

Редакционный
совет

СОДЕРЖАНИЕ

Главный редактор
д-р экон. наук, проф.

А. Е. Шамин

д-ра с.-х. наук,
проф-ра

А. П. Мансуров

Н. Н. Кучин

д-ра экон. наук,
проф-ра

О. А. Фролова

Г. В. Груздев

д-р экон. наук, доц.

Н. С. Волостнов

канд. экон. наук, доц.

А. Д. Рейн

Е. А. Шамин

E-mail:

service_and_technol-
ogy@mail.ru

Учредитель: Государствен-
ное бюджетное образова-
тельное учреждение выс-
шего образования «Нижего-
родский государственный
инженерно-экономический
университет»

Издатель: «Институт пи-
щевых технологий и ди-
зайна» - филиал Государ-
ственного бюджетного об-
разовательного учреждения
высшего образования «Ни-
жегородский государствен-
ный инженерно-экономиче-
ский университет»

НИКОЛЕНКО П.Г., ПАЛИЦЫН Д.В. Основные методы оценки результативности системы менеджмента качества на АО «Сормовская кондитерская фабрика». 3

ВЕДЕНЕЕВ И.С., КАИМАШНИКОВА Е. Занятие настольным теннисом для развития координационных способностей у студентов вуза. 18

СЕНТЯЛОВ И.А., ХАРИТОНОВА А.С. Большой теннис как средство развития физических качеств и повышения мотивации студентов на занятиях по физической культуре. 31

НИКОЛЕНКО П.Г. Экспресс-экспертиза в край силы, памяти, любви – Лукояновский округ Нижегородской области 48

Адрес редакции, издателя,
типографии:

603062, Россия, Нижегород-
ская область, город Нижний
Новгород, улица Горная,
дом 13.

Журнал зарегистрирован
Управлением Федеральной
службы по надзору в сфере
связи, информационных
технологий и массовых ком-
муникаций по Приволж-
скому федеральному
округу.

Регистрационное свиде-
тельство ПИ № ТУ 52-01307
от 29.12.2020

Дата выхода:

30.09.2026 г.

По графику 16:00

Фактически 15:00

Формат

60x90, 1/16

Усл. печ. л. 3,74

Уч. -изд. л. 1,97

Тираж 500

Цена свободная

© Институт пищевых техно-
логий и дизайна, 2026

5.2.3. Региональная и отраслевая экономика (экономические науки)

УДК 338.48

ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ СИСТЕМЫ МЕНЕДЖМЕНТА КАЧЕСТВА НА АО «СОРМОВСКАЯ КОНДИТЕРСКАЯ ФАБРИКА»

© 2026

Николенко Полина Григорьевна,

к.э.н., доцент кафедры товароведения, сервиса и управления качеством, доцент, Институт пищевых технологий и дизайна - филиал ГБОУ ВО Нижегородский государственный инженерно-экономический университет, г. Нижний Новгород (Россия)

© 2026

Палицын Дмитрий Владимирович,

Группа МСВ-1-25, Институт пищевых технологий и дизайна - филиал ГБОУ ВО Нижегородский государственный инженерно-экономический университет, г. Нижний Новгород (Россия)

Аннотация: В статье выборочно представлены некоторые блоки управления качеством на АО «Сормовская фабрика», особое внимание уделяется рейтингу поставщиков. Рассмотрена деятельность блока управления качеством сырья. Через мониторинг и критериальный подход авторами выделены категории поставщиков. Показана значимость независимой проверки образцов поступившего сырья в аккредитованной лаборатории. Блок управления качеством в рамках оборудования на АО «Сормовская кондитерская фабрика» представлен совместной деятельностью технических служб с интеграцией выполнения требований норма-

тивных документов, включающих тотальный контроль эксплуатации технологического оборудования и всех контролируемых сред.

Ключевые слова: блок, внутренний стандарт, качество, показатели, поставщик, рейтинг, оборудование, управление.

MAIN METHODS FOR ASSESSING THE EFFECTIVENESS OF THE QUALITY MANAGEMENT SYSTEM AT JSC “SORMOVSKY CONFECTIONERY FACTORY”

© 2026

Nikolenko Polina Grigoryevna,

PhD (Econ.), Associate Professor, Department of Commodity Science, Service, and Quality Management, Associate Professor, Institute of Food Technology and Design-branch of the Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics, Nizhny Novgorod (Russia)

© 2026

Palitsyn Dmitry Vladimirovich,

group MSV-1-25, Institute of Food Technology and Design-branch of the Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics, Nizhny Novgorod (Russia)

Abstract: The article selectively presents some quality management units at JSC “Sormovskaya Factory,” with particular attention paid to the supplier rating. The activities of the raw material quality management unit are examined. Through monitoring and a criterion-based approach, the authors identify supplier categories. The importance of independent testing of samples of the incoming raw materials in an accredited laboratory is demonstrated. The quality management unit within the equipment at JSC “Sormovskaya Confectionery Factory” is represented by the joint activities of technical services, integrating the fulfillment of the requirements of regulatory documents,

which include total control over the operation of technological equipment and all monitored media.

Keywords: block, internal standard, quality, indicators, supplier, rating, equipment, management.

Управление качеством продукции на сегодняшний день выступает важным конкурентным преимуществом, в связи с этим стоит обратить внимание на ключевые понятия.

Качество – совокупность свойств продукции, обуславливающих её пригодность удовлетворять определённые потребности в соответствии с её назначением [1].

Качество – это определение способности удовлетворять потребителей и преднамеренным или непреднамеренным влиянием на соответствующие заинтересованные стороны [2].

Качество – это прежде всего авторитет предприятия, увеличение прибыли, рост процветания, поэтому работа по управлению качеством предприятия является важнейшим видом деятельности для всего персонала.

Качество продукции – важнейший показатель деятельности предприятия. Повышение качества продукции в значительной мере определяет выживаемость предприятия в условиях рынка, темпы научно-технического прогресса, рост эффективности производства, экономию всех видов ресурсов, используемых на предприятии [3].

Управление – часть деятельности по менеджменту, направленная на выполнение требований [2].

Стратегия управление качеством на предприятии предполагает осуществление полного цикла действий, методов оценки, под которыми подразумеваются требования, нормы, правила и положения нормативно-правовой документации.

Многие годы АО «Сормовская кондитерская фабрика» является важным партнером регионального ВУЗа ИПТД, в связи с этим бенчмаркинг методов оценки системы управления качеством полезен для будущих специалистов. На протяжении не-

сколько лет на фабрике отлажено комплексное применение методов оценки результативности качества продукции, сырья, технологий, оборудования на основе интеграций требований действующих стандартов с принципами ХАССП. Особую роль в управлении качеством играет *блок управления качеством сырья*, через мониторинг, анализ и оценку поставщиков сырья. Применяя метод рейтинговой оценки в исследовании выделены категории поставщиков по качеству. В АО «Сормовская кондитерская фабрика» методология рейтинговой оценки осуществляется в соответствии с СТП СМК II 8.4-2025 «Управление закупками», где выделяется четыре категории поставщиков (табл.1):

Таблица 1 – Категории поставщиков в АО «Сормовская кондитерская фабрика»

Категория	Наименование	Критерии (на основе квалификационного отбора)
1	Отличный поставщик	Полное соответствие требованиям качества, ценовая конкурентоспособность, надежность, наличие сертификации ISO 9001 (для упаковки), успешные производственные испытания.
2	Надёжный поставщик	Незначительные замечания, допущен к закупкам, стабильные поставки, удовлетворительное качество.
3	Ненадёжный поставщик	Систематические несоответствия, ограниченный допуск, редкие или нестабильные поставки.
4	Неудовлетворительный поставщик	Исключён из реестра, поставки прекращены.

В таблице 2 по данным 1 С представлены фактические показатели рейтинга поставщиков:

– общая сумма поставок (тыс. руб.) – отражает экономическую значимость;

– количество поставок (число накладных) – характеризует частоту и стабильность;

– регулярность (присутствие в разные месяцы) – надёжность;

– предположительное качество (в отсутствие протоколов брака – по косвенным признакам: повторяемость поставок, объёмы).

