, надколенником. А суставные поверхности всех трех костей, образующие коленный сустав покрыты хрящом. Медиальный и латеральный мениски играют роль амортизаторов. Связочный аппарат представляют четыре связки. Мышцы окружающие коленный сустав представлены тремя группами:

- передняя группа с мышцами, сгибающими бедро (портняжная и четырехглавая)
- задняя группа с мышцами, разгибающими бедро (двуглавая мышца бедра, полуперепончатая и полусухожильная мышцы),
- медиальная группас мышцами, приводящими бедро и поворачивающими его наружу (большая приводящая, двуглавая мышца бедра; латеральная головка икроножной мышцы)[2].

При патологических состояниях возникает ситуация, когда одни группы мышц перенапрягаются, а другие, наоборот, остаются в состоянии гипотонуса, то есть не задействуются в работе. Физическая реабилитация в таких случаях должна строиться на принципе достижения баланса между различными группами мышц, поскольку это позволит добиться гармоничной работы всего опорно-двигательного аппарата и предотвратить дальнейшее прогрессирование заболевания [5].

Лечение данного заболевания включает в себя комплексный подход, где одним из важных компонентов является лечебная физкультура (далее ЛФК)[1].

Много лет методы ЛФК активно применяются в процессе реабилитации больных с остеоартрозами коленных суставов. Главной целью занятий по ЛФК является уменьшение гипоксии тканей за счет активизации общего и местного кровообращения, а также уменьшение отека и венозного стаза путем улучшения микроциркуляции [1]. Регулярное обновление и усовершенствование методов ЛФ Кнеобходимо для повышения эффективности реабилитации, учета индивидуальных особенностей пациентов и адаптации к современным условиям здравоохранения. Ведь современные исследования помогают оптимизировать программы ЛФК и делать их более эффективными.

Исходя из вышеизложенного, было определено содержание исследования в цели – изучить используемые сегодня методы ЛФК в процессе реабилитации больных при остеоартрозах коленных суставов.

Различным стадиям остеоартроза коленных суставов соответствуют свои средства ЛФК.В.А. Епифанов, профессор, доктор медицинских наук, подчеркивает, что в процессе реабилитации выделяют период ремиссии, подострый и острый период течения заболевания [1].

В период ремиссии проводится лечебная гимнастика, которая включает упражнения для укрепления мышц бедра, голени, мышц-стабилизаторов коленного сустава. Как указывают А.Олейников, кандидат медицинских наук, и соавторы, упражнения выполняются из исходного положения сидя и лежа на спине, что позволяет снизить нагрузку на суставы и предотвратить их травмирование. Так А. Олейниковым и соавторами рекомендуется использовать в период ремиссии упражнения из исходного положения сидя, которые включают в себя вращательные и маховые движения ног, подъемы ног, сгибания и разгибания коленей. Именно в упражнения, выполняемые из исходного положения сидя, авторами рекомендуется включать динамические и статические упражнения с отягощением. В упражнения из исходного положения лежа на спине А. Олейников и соавторы рекомендует включать подъемы ног, круговые движения ногами, маховые движения, сгибания и разгибания коленей, а также статические упражнения, но без отягощений [4].

Даже в периоде ремиссии заболевания, Ю.Р. Жубанышева рекомендует выполнять упражнения медленно и плавно, без резких движений, а начинать с небольшого количества повторений, постепенно увеличивая нагрузку и прекращая при возникновении боли или дискомфорта [2, с. 16].

С.А.Суворов, доктор медицинских наук, профессор, и С.А. Толстокоров, кандидат медицинских наук, доцент, в период ремиссии остеоартроза коленных суставов рекомендуют использовать трудотерапию, поскольку эту физическую активность потом легче адаптировать под свой образ жизни. А также необходимо, подчеркивается авторами, предоставлять информацию о том, какие виды деятельности следует избегать или ограничивать [5].

Гидрокинезотерапия активно используется сегодня при ремиссии остеоартроза коленных суставов. Как объясняет преимущество этого метода ЛФК Ю.Р. Жубанышева, вода обеспечивает поддержку тела пациента и уменьшает его вес, который приходится на суставы, что позволяет пациентам выполнять упражнения из положения стоя, которые и мне сделать на суше. Рекомендуется проводить от 10 процедур гидрокинезотерапии на курс лечения, достаточно по продолжительности до получаса на занятие. При организации занятия необходимо учитывать температуру воды (она должна быть комфортной, не холодной), а также глубину (пациент должен стоять на дне бассейна). Ю.Р. Жубанышева рекомендует включать в содержание занятий ходьбу на месте в воде, элементы плавания, упражнения на сопротивление и упражнения на баланс [2].