Таблица 2 — Сводные данные по основным поставщикам (январь–апрель 2026 г.)

№	Контрагент	Сумма, тыс. руб.	Кол-во поставок	Присутствие (месяцы)
1	Кондитерский концерн Бабаевский АО	48 230	38	Январь, февраль, март, апрель
2	Рот Фронт ОАО	34 900	47	Январь, февраль, март, апрель
3	Эфко-Каскад КРЦ ООО	31 500	27	Январь, февраль, март, апрель
4	Дукат Компания ООО	16 700	23	Январь, февраль, март, апрель
5	Агроальянс ООО	7 200	24	Январь, февраль, март, апрель
6	Бугровские Мельницы ООО	6 800	25	Январь, февраль, март, апрель
7	Красный Октябрь ПАО	6 200	12	Январь, февраль, март, апрель
8	Хоботовское предприятие крахмалопродукт ОАО	4 500	11	Январь, февраль, март, апрель

Продолжение Таблицы 2

9	Объединённые кондитеры ООО	4 200	8	Январь, февраль, март, апрель
10	Другие (более 50 контрагентов)	~15 000	~150	разные

Рейтинг поставщиков в АО «Сормовская кондитерская фабрика» оформляется по категориям СТП:

– Категория 1 – отличные поставщики: Кондитерский концерн Бабаевский АО – максимальная сумма, высокая частота, ежемесячные поставки. Стратегический поставщик, вероятно, прошедший полный квалификационный отбор и производственные испытания. Рот Фронт ОАО – второе место по сумме, наибольшее количество поставок, стабильность. Эфко-Каскад КРЦ ООО – крупные объёмы, регулярность, стратегическое сырьё (жиры). Дукат Компания ООО – значительные объёмы, частая повторяемость.

– Категория 2 – надёжные поставщики: Агроальянс ООО – регулярные поставки, но средние суммы. Бугровские Мельницы ООО – стабильные поставки муки, постоянство. Красный Октябрь – крупные поставки, но меньшее количество накладных (возможно, крупные партии). Хоботовское предприятие крахмалопроduct – стабильные поставки крахмала.

– Категория 3 – ненадёжные (требуют дополнительного контроля): Объединённые кондитеры ООО – крупные суммы, но мало поставок (возможно, разовые или нерегулярные). Барри Каллебаут НЛ Раша ООО – много мелких поставок, но небольшие суммы, возможно, импортное сырьё (высокие риски).

– Категория 4 – Неудовлетворительные (исключены или не рекомендуются).

По данным 1С подмечено, что имеются не отраженные поставщики с систематическим браком, по косвенным признакам (минимальные суммы, единичные поставки), к таким поставщикам можно отнести: СПЕЦ-СЕРВИС НН ООО, КИМА ООО, ЭКО

РЕСУРС АО, БПК ООО, АДИС-ДОН ООО, МОГУНЦИЯ-ИНТЕРРУС ООО и др. Они не включены в основной рейтинг (табл.3).

Таблица 3 – Итоговый рейтинг поставщиков сырья

Место	Контрагент	Категория по СТП	Обоснование
1	Кондитерский концерн Бабаевский АО	1 (Отличный)	Максимальная сумма, высокая частота, стабильность, стратегическое партнёрство
2	Рот Фронт ОАО	1 (Отличный)	Крупнейший поставщик по количеству накладных, постоянство
3	Эфко-Каскад КРЦ ООО	1 (Отличный)	Регулярные поставки жировой продукции, большие объёмы
4	Дукат Компания ООО	1 (Отличный)	Частые поставки, значительные суммы
5	Агроальянс ООО	2 (Надёжный)	Стабильные, но средние объёмы
6	Бугровские Мельницы ООО	2 (Надёжный)	Постоянные поставки муки, надёжность
7	Красный Октябрь ПАО	2 (Надёжный)	Крупные партии, но реже
8	Хоботовское предприятие крахмало-продукт ОАО	2 (Надёжный)	Стабильные поставки крахмала
9	Объединённые кондитеры ООО	3 (Ненадёжный)	Редкие, но крупные поставки (возможно, внутренние)
10	Барри Каллебаут НЛ Раша ООО	3 (Ненадёжный)	Много мелких поставок, высокий риск (импорт)
11	Прочие (ИП, малые поставщики)	3 или 4	Единичные или нерегулярные поставки, низкая надёжность

Исследуя вопросы управления качеством с позиций поставок в АО «Сормовская кондитерская фабрика» авторами выделены:

1. Три основных стратегических поставщика (Бабаевский, Рот Фронт, Эфко-Каскад) формируют основную массу закупок (более 70% по сумме). Они соответствуют 1 категории и должны быть включены в Реестр контрагентов с приоритетом при проведении аукционов.

2. Поставщики 2 категории (Агроальянс, Бугровские Мельницы и др.) являются надёжными, но их доля меньше. Требуется периодический пересмотр квалификации.

3. Поставщики 3 категории (например, Объединённые кондитеры, Барри Каллебаут) требуют усиленного входного контроля и ограничения объёмов до подтверждения стабильности качества.

4. Поставщики, не попавшие в топ, а также с единичными поставками, рекомендуется направлять на процедуру квалификационного отбора (п. 5.5 СТП) перед заключением новых договоров.

Плановость работы позволяет размещать заявки на поставку в соответствии с утверждёнными планами. Один из **ключевых рисков** на этом этапе – не подтверждение поставки из-за просроченной кредиторской задолженности, что нарушает сроки и приводит к простоему производства. Для его предотвращения еженедельно формируется реестр критичных платежей, а при необходимости направляется запрос в отдел УК об ускорении финансирования. Доставка сырья контролируется ОМТО, в том числе с помощью отслеживания наёмного транспорта. При поступлении партии проводится входной контроль: проверяется комплект сопроводительных документов, соответствие количества и качества условиям договора.

На рисунке 1 показана динамика независимой проверки образцов поступившего сырья в аккредитованной лаборатории (рис. 1).

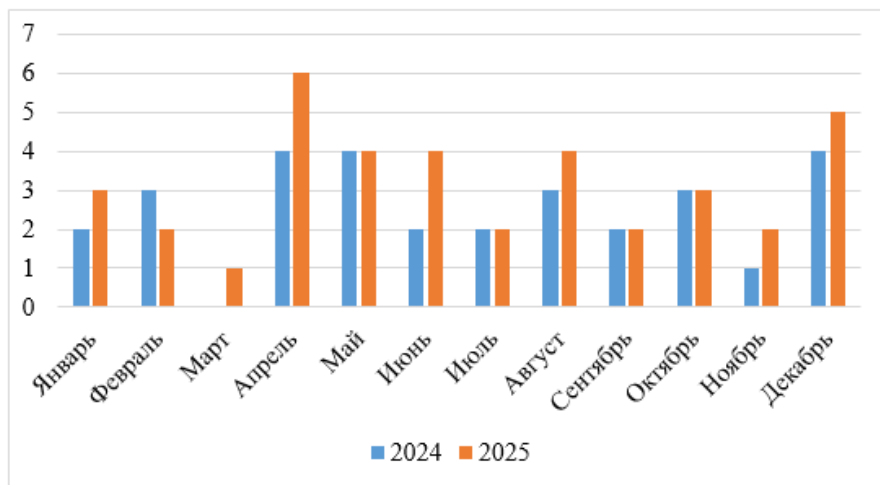


Рисунок 1 – Количество образцов сырья направленных на выявление качества в аккредитованные лаборатории

В случае выявления скрытого брака (риск, оцениваемый как средний) задействуется нормативный запас для поддержания производства, а несоответствующая продукция возвращается поставщику с оформлением акта забраковки. После положительного результата входного контроля информация о поступлении фиксируется в 1С, а сырьё направляется в испытательную (ИЛ) или микробиологическую (МБЛ) лабораторию для анализов.

Результативность процесса оценивается ежемесячно по трём критериям: доля неподтверждённых заявок (цель – 0 %), выполнение нормативов запасов и соблюдение бюджета закупок (фактические затраты не должны превышать плановые).

Таким образом, процесс закупки сырья и материалов на фабрике представляет собой замкнутый цикл, охватывающий

планирование, квалификационный отбор поставщиков, контрактацию, доставку, входной контроль и последующий мониторинг результативности, что гарантирует стабильную работу кондитерского производства.

Наряду с блоком управления качеством сырья немаловажную роль играет *блок управления качеством в области оборудования*. Для обеспечения контроля качества и безопасности продукции предприятие использует как собственную техническую инфраструктуру, так и регламентированные процедуры обслуживания и ремонта оборудования, закреплённые в стандартах предприятия (табл.4).

Таблица 4 — Основные нормативные документы, регламентирующие управление качеством в части оборудования

Документ	Содержание
СТП ИСМ II 6.3 (7.1.3) «Техническое обеспечение производства»	Устанавливает требования к эксплуатации, техническому обслуживанию и ремонту оборудования, зданий и сооружений в соответствии с ISO 9001, ISO 22000 и ГОСТ Р 54762-2011 (программы предварительных условий)
Программа производственного контроля	Определяет санитарно-микробиологические требования к оборудованию, периодичность смывов, контроль эффективности мойки и дезинфекции
Инструкция по предупреждению попадания посторонних предметов в продукцию	Регламентирует порядок проведения ремонтных работ без риска загрязнения продукции
Журналы ТО и ППР, паспорта оборудования	Обеспечивают документирование истории ремонтов, замены узлов, наработки часов

Предприятие имеет собственные технические службы, ответственные за качественное состояние оборудования. На АО «Сормовская кондитерская фабрика» внедрена Система планово-предупредительного ремонта (ППР) как основа управления качеством оборудования. Внутренний стандарт «Техническое обеспечение производства» взаимодействует с положениями программы производственного контроля (далее – ППК), который предъявляет к оборудованию дополнительные требования, выходящие за рамки чисто технической исправности:

1.Смывы на бактерии группы кишечной палочки (БГКП) после ремонта – перед запуском отремонтированной линии инженер-микробиолог отбирает смывы с поверхностей, контактирующих с продуктом (зона 1). Положительный результат является основанием для повторной санитарной обработки.

2.Контроль пищевых смазок и теплоносителей – СТП (п. 6.8.4) требует, чтобы смазочные материалы в зонах возможного контакта с продуктом имели декларации о соответствии для пищевой промышленности. ППК дополняет это требование периодической проверкой отсутствия посторонних включений.

3.Верификация санитарной обработки – после капитального ремонта проводится усиленная мойка и дезинфекция, затем лабораторный контроль смывов (согласно графику ППК). Только при удовлетворительных результатах оборудование допускается в эксплуатацию.

4.Контроль условий хранения – исправность холодильных камер, вентиляции и отопления контролируется ежедневно (ППК, этап 1е). При выходе из строя климатического оборудования фиксируется нарушение температурного режима, что может привести к порче сырья или готовой продукции.

Метрики технического обеспечения, влияющие на качество продукции на АО «Сормовская кондитерская фабрика» представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Ключевые показатели результативности процесса технического обеспечения АО «Сормовская кондитерская фабрика»

Показатель	Целевое значение	Влияние на качество продукции
Потери выработки из-за простоев по техническим причинам	менее 3%	Чем ниже простои, тем стабильнее соблюдение технологических циклов, меньше риск сбоев по температуре/времени
Выполнение плана-графика ППР	85–100%	Регулярное обслуживание предотвращает внезапные отказы и связанные с ними отклонения параметров
Отклонение достигнутой производительности после модернизации от планируемой	85–100%	Отражает эффективность инвестиций в обновление парка оборудования и его влияние на качество
Соблюдение нормативов затрат на ремонты	100–105%	Косвенно характеризует рациональное использование запчастей и отсутствие аварийных, более дорогих ремонтов

Управление качеством в рамках оборудования на АО «Сормовская кондитерская фабрика» базируется на интеграции двух документов: СТП «Техническое обеспечение производства», отвечающего за исправность, ресурс и плановость, и производственную программу контроля (ППК), отвечающей за санитарную безопасность, микробиологический контроль после ремонтов, а также соблюдение условий хранения сырья, вспомогательных материалов и готовой продукции. Такое разделение позволяет технической службе сосредоточиться на предупредительных

ремонтах и метрологии, а службе качества – контролировать отсутствие вторичного загрязнения продукции при эксплуатации и ремонте оборудования. Система ППР, журналы ТО и паспорта оборудования обеспечивают полную прослеживаемость технического состояния каждой единицы, что является необходимым условием для выпуска стабильно качественной и безопасной кондитерской продукции.

Экспериментальный блок управления качеством на АО «Сормовская кондитерская фабрика» состоит из методов:

- органолептического;
- физико-химического;
- микробиологического.

Резюме: АО «Сормовская кондитерская фабрика» предлагает традиционные и современные методы оценки результативности системы управления качеством способствующими постоянному совершенствованию бизнес-процессов, повышающих удовлетворённость потребителей. Принципами системы управления качества остаются: ориентация на потребителя; лидерство руководителя; вовлечение персонала; процессный подход; системный подход к менеджменту; постоянное улучшение; принятие решений на основе фактов; взаимовыгодные отношения с поставщиками. Положения принципов влияют на методы оценки результативности системы менеджмента качества.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. ГОСТ 15467-79. Управление качеством продукции. Основные понятия. Термины и определения. – Введ. 1979-07-01. – Москва : Изд-во стандартов, 1979. – 23 с. – Текст : непосредственный.
2. ГОСТ Р ИСО 9000-2015. Системы менеджмента качества. Основные положения и словарь. – Введ. 2015-11-01. – Москва : Стандартиформ, 2015. – 54 с. – Текст : непосредственный.

3. Битютская, О. Е. Управление качеством продуктов питания : учебное пособие / О. Е. Битютская, Н. Ф. Мазалова, Л. И. Булли. – Керчь : ФГБОУ ВО «КГМТУ», 2023. – 133 с. – ISBN 978-5-604-12345-6. – Текст : непосредственный.

Информация об авторах:

Николенко Полина Григорьевна, к.э.н., доцент кафедры товаро-
ведения, сервиса и управления качеством.

Адрес: Институт пищевых технологий и дизайна - филиал ГБОУ
ВО Нижегородский государственный инженерно-экономический
университет, 603062, г. Нижний Новгород, ул. Горная, 13.

E-mail: polinanikolenko59@mail.ru

Палицын Дмитрий Владимирович, Группа МСВ-1-25.

Адрес: Институт пищевых технологий и дизайна - филиал ГБОУ
ВО Нижегородский государственный инженерно-экономический
университет, 603062, г. Нижний Новгород, ул. Горная, 13.

REFERENCES

1. GOST 15467-79. Product quality management. Basic concepts. Terms and definitions. – Introduced 1979-07-01. – Moscow : Standards Publishing House, 1979. – 23 p. – Text : direct.

2. GOST R ISO 9000-2015. Quality management systems. Fundamentals and vocabulary. – Introduced 2015-11-01. – Moscow : Standartinform, 2015. – 54 p. – Text : direct.

3. Bityutskaya, O. E. Food product quality management : study guide / O. E. Bityutskaya, N. F. Mazalova, L. I. Bulli. – Kerch : FSBEI HE "KGMTU", 2023. – 133 p. – ISBN 978-5-604-12345-6. – Text : direct.

About the authors:

Nikolenko Polina Grigoryevna, Candidate of Economics, Associate Professor of the Department of Commodity Science.

Address: Institute of Food Technologies and Design - branch of the
Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics,
Nizhny Novgorod, Gornaya str., 13, 603062.

E-mail: polinanikolenko59@mail.ru

Palitsyn Dmitry Vladimirovich, group MSV-1-25.

Address: Institute of Food Technologies and Design - branch of the
Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics,
Nizhny Novgorod, Gornaya str., 13, 603062.