Активно используется при ремиссии остеоартроза коленных суставов и массаж. Массаж рекомендуется А.Олейниковым и соавторами для расслабления мышц, улучшения кровообращения, поскольку он помогает снять спазмы и напряжение в мышцах, окружающих суставы.Во время массажа специалист применяетна расположенных рядом с коленом мышцах, а не самом коленном суставе различные техники, такие как растирание, давление и вибрация[4].

В подострый период течения заболевания для нормализации мышечного тонуса, восстановления нормальной амплитуды движения в суставе и для улучшения кровообращения сегодня активно применяется лечебная гимнастика, гидрокинезотерапия и массаж [1].

Свои особенности имеет лечебная гимнастика в подострый период течениястеоартроза коленных суставов. Так А. Олейниковым и соавторами указывается, что упражнения в этот период выполняются строго из положения лежа или стоя на четвереньках, но без опоры на конечность [4]. Например, это упражнения из исходного положения лежа на спине или на боку при совершении маховых движений с максимально возможной для пациента амплитудой.

Рекомендуемые Ю.Р. Жубанышевойв данный период течения заболевания упражнения гидрокинезотерапии выполняются стоя здоровой ногой на ступеньке и стоя у бортика в бассейне с водой комфортной температуры. При этом также рекомендуется именно выполнение динамичных маховых движений в коленном суставе [2].

Массажв подострый период течения заболевания направлен на улучшение кровообращения в области пораженного сустава, снятие болевого синдрома, уменьшение воспаления и укрепление мышц. Как заключают А. Олейников и соавторы, расслабляющий массаж применяется на контрагированные (спазмированные) мышечные группы, чтобы снять напряжение и улучшить подвижность сустава, а гипотоничные (ослабленные) мышцы требуют укрепляющего массажа, который помогает восстановить их тонус и силу. При остеоартрозе коленных суставов сегодня популярен подводный массаж с теми же

целями. Расслабляющий массаж включает в себя мягкие круговые движения, растирание и вибрации, укрепляющий массаж, напротив, предполагает более интенсивные техники, такие как глубокое растирание, растяжение и сжатие мышц [4].

Для физической реабилитации в острый период течения заболевания характерно создание для больного сустава условий покоя. Тем не менее, даже в этот период применяется лечебная гимнастика, но не более 15 минут на занятие, которые рекомендуется проводить до трех раз в день. С.А. Суворовым и С.А. Толстокоровым подчеркивается, что в этот период упражнения выполняются только из положения лежа, в медленном темпе, с основной направленностью на расслабление. Активно используются и упражнения без движений совместно с дыхательными упражнениями. С помощью дыхательных техник направленных на расслабление, С.А. Суворовым и С.А. Толстокоровым рекомендуется «продышать» накопившееся в мышцах ног напряжение: удлиняя выдохи, направлять внимание в тот участок, в котором чувствуется боль [5].

Следовательно, при проведении физической реабилитации важно учитывать состояние здоровья пациента. Необходимо и четко понимать, какие упражнения должны быть полностью противопоказаны, так как способны ухудшить состояние больного или спровоцировать обострение. По мнению В.А. Епифанова, прежде всего, к ним относятся: приседания, поднятие тяжестей при осевой нагрузке на сустав, выпады, прыжки, бег и ходьба по твердой поверхности (например, по бетону) [1].

Таким образом, наиболее активно сегодня при остеоартрозах коленных суставов по-прежнему используются средства лечебной гимнастики, имеющие свои особенности в зависимости от тяжести заболевания. Также активно используются методы массажа, трудотерапия и гидрокинезотерапия.

Список литературы:

1. Епифанов В.А. Лечебная физкультура: учебное пособие. – М.:ГЭОТАР, 2006. – 530 с.
2. Жубанышева Ю.Р. Остеоартроз коленных суставов: группы риска и лечебная физкультура как эффективный метод лечения болезни // Физическая культура студентов. – 2020. – № 69-2. – С. 15-17.
3. Кирсанов В.А., Бордуков Г.Г., Половинко В.В.Плазмотерапия при лечении остеоартроза коленного и голеностопного суставов// Современные методы диагностики и лечения заболеваний и повреждений опорно-двигательного аппарата : сборник материалов научно-практической конференции. – Казань: Практика, 2018. – С. 30-31.
4. Олейников А., Ремнев А., Олейников М.А., Олейникова М.А. Применение нового комплексного способа лечения болевого синдрома при остеоартрозе коленного сустава // Российский журнал боли. – 2020. – Т. 18, № S. – С. 53-54.
5. Суворов С.А., Толстокоров С.А. Сочетание методов реабилитации при травмах и заболеваниях коленного сустава // Вестник науки. – 2020. – Т. 5, №11(32). – С. 207-213.