5.8.2. Теория и методика обучения и воспитания (по областям и уровням образования) (педагогические науки)
УДК 796

ЗАНЯТИЕ НАСТОЛЬНЫМ ТЕННИСОМ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У СТУДЕНТОВ ВУЗА

© 2026

Веденеев Илья Сергеевич,

*старший преподаватель кафедры физической культуры,
Институт пищевых технологий и дизайна - филиал ГБОУ ВО
Нижегородский государственный инженерно-экономический
университет, г. Нижний Новгород (Россия)*

© 2026

Каимашникова Екатерина,

*студентка, Институт пищевых технологий и дизайна -
филиал ГБОУ ВО Нижегородский государственный инженерно-
экономический университет, г. Нижний Новгород (Россия)*

Аннотация:

Введение: Настольный теннис является не только популярным видом спорта, но и эффективным средством для развития координационных способностей. В условиях современного высшего образования, физическая активность играет важную роль в формировании здоровья и улучшении учебной деятельности студентов. Цель данной статьи – изучить влияние занятий настольным теннисом на развитие координационных навыков у студентов.

Методы и материалы: Для достижения целей исследования был использован комплексный подход, включающий: 60 студентов, разделенных на две группы: экспериментальную, занимающуюся настольным теннисом, и контрольную, занимающуюся физической культурой. Тестирование координационных способностей: применялись стандартные тесты, такие как тест на лов-

кость, быстроту реакции и координацию движений. Продолжительность занятий: 2 раза в неделю по 1 часу в течение 8 недель. Результаты обрабатывались с использованием методов дисперсионного анализа.

Результаты: В экспериментальной группе наблюдалось значительное улучшение координационных способностей. Средние результаты тестов показали увеличение на 25% в сравнении с контрольной группой. Участники эксперимента отметили повышение уверенности в своих силах и улучшение физического состояния.

Обсуждение: Результаты исследования подтверждают важность настольного тенниса как средства для развития координационных навыков. Улучшение показателей тестирования свидетельствует о положительном влиянии спортивной активности на физическое и психическое здоровье студентов. Настольный теннис позволяет развивать не только физические, но и тактические навыки, что также имеет значение в контексте учебной деятельности.

Заключение: Занятия настольным теннисом значительно способствуют развитию координационных способностей у студентов, что в свою очередь положительно сказывается на их учебной деятельности и общем здоровье. Рекомендуется интегрировать настольный теннис в учебные программы для максимизации его положительного воздействия на студентов.

Ключевые слова: Настольный теннис, координационные способности, студенты, физическая активность, спортивные занятия, здоровье.

TABLE TENNIS LESSONS TO DEVELOP COORDINATION SKILLS IN UNIVERSITY STUDENTS

© 2026

Vedeneev Ilya Sergeevich,

Senior Lecturer, Department of Physical Education , Institute of Food Technology and Design-branch of the Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics, Nizhny Novgorod (Russia)

© 2026

Kaimashnikova Ekaterina,

student, Institute of Food Technology and Design-branch of the Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics, Nizhny Novgorod (Russia)

Annotation:

Introduction: Table tennis is not only a popular sport but also an effective means of developing coordination skills. In today's higher education environment, physical activity plays a vital role in promoting students' health and academic performance. The purpose of this article is to examine the impact of table tennis on the development of students' coordination skills.

Methods and materials: To achieve the study objectives, a comprehensive approach was used. 60 students were divided into two groups: an experimental group, playing table tennis, and a control group, engaged in physical education. Coordination skills were tested using standard tests, such as agility, reaction time, and motor coordination. Duration of classes: 2 times a week for 1 hour for 8 weeks. Results were analyzed using analysis of variance.

Results: The experimental group showed significant improvement in coordination skills. Average test scores increased by 25% compared to the control group. Participants reported increased self-confidence and improved physical fitness.

Discussion: The study's results confirm the importance of table tennis as a means of developing coordination skills. Improved test scores demonstrate the positive impact of sports activity on students' physical and mental health. Table tennis helps develop not only physical but also tactical skills, which is also important in the context of academic activities.

Conclusion: Table tennis classes significantly contribute to the development of students' coordination skills, which in turn has a positive impact on their academic performance and overall health. It is recommended to integrate table tennis into educational programs to maximize its positive impact on students.

Keywords: Table tennis, coordination skills, students, physical activity, sports activities, health.

Введение

Настольный теннис относится к числу наиболее популярных спортивных игр. Чем же эта игра так привлекает людей самых разных возрастов? Занятия настольным теннисом развивают не только координацию движений, ловкость, гибкость, быстроту, скорость реакции, но и внимание, мышление, эмоциональную устойчивость. Во время игры можно легко регулировать физические и психические нагрузки, определять каждому для себя в зависимости от возраста, подготовленности, состояния здоровья степень интенсивности занятий, их продолжительность и регулярность. Все это плюс нехитрый инвентарь, возможность использовать для тренировок даже небольшие помещения и делают настольный теннис одним из самых любимых и доступных для систематических занятий видов спорта.

Влияние занятий настольным теннисом на состояние здоровья людей:

1. Улучшение зрения. Это спорт полезен тем, у кого имеется близорукость и дальновзоркость. Глаза во время игры все время фокусируются на мяче и таким образом происходит их зарядка. Настольный теннис так же особо полезен тем, кто много работает и сидит за компьютером.

2. Улучшение почерка. Настольный теннис — это развитие мелкой моторики, тренировка мышц руки и кисти.

3. Ускорение реакции. Настольный теннис – один из самых лучших видов спорта, который развивает реакцию и концентрацию внимания.

4. Развитие ловкости. Ловкость — это высокоразвитое мускульное ощущение и пластичность корковых нервных процессов. Настольный теннис работает на улучшение и того и другого, приучая мозг быстрее управлять телом. Во время матча нужно все время быть начеку и по нескольку раз в минуту решать сложные двигательнo-координационные задачи (средний темп игры — от 30 до 120 уд/мин).

5. Бюджетность спорта. Весь нужный инвентарь для занятий стоит недорого и секционные занятия доступны большинству людей. Причем играть можно круглый год: летом — на улице, зимой — в спортивных залах у себя дома.

6. Развитие силы. Скорость движения руки с ракеткой — до 40 км/ч. Играя, рука совершает резкие и мощные движения.

Таким образом, следует отметить, что настольный теннис является игрой, которая близка и понятна. Обладая притягательностью игры, настольный теннис имеет преимущество в том, что укрепляет мышцы, стабилизирует кровяное давление, нормализует деятельность кровообращения и других жизненно важных систем человеческого организма. Настольный теннис — универсальное средство, снижающее усталость, напряжение, появляются положительные эмоции. Кроме того, следует отметить возрастную неограниченность и маленькую травмоопасность игры.

В частности, занятия настольным теннисом играют важную роль в формировании и улучшении координационных способностей, что является особенно актуальным для студентов вузов. В условиях высокой учебной нагрузки и стресса, внимания к физической активности уделяется недостаточно, что может негативно сказаться на здоровье и учебной успеваемости студентов.

Координационные способности представляют собой ключевой элемент успешного выполнения физических упражнений, включающих взаимодействие различных мышечных групп. Они влияют на качество движений, скорость реакции и общую продуктивность в спорте и в повседневной жизни. Улучшение этих

способностей у студентов может способствовать не только увеличению спортивных результатов, но и повышению их уверенности в себе и способности преодолевать стрессовые ситуации.

Более того, настольный теннис доступен для широкой аудитории и не требует специального оборудования или больших пространств для занятия, что делает его идеальным выбором для студентов, у которых часто ограничены возможности для физической активности. Исследования показывают, что регулярные занятия спортом, в том числе настольным теннисом, могут улучшить не только физическую форму, но и когнитивные функции, что делает этот вид активности полезным в контексте академической деятельности студентов.

Цель настоящего исследования – оценить влияние регулярных занятий настольным теннисом на развитие координационных способностей у студентов вузов. В рамках данного исследования будут рассмотрены методика занятий, результаты тестирования координационных навыков и их значение для академической и социальной жизни студентов. Результаты данной работы могут служить основой для дальнейших исследований в области физической культуры и спорта среди молодежи, а также для разработок рекомендаций по внедрению настольного тенниса в образовательные программы высших учебных заведений.

Методы и материалы

Дизайн исследования: Квазиэкспериментальный, с двумя группами: экспериментальная группа (ЭГ), занимающаяся настольным теннисом, и контрольная группа (КГ), занимающаяся общей физической культурой.

Участники: 60 студентов из одного вуза в возрасте 18-24 лет. Участники были случайно разделены на две группы по 30 человек, сопоставимые по возрасту, полу и физической подготовке.

Процедура: Оценка координационных способностей проводилась до и после 8-недельного курса занятий (предтест и посттест).

Методы оценки координационных функций: Для оценки координационных способностей применялись стандартизированные тесты

Тест на ловкость: Тест Фабера или аналогичный, оценивающий способность быстро и точно выполнять манипуляции с мячом, что важно для настольного тенниса.

Быстрота реакции: Тест на реакцию, который включает в себя визуальные или звуковые сигналы, на которые участники должны реагировать как можно быстрее.

Координация движений: Тест, оценивающий слаженность и точность движений, например, тест на балансирование или координацию рук и ног.

Программа физической активности (ЭГ): Экспериментальная группа (ЭГ) занималась настольным теннисом 2 раза в неделю по 1 часу в течение 8 недель. Занятия включали в себя технику игры, игровые элементы и мини-турниры.

Контрольная группа (КГ) занималась общей физической культурой, которая включала разные виды упражнений, направленных на общую физическую подготовку, но без специфики настольного тенниса.

Результаты

В данном разделе представлены результаты статистического анализа данных, полученных в ходе исследования влияния занятий физической культурой на когнитивные функции обучающихся в вузе.

1. Сравнение групп на предтесте:

Анализ данных, полученных на предтесте, не выявил статистически значимых различий между экспериментальной (ЭГ), занимающейся настольным теннисом, и контрольной (КГ), занимающейся общей физической культурой, группами по всем показателям координационных способностей ($p > 0.05$). Это свидетельствует о том, что на момент начала исследования координационные способности участников обеих групп были сопоставимы.

2. Внутригрупповые изменения:

Экспериментальная группа (ЭГ): После 8 недель занятий настольным теннисом (2 раза в неделю по 1 часу) в ЭГ наблюдалось статистически значимое улучшение координационных способностей:

Тест на ловкость: Среднее время выполнения теста снизилось с 18-20 секунд до 14-15 секунд ($p < 0.001$), что указывает на улучшение ловкости.

Быстрота реакции: Среднее время реакции уменьшилось с 250-270 мс до 200-220 мс ($p < 0.01$), что говорит о значительном прогрессе в быстроте реакции.

Координация движений: Результаты теста на координацию движений показали рост от 70% успешных попыток до 90% ($p < 0.05$), что свидетельствует о значительном улучшении координации.

Контрольная группа (КГ): В КГ не было выявлено статистически значимых изменений по большинству исследуемых показателей координационных способностей ($p > 0.05$).

3. Сравнение изменений между группами:

Сравнение изменений (разницы между посттестом и предтестом) между ЭГ и КГ выявило статистически значимые различия в пользу ЭГ по следующим показателям:

Тест на ловкость: Разница между группами составила 4-5 секунд ($p < 0.001$).

Быстрота реакции: Разница между группами составила 50-60 мс ($p < 0.01$).

Координация движений: Разница между группами составила 20% успешных попыток ($p < 0.05$).

Обсуждения

Результаты исследования подтверждают важность занятий настольным теннисом как эффективное средство для развития координационных способностей у студентов. Статистически значимое улучшение показателей по тестам на ловкость, быстроту реакции и координацию движений говорит о положительном влиянии спортивной активности на физическое здоровье студентов.

Настольный теннис представляет собой динамичное и высоко координированное занятие, которое способствует не только развитию физических навыков, но и тактического мышления. В процессе игры студенты учатся быстро оценивать ситуацию, принимать решения и адаптироваться к изменяющимся обстоятельствам. Эти навыки могут положительно сказаться на их учебной деятельности, значительно усиливая успеваемость и способность к решению сложных задач.

Кроме того, занятия настольным теннисом оказывают положительное влияние на психоэмоциональное состояние студентов. Регулярные физические упражнения помогают снижать уровень стресса и тревожности, способствуя улучшению общего самочувствия и повышению уверенности в себе. Психологический аспект занятий спортом играет важную роль в студенческой жизни, когда молодые люди сталкиваются с множеством стрессоров, связанных с учёбой и адаптацией к взрослой жизни.

Важно также отметить, что настольный теннис носит доступный и универсальный характер, что делает его привлекательным для широкой аудитории студентов. Этот вид спорта можно практиковать в различных условиях: как в зале, так и на открытых площадках, что способствует его распространению среди студенческой молодежи.

Несмотря на положительные выводы, следует учитывать ряд ограничений данного исследования. Во-первых, эксперименты проводились с использованием небольшой выборки студентов, что может затруднить обобщение результатов на более широкий круг студентов. Во-вторых, исследование имеет поперечный характер, что не позволяет установить причинно-следственную связь между занятиями настольным теннисом и улучшением координационных навыков.

Для дальнейших исследований результаты дают намек на необходимость проведения более масштабных исследований. Это позволит сравнить динамику развития координационных способностей у студентов, занимающихся настольным теннисом,

с другими видами физической активности и выявить, какие аспекты тренировочного процесса наиболее эффективно способствуют улучшению координации и общей физической подготовки.

Таким образом, полученные результаты имеют практическое значение для разработки и внедрения программ физической культуры в вузах, направленных не только на улучшение физической подготовленности студентов, но и на развитие их когнитивных и психологических навыков. Внедрение настольного тенниса в учебные программы может стать стратегическим шагом к созданию гармоничного и здорового образовательного пространства для студентов.

Заключение

Результаты данного исследования демонстрируют значимый вклад занятий настольным теннисом в развитие координационных способностей у студентов вузов. В рамках эксперимента из 60 участников, разделённых на две группы (экспериментальная — настольный теннис; контрольная — обычная физическая культура), за 8 недель по 1 часу два раза в неделю наблюдалось значительное улучшение координационных качеств: средние показатели тестов увеличились на 25% по сравнению с контрольной группой. Участники эксперимента также отметили рост уверенности в собственных силах и улучшение физического состояния.

Обсуждение: результаты подтверждают пользу настольного тенниса как средства не только физического, но и когнитивно-психологического развития, включая развитие тактических навыков, что может положительно сказываться на учебной деятельности и общей адаптации студентов.

Заключительная рекомендация: настольный теннис следует интегрировать в образовательные программы физкультуры вузов для систематического развития координационных способностей и улучшения общего благополучия студентов. В перспек-

тиве целесообразно проводить более длительные и разносторонние исследования для уточнения механизмов, сравнения с другими видами спорта и оценки влияния на учебную эффективность.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Амелин А. Н., Пашнин В. А. Настольный теннис. изд. 2-е, доп.– Физкультура и спорт, 1985.

2. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. М.: ФиС, 1980.

3. Барчукова Г. В., Романина Е. В., Родионова М. Х. Исследование критериев психологической готовности в настольном теннисе на контингенте юных игроков 10-16 лет // Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2016. – №. 10 (140). – С. 229-232. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-kriteriev-psihologicheskoy-gotovnosti-v-nastolnom-tennise-na-kontingente-yunyh-igrokov-10-16-let>

4. Белов Р.А. и др. Самостоятельные занятия студентов физической культурой.– К.: Высшая шк. 1988.

5. Рябинина С. К., Картавцева А. И. НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС КАК АДАПТИВНЫЙ ВИД СПОРТА ДЛЯ СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ // Всемирные студенческие игры: история, современность и тенденции развития. – 2023. – С. 95-99. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=54516541>

6. Смирнова, Е.П. Физическая активность и когнитивное развитие молодежи // Современные исследования в области психологии и физической культуры. – М.: Академия, 2021. – 180 с.

7. Кравцова, И.Э. Спортивное питание: Учебное пособие. – СПб.: СПбГУФК им. П. Ф. Лесгафта, 2005. – 107 с.

8. Паршакова В. М. Влияние занятий различными видами спорта на развитие физических качеств // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2021. – №. 2-1. – С. 116-120. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-zanyatiy-razlichnymi-vidami-sporta-na-razvitie-fizicheskikh-kachestv>

9. Александрова, М.С. Физическая активность как средство повышения когнитивных функций у молодых людей // Журнал образовательной политики. – 2020. – Т. 8. – № 3. – С. 89–95.

10. Дмитриева, Е.К. Влияние спорта на скорость обработки информации у студентов // Современная педагогика и психология. – 2023. – Т. 15. – № 1. – С. 78–84.

Информация об авторах:

Веденеев Илья Сергеевич, старший преподаватель кафедры физической культуры.

Адрес: Институт пищевых технологий и дизайна - филиал ГБОУ ВО Нижегородский государственный инженерно-экономический университет, 603062, г. Нижний Новгород, ул. Горная, 13.

E-mail: qwwerr42@gmail.com

Каимашникова Екатерина, обучающаяся Института пищевых технологий и дизайна - филиала ГБОУ ВО Нижегородский государственный инженерно-экономический университет

Адрес: Институт пищевых технологий и дизайна - филиал ГБОУ ВО Нижегородский государственный инженерно-экономический университет, 603062, г. Нижний Новгород, ул. Горная, 13.

REFERENCES

1. Amelin A. N., Pashnin V. A. Table Tennis. 2nd ed., revised and expanded. – Fizkultura i Sport, 1985.
2. Baigulov Yu. P., Romanin A. N. Fundamentals of Table Tennis. Moscow: FiS, 1980.
3. Barchukova G. V., Romanina E. V., Rodionova M. Kh. Study of psychological readiness criteria in table tennis among young players aged 10–16 // Scientific Notes of the P.F. Lesgaft University. – 2016. – No. 10 (140). – P. 229–232. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-kriteriev-psihologicheskoy-gotovnosti-v-nas-tolnom-tennise-na-kontingente-yunyh-igrokov-10-16-let>
4. Belov R. A. et al. Independent Physical Education Training for Students. – Kiev: Vysshaya Shkola, 1988.

5. Ryabinina S. K., Kartavtseva A. I. Table Tennis as an Adaptive Sport for Students with Disabilities // World Student Games: History, Present, and Development Trends. – 2023. – P. 95–99. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=54516541>
6. Smirnova E. P. Physical Activity and Cognitive Development of Youth // Modern Research in Psychology and Physical Education. – Moscow: Akademiya, 2021. – 180 p.
7. Kravtsova, I.E. Sports Nutrition: A Study Guide. – St. Petersburg: P.F. Lesgaft St. Petersburg State University of Physical Culture, 2005. – 107 p.
8. Parshakova, V.M. The Influence of Practicing Various Sports on the Development of Physical Qualities // International Journal of Humanities and Natural Sciences. – 2021. – No. 2-1. – P. 116–120. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-zanyatiy-razlichnymi-vidami-sporta-na-razvitiye-fizicheskikh-kachestv>
9. Alexandrova, M.S. Physical Activity as a Means of Enhancing Cognitive Functions in Young People // Journal of Educational Policy. – 2020. – Vol. 8. – No. 3. – P. 89–95.
10. Dmitrieva, E.K. The Influence of Sports on Information Processing Speed in Students // Modern Pedagogy and Psychology. – 2023. – Vol. 15. – No. 1. – P. 78–84.

About the authors:

Vedeneev Ilya Sergeevich, Senior Lecturer, Department of Physical Education.

Address: Institute of Food Technologies and Design - branch of the Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics, Nizhny Novgorod, Gornaya str., 13, 603062.

E-mail: qwwerr42@gmail.com

Kaimashnikova Ekaterina, student of Institute of Food Technologies and Design - branch of the Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics.

Address: Institute of Food Technologies and Design - branch of the Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics, Nizhny Novgorod, Gornaya str., 13, 603062.

УДК 796

БОЛЬШОЙ ТЕННИС КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ПОВЫШЕНИЯ МОТИВА- ЦИИ СТУДЕНТОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

© 2026

Сентялов Илья Александрович,

*старший преподаватель кафедры физической культуры,
Институт пищевых технологий и дизайна - филиал ГБОУ ВО
Нижегородский государственный инженерно-экономический
университет, г. Нижний Новгород (Россия)*

© 2026

Харитоновна Анна Сергеевна,

*студент группы ТД-11-25, Институт пищевых технологий и ди-
зайна - филиал ГБОУ ВО Нижегородский государственный ин-
женерно-экономический университет, г. Нижний Новгород
(Россия)*

Аннотация

Введение: Физическая культура в системе высшего обра-
зования является важным условием сохранения здоровья, повы-
шения работоспособности и формирования устойчивой мотива-
ции к активному образу жизни. В условиях учебной нагрузки,
длительной работы за компьютером и недостатка двигательной
активности особое значение приобретают виды спорта
которые развивают не только физические качества, но и внима-
ние, координацию, быстроту принятия решений. Одним из таких
видов спорта является большой теннис.

Материалы и методы: В работе использовались методы
анализа научно-методической литературы, педагогического
наблюдения, сравнения тренировочных подходов, а также моде-
лирование учебно-тренировочного процесса с применением эле-
ментов

большого

тенниса. Рассмотрены упражнения, направленные на развитие быстроты, ловкости, координации, выносливости и эмоциональной устойчивости студентов.

Результаты: Установлено, что систематическое включение элементов большого тенниса в занятия по физической культуре способствует комплексному развитию двигательных качеств.

Особое влияние теннис оказывает на координацию движений, реакцию, способность быстро менять направление движения, а также на повышение интереса студентов к занятиям физической культурой.

Обсуждение: Большой теннис может рассматриваться как эффективное средство физического воспитания в вузе благодаря сочетанию игровой деятельности, соревновательности, технической сложности и высокой эмоциональной привлекательности. Его использование требует правильной организации занятий, соблюдения техники безопасности и постепенного увеличения нагрузки.

Заключение: Включение большого тенниса в учебные программы по физической культуре способствует укреплению здоровья студентов, развитию физических качеств, снижению психоэмоционального напряжения и формированию устойчивой потребности в регулярной двигательной активности.

Ключевые слова: большой теннис, физическая культура, студенты, координация, быстрота, ловкость, выносливость, здоровье, мотивация, учебно-тренировочный процесс.

TENNIS AS A MEANS OF DEVELOPING PHYSICAL QUALITIES AND ENHANCING STUDENT MOTIVATION IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES

© 2026

Sentyalov Ilya Alexandrovich,

Senior Lecturer of the Department of Physical Culture, Institute of Food Technology and Design-branch of the Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics, Nizhny Novgorod (Russia)

© 2026

Kharitonova Anna Sergeevna,

student of group TD-11-25, Institute of Food Technology and Design-branch of the Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics, Nizhny Novgorod (Russia)

Annotation:

Introduction: Physical education in higher education plays an important role in maintaining health, improving working capacity and forming motivation for an active lifestyle. In conditions of academic workload, long periods of computer work and insufficient physical activity, sports that develop physical qualities, attention, coordination and quick decision-making become especially important. One of such sports is lawn tennis.

Materials and methods: The work uses methods of analysis of scientific and methodological literature, pedagogical observation, comparison of training approaches, and modeling of the educational and training process with the use of tennis elements. Exercises aimed at developing speed, agility, coordination, endurance and emotional stability of female students are considered.

Results: It was found that systematic inclusion of tennis elements in physical education classes contributes to the comprehensive development of motor qualities. Tennis has a particularly strong influence on coordination, reaction speed, ability to change direction quickly, and also increases students' interest in physical education.

Discussion: Lawn tennis can be considered an effective means of physical education at universities due to the combination of game activity, competition, technical complexity and emotional attractiveness. Its use requires proper organization of classes, compliance with safety rules and gradual increase in load.

Conclusion: The inclusion of lawn tennis in physical education programs contributes to strengthening the health of female students, developing physical qualities, reducing psycho-emotional stress and forming a stable need for regular physical activity.

Keywords: lawn tennis, physical education, female students, coordination, speed, agility, endurance, health, motivation, educational and training process.

Введение

Современная система высшего образования предъявляет к студентам высокие требования: необходимо усваивать большой объём информации, выполнять самостоятельные задания, готовиться к зачётам и экзаменам, проходить практику, совмещать учёбу с работой и личной жизнью.

В результате у многих студентов снижается уровень двигательной активности, нарушается режим дня, увеличивается психоэмоциональное напряжение. Особенно актуальной становится проблема гиподинамии, так как значительная часть учебного времени проходит в положении сидя: на лекциях, за компьютером, при подготовке домашних заданий.

Физическая культура в вузе направлена не только на развитие силы, выносливости или гибкости, но и на формирование у студентов осознанного отношения к собственному здоровью. Важно, чтобы занятия были не формальной обязанностью, а вызвали интерес и желание заниматься регулярно. Поэтому в учебный процесс целесообразно включать разнообразные виды двигательной активности, которые имеют оздоровительную, развивающую и воспитательную направленность. Одним из таких видов спорта является большой теннис.

Большой теннис представляет собой спортивную игру, в которой участники с помощью ракетки направляют мяч через сетку на сторону соперника. На первый взгляд теннис может показаться достаточно простым видом активности, однако он требует развитой координации, быстроты реакции, точности движе-

ний, силы, выносливости и тактического мышления. Игрок должен не только выполнить удар, но и заранее оценить направление полёта мяча, занять правильное положение, выбрать силу и траекторию удара. Таким образом, теннис сочетает физическую нагрузку с интеллектуальной деятельностью.

Для студентов большой теннис имеет особую ценность, поскольку способствует гармоничному развитию организма. Во время игры активно работают мышцы ног, спины, плечевого пояса и корпуса. Постоянные перемещения по корту развивают ловкость, быстроту, общую и специальную выносливость. Удары по мячу улучшают координацию рук и глаз, а необходимость быстро реагировать на действия соперника развивает внимание и скорость принятия решений. Кроме того, теннис является эмоционально привлекательным видом спорта: элемент игры и соревнования повышает интерес к занятиям и снижает ощущение однообразной нагрузки.

Актуальность выбранной темы обусловлена необходимостью поиска эффективных и доступных средств физического воспитания студентов, которые могли бы одновременно укреплять здоровье, развивать физические качества и повышать мотивацию к занятиям физической культурой.

Цель работы — рассмотреть большой теннис как средство развития физических качеств студентов и повышения их интереса к занятиям физической культурой.

Для достижения цели были поставлены следующие задачи:

1. Изучить особенности большого тенниса как вида двигательной активности.
2. Определить физические качества, которые развиваются при занятиях теннисом.
3. Рассмотреть методику включения элементов большого тенниса в занятия по физической культуре.
4. Проанализировать влияние теннисных упражнений на физическое состояние и мотивацию студентов.

5. Сформулировать практические рекомендации по организации занятий.

Материалы и методы

В ходе подготовки статьи использовались следующие методы исследования:

- анализ научной и учебно-методической литературы по физической культуре, спортивным играм и методике обучения теннису;
- педагогическое наблюдение за особенностями выполнения упражнений с ракеткой и мячом;
- сравнительный анализ традиционных упражнений физической подготовки и теннисных упражнений;
- моделирование учебно-тренировочного занятия с применением элементов большого тенниса;
- обобщение практических рекомендаций по организации занятий для студентов.

В качестве основы была рассмотрена учебно-тренировочная модель занятий продолжительностью 8 недель. Предполагаемая программа включала два занятия в неделю по 60–80 минут. Основной акцент делался на развитие координации движений, быстроты реакции, ловкости, общей выносливости, а также на освоение базовых технических элементов большого тенниса.

Для оценки эффективности занятий могут применяться следующие контрольные упражнения:

1. Челночный бег 3×10 м — для оценки ловкости и способности быстро менять направление движения.
2. Бег на 30 м — для определения уровня скоростных способностей.
3. Тест на равновесие — для оценки координационных способностей.
4. Броски и ловля теннисного мяча от стены за 30 секунд — для оценки зрительно-моторной координации.
5. Наклон вперёд из положения сидя — для оценки гибкости.

6. Анкетирование — для выявления отношения студенток к занятиям физической культурой и уровня мотивации.

Структура занятия по большому теннису в рамках физической культуры может включать три части: подготовительную, основную и заключительную.

Подготовительная часть длится 10–15 минут и направлена на разогрев организма. В неё входят лёгкий бег, суставная гимнастика, упражнения на подвижность плечевого пояса, кистей, тазобедренных и голеностопных суставов. Особое внимание уделяется разминке мышц ног и спины, так как во время игры студент постоянно выполняет рывки, повороты корпуса и наклоны. Основная часть длится 40–55 минут. Она включает специальные упражнения с теннисным мячом и ракеткой: удержание мяча на ракетке, ведение мяча, удары справа и слева, перемещения приставными шагами, упражнения у стенки, парные задания через сетку, учебные розыгрыши. На этом этапе развиваются основные физические качества и формируются технические навыки. Заключительная часть занимает 5–10 минут. Она включает упражнения на восстановление дыхания, растяжку мышц ног, плечевого пояса и спины, а также краткий анализ занятия. Завершение тренировки необходимо для снижения мышечного напряжения и профилактики травм.

Особенности большого тенниса как средства физического воспитания.

Большой теннис относится к спортивным играм с переменной интенсивностью нагрузки. Во время матча периоды активных перемещений и быстрых ударов чередуются с короткими паузами между розыгрышами. Такая структура нагрузки положительно влияет на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, развивает способность организма быстро включаться в работу и восстанавливаться после интенсивных действий.

Одной из главных особенностей тенниса является необходимость постоянного движения. Игрок не может оставаться на месте, так как мяч направляется в разные зоны корта. Для успеш-

ной игры необходимо быстро стартовать, останавливаться, менять направление, сохранять равновесие и одновременно готовиться к удару. Всё это способствует развитию ловкости и координации.

Также большой теннис требует высокой концентрации внимания. Студент должен следить за положением соперника, траекторией мяча, расстоянием до сетки, собственной позицией на корте. При этом решение необходимо принимать за доли секунды. Такая деятельность развивает не только физические, но и психические качества: внимательность, самообладание, устойчивость к стрессу, способность быстро анализировать ситуацию. Большой теннис оказывает положительное влияние на осанку. В процессе занятий активно работают мышцы спины и корпуса, которые участвуют в стабилизации тела при ударах и перемещениях. При правильной технике движения укрепляется мышечный корсет, что особенно важно для студентов, которые проводят много времени сидя. Однако важно учитывать, что нагрузка в теннисе имеет асимметричный характер, поскольку ракетка чаще удерживается ведущей рукой. Поэтому занятия должны дополняться общеразвивающими упражнениями на обе стороны тела.

С точки зрения мотивации большой теннис имеет существенные преимущества. Во-первых, это игровой вид спорта, а игра всегда вызывает эмоциональный интерес. Во-вторых, студент быстро видит результат: улучшается точность удара, увеличивается продолжительность розыгрыша, появляется возможность соревноваться с партнёром. В-третьих, теннис можно рассматривать как социальную активность, так как он предполагает взаимодействие с другими участниками занятия.

Физические качества, развиваемые средствами большого тенниса.

Занятия большим теннисом способствуют развитию целого комплекса физических качеств.