КУЛЬТУРОЛОГИЯ

УДК 7

МОРСКОЕ МНОГОБОРЬЕ СКВОЗЬ ВЕКА

Зикукнков Алексей Владиславович
студент 1 курса
Московских Ольга Александровна
старший преподаватель кафедры ФВиС
Самарский ГосударственныйТехнический Университета, г. Самара

Аннотация. Морское многоборье является разноплановым и интересным видом спорта. Оно включает в себя: гребные и парусные гонки, плавание, бег и стрельбу. Так же морское многоборье имеет продолжительную историю, неразрывно связанную с Военно-Морским Флотом. В настоящее время данный вид спорта медленно, но верно продолжает свое развитие.
Ключевые слова: многоборье, гонки на ялах, парусные гонки, история морского многоборья.

В настоящее время известно много разнообразных видов спорта. Каждый из них в той или иной степени развивается, меняется. Проводятся олимпиады и соревнования, достижения освещаются в СМИ. Всё это способствует тому, что спорт продолжает жить. Но если подойти к случайному прохожему и спросить: «Что такое морское многоборье?», скорее всего он задумается и не сможет дать верный ответ. Именно поэтому в данной статье будет рассказано всё о морском многоборье.

Сначала нужно понять, что из себя представляет этот спорт. Морское многоборье-это вид спорта, который состоит из 5 дисциплин, таких как: морское пятиборье, морское троеборье, гребно-парусное пятиборье, ял-6 парусная гонка, ял-6 дистанция 2000 метров (гребная гонка). Каждая из вышеперечисленных дисциплин имеет свою отдельную программу. В основном везде присутствует: бег, плавание и стрельба. Также в гребно-парусном пятиборье есть: парусные гонки рульные, парусные гонки без рульные, гребная гонка, комплексная гонка, крейсерская гонка. В ял-6 проводится несколько парусных и гребных гонок. В каждом виде программы есть различные дистанции и количество гонок, которые зависят от возрастной категории участников, количества команд и других оснований.В холодное время года, из-за отсутствия возможности проводить парусные и гребные гонки, соревнования проводятся в формате троеборья: плавание (200м), стрельба, бег (800м). Команда состоит из 4-х человек.

Так же стоит рассказать об истории такого необычного и сложного вида спорта. Первое упоминание о соревнованиях по морскому многоборью встречается в журнале «Морской сборник» от 1858г, «Гонка гребных судов и состязание между матросами и солдатами в гимнастическом шаге, в Николаеве, 21 мая 1858». На данном мероприятии проводились соревнования по гребле, парусу и бегу. Соревнования проводились в присутствии вице-адмирала Метлина Николая Фёдоровича [2]. Спустя 2 года, в 1860 г. в дополнение к гребле и гонкам под парусом была включена стрельба и гонки под парусом без руля, что повышало сложность и требовало от команды слаженной координации[1]. По другим данным первые упоминания о соревнованиях, которые можно отнести к соревнованиям по морскому многоборью, относятся к 21 мая 1858 года, соревнования проходили в г. Николаеве. Гонка проходила под руководством вице-адмирал Г.И. Бутакова. В состав соревнований были включены следующие дисциплины: гонки шлюпок на веслах и под парусами и бег «гимнастическим шагом» на 1,5 версты. Шлюпки в зависимости от их размеров были разделены на «разряды» [6].

Следующие соревнования состоялась 8 и 9 сентября 1860 года, также в г. Николаеве. В этот раз было проведено две парусные гонки, одна из гонок была под парусами без рулей, данная гонка вызвала большой интерес, так как ранее она нигде не проводилась, это было чисто русское изобретение. В этой гонке успех зависел от слаженности работы экипажа, умению быстро и точно выполнять команды командира шлюпки. В эти же дни были проведены соревнования в стрельбе из нарезных ружей[5].

В СССР морское многоборье продолжало развиваться как военно-прикладной вид спорта. Так в 1918 г. был принят декрет «Об обязательном обучении военному искусству» всех граждан мужского пола. После ВОВ морское пятиборье развивалось на военно-морском флоте как средство физической подготовки личного состава. Морское многоборье включало следующие дисциплины: плавание (от 50 до 400 м), кросс (от 400 до 1500 м), стрельба (до 1997 г. – из малокалиберной винтовки 10 – 20 зачетных выстрелов, с 1997 г. – из пневматического пистолета 10 – 20 зачетных выстрелов), гребная гонка (от 1000

до 2000 м) и парусные гонки (от 3 до 5 гонок) на морских шлюпках – Ял-4 и Ял-6 [3].