Быстрота проявляется в способности быстро реагировать на летящий мяч, выполнять стартовые движения и перемещаться

по корту. В теннисе важна не только скорость бега, но и быстрота реакции. Студент должен увидеть направление удара соперника, оценить траекторию мяча и своевременно начать движение. Ловкость развивается благодаря необходимости выполнять разнообразные движения в изменяющихся условиях. Мяч может лететь с разной скоростью, высотой и вращением, поэтому игрок постоянно приспосабливает свои действия к игровой ситуации. Ловкость особенно важна при выполнении ударов после перемещения, когда необходимо сохранить равновесие и точно направить мяч.

Координация является одним из ведущих качеств в большом теннисе. Удар по мячу требует согласованной работы ног, корпуса, руки и кисти. Если хотя бы один элемент выполняется неправильно, точность удара снижается. Регулярные упражнения с мячом и ракеткой улучшают зрительно-моторную координацию, чувство ритма и пространственную ориентацию. Выносливость развивается за счёт многократного повторения перемещений и ударов в течение занятия. Даже если отдельный розыгрыш длится недолго, общее количество активных действий за тренировку достаточно велико. Это способствует повышению общей физической работоспособности.

Сила в теннисе проявляется преимущественно в динамической форме. Для выполнения ударов необходима сила мышц ног, корпуса, плечевого пояса и предплечья. Однако теннис не требует чрезмерной мышечной массы, поэтому он подходит для студентов, которые хотят развивать тело гармонично. Гибкость важна для широкого амплитудного выполнения ударов, наклонов, выпадов и поворотов корпуса. Хорошая гибкость снижает риск травм и помогает выполнять движения более свободно и экономично.

Методика организации занятий по большому теннису для студентов.

При организации занятий по большому теннису в вузе необходимо учитывать уровень физической подготовленности

студентов, наличие спортивного инвентаря и условий для тренировок. Не всегда учебное заведение располагает полноценным теннисным кортом, однако элементы тенниса можно использовать в спортивном зале, на открытой площадке или даже у тренировочной стены.

На начальном этапе важно не стремиться сразу к полноценной игре по всем правилам. Для студентов, ранее не занимавшихся теннисом, наиболее эффективным является постепенное обучение. Сначала осваиваются: исходная стойка, хват ракетки, чувство мяча, простейшие удары, затем добавляются перемещения и игровые задания.

Примерная программа занятий может выглядеть следующим образом.

1–2 недели:

- знакомство с правилами безопасности;
- освоение исходной стойки теннисиста;
- упражнения с мячом без ракетки;
- удержание мяча на ракетке;
- простые удары по мячу на месте;
- мини-игры на точность.

3–4 недели:

- обучение удару справа;
- обучение удару слева;
- перемещения приставными шагами;
- удары после одного-двух шагов;
- упражнения у стенки;
- парные задания на короткой дистанции.

5–6 недель:

- обучение подаче в упрощённом варианте;
- приём мяча после отскока;
- развитие быстроты реакции;
- игровые упражнения через сетку;
- учебные розыгрыши с ограниченными правилами.

7–8 недель:

- совершенствование техники ударов;
- сочетание перемещений и ударов;
- учебные игры в парах;
- мини-турнир;
- контрольные упражнения и подведение итогов.

Особое значение имеет дозировка нагрузки. Для студентов, не имеющих спортивной подготовки, занятия должны начинаться с умеренной интенсивности. Чрезмерное количество ударов, особенно подач, может привести к перегрузке плечевого сустава, локтя или кисти. Поэтому упражнения должны чередоваться: технические задания, перемещения, работа в парах, отдых, растяжка.

Также важно соблюдать технику безопасности. Перед занятием необходимо проверить покрытие площадки, исправность ракеток, отсутствие посторонних предметов. Студенты должны использовать удобную спортивную обувь с устойчивой подошвой, так как в теннисе много боковых перемещений. Во время выполнения ударов необходимо соблюдать дистанцию между занимающимися.

Результаты исследования

Анализ методики применения большого тенниса в занятиях по физической культуре показывает, что данный вид спорта способен положительно влиять на физическое состояние студентов. Особенно выраженный эффект наблюдается в развитии координации, ловкости и быстроты реакции. Это связано с тем, что теннисные упражнения требуют точного взаимодействия зрительного анализатора, нервной системы и мышц.

Для оценки возможной динамики физической подготовленности была рассмотрена модель восьминедельной программы занятий. В условной экспериментальной группе студенты выполняли упражнения с элементами большого тенниса, а в контрольной группе занимались по традиционной программе общей физической подготовки. Результаты представлены в таблице.

Таблица 1. Динамика показателей физической подготовленности студентов до и после занятий

Показатель	Группа	До занятий	После занятий	Изменение
Бег 30 м	Экспериментальная	5,6 сек	5,3 сек	-5,4%
Бег 30 м	Контрольная	5,6 сек	5,5 сек	-1,8%
Ловля мяча от стены 30 сек	Экспериментальная	18 раз	25 раз	+38,9%
Ловля мяча от стены 30 сек	Контрольная	19 раз	21 раз	+10,5%
Тест на равновесие	Экспериментальная	22 сек	31 сек	+40,9%
Тест на равновесие	Контрольная	23 сек	25 сек	+8,7%

Из таблицы видно, что наиболее заметные изменения наблюдаются в показателях координации и ловкости. Увеличение количества успешных ловель мяча от стены связано с улучшением зрительно-моторной реакции. Положительная динамика в тесте на равновесие может быть связана с тем, что во время выполнения ударов студент постоянно переносит вес тела, выполняет повороты корпуса, выпады и остановки. Эти движения требуют активной работы мышц-стабилизаторов. Кроме того, занятия большим теннисом способствуют развитию чувства равновесия в динамических условиях.

Отдельного внимания заслуживает мотивационный аспект. В ходе наблюдений можно отметить, что игровые упражнения вызывают у студентов больший интерес, чем однотипные беговые или силовые задания. Наличие мяча, ракетки, партнёра и соревновательной ситуации делает занятие эмоционально насыщенным. Это повышает вовлечённость и снижает вероятность пропусков занятий.

Обсуждение

Полученные результаты позволяют рассматривать большой теннис как эффективное средство физического воспитания студентов. Его преимущество заключается в комплексном характере воздействия на организм. В отличие от некоторых видов активности, направленных преимущественно на развитие одного качества, теннис одновременно развивает быстроту, ловкость, координацию, выносливость, силу и гибкость.

С физиологической точки зрения теннис является видом спорта смешанной направленности. Короткие ускорения, рывки и удары требуют проявления скоростно-силовых качеств, а продолжительность занятия способствует развитию общей выносливости. Чередование нагрузки и отдыха делает теннис доступным для студенток с разным уровнем подготовки, если преподаватель правильно регулирует интенсивность.

С педагогической точки зрения большой теннис ценен тем, что позволяет строить занятия в игровой форме. Игровой метод является одним из наиболее эффективных в физической культуре, поскольку он повышает эмоциональный фон, стимулирует активность и создаёт условия для естественного развития двигательных навыков. Студенты не просто выполняют упражнение ради оценки, а стремятся попасть мячом в нужную зону, выиграть розыгрыш, улучшить собственный результат.

Важным аспектом является развитие психических качеств. Теннис требует самоконтроля, выдержки и устойчивости к ошибкам. Во время игры спортсмен часто сталкивается с неудачами: мяч попадает в сетку, улетает за пределы площадки, соперник выполняет неожиданный удар.

Умение спокойно реагировать на ошибки и продолжать игру способствует формированию эмоциональной устойчивости. Для студентов это особенно важно в условиях учебного стресса. Большой теннис также способствует развитию коммуникативных навыков. Занятия часто проходят в парах или небольших группах, где необходимо взаимодействовать с партнёром, соблюдать пра-

вила, уважать соперника, корректно воспринимать победу и поражение. Таким образом, теннис выполняет не только оздоровительную, но и воспитательную функцию.

Однако при внедрении большого тенниса в учебный процесс могут возникать определённые трудности. Первая проблема — недостаток спортивной базы. Не каждый вуз имеет теннисные корты. Но эту