В 1949 г. впервые прошли Всесоюзные соревнования по морскому многоборью – Первенство СССР, организатором которых было Добровольное общество содействия флоту (ДОСФЛОТ)

В 1954 г. был введен облегченный комплекс морского многоборья (юноши 15-17 лет), в 1956 г. для подростков (14-15 лет). В 1955 г. морское многоборье было выделено, как самостоятельный вид спорта и был проведен первый Чемпионат СССР. В стране стали регулярно проводиться Спартакиады народов СССР и официальные соревнования. Созданная в 1952 г. Федерация морского многоборья СССР в 1992 г. стала Федерацией морского многоборья России [4].

Морское многоборье неразрывно связано с Самарой и Самарской областью. Этому способствовало наличие реки «Волга», на которой удобно ходить под парусом и грести. С самых ранних времен в городе развивалось судостроение, что и помогало развитию этого вида спорта. В данный момент занятия и тренировки проходят в спортивной школе, находящейся на 9-ой просеке. Тут расположился тир, где проходят тренировки по стрельбе, а также несколько ангаров где зимой хранятся ялы и оборудование для парусно-гребных гонок. Каждое лето за волгой проводятся тренировочные лагери и соревнования в, которых участвуют спортсмены со всей Самарской области.

Морское многоборье развивается, не только в России, но и в Украине, Германии, Польше, Казахстане, Литве, Болгарии, Белоруссии, Эстонии. В 1956 году в Польше были впервые проведены международные соревнования по морскому многоборью. В 1993 году была организована Международная Ассоциация морских многоборий (МАММ), включающая 24 государства. С того же года регулярно проводятся всероссийские и международные соревнования по морскому многоборью, гребно-парусному многоборью и гребле на ялах.

Специфика Морского многоборья заключается в сложности организации тренировочного процесса. Ведь чтобы проводить тренировки по бегу и плаванию нужен корт и бассейн, но со стрельбой, греблей и парусом все намного сложнее. Для стрельбы требуется тир и пневматическое оружие, а для гребли и паруса нужно дорогостоящее снаряжение такое, как: вальковые вёсла, ял, паруса и т.п., а также место под его хранение. Всё это и является причиной такой малой известности данного вида спорта.

Но несмотря на это Морское многоборье продолжает свое развитие. Ведь данный вид спорта не только помогает разнопланово развиваться физически, но и способствует развитию командного духа и мышления.

Заключение: Прочитав эту статью вы многое узнали о морском многоборье: его историю правила и суть. Теперь, если у вас спросят: «Что такое морское многоборье?», вы запросто сможете ответить на этот вопрос и помочь этому интересному и необычному спорту найти новых приверженцев.

Список литературы:

1. Гонки гребных судов под веслами и парусами, с рулями и без рулей, произведенные в Николаеве, на реке Буг // Морской сборник. — 1860. — Т. Том XLVIII. Часть III, № 8. — С. 185-201.
2. Журнал «Морской сборник» / Том XXXVIII, No 11, 1858. Стр. 21 – 30.. — Санкт-Петербург, 1858. — С. С 21 по 30.
3. Веселаго, Ф.Ф. Сведения о ботике Дедушке русского флота за 200 лет с 1688 по 1888 год. – СПб.: типография В. Демакова, Новый пер. д. № 7, 1888. – 43 с.
4. Виноградов В.В. Торгово-мореходное образование в России/В.В. Виноградов. – СПб.: Типография В. Киршбаума, Новоисакиевская, 20, 1912. – 166 с.
5. Гонки гребных судов под веслами и парусами, с рулями и без рулей, произведенные в Николаеве, на реке Буг/ Морской сборник. Том XLVIII. Часть III, № 8, 1860. Стр. 185 – 201.
6. Гонка гребных судов и состязание между матросами и солдатами в гимнастическом шаге, в Николаеве, 21 мая 1858 года// Морской сборник. Том XXXVIII, № 11, 1858. Стр. 21 – 30.

Формат 60x90/16. Гарнитура Times New Roman
Бумага офсетная.
Адрес страницы в сети Интернет: www.naupri.ru
Дата выхода в свет: 20.06.2024. Цена свободная.
© Авторы статей, 2024
© Редакция научного журнала «Наука через призму времени», 2024
E-mail: nau-pri@naupri.ru

ISSN 2541-9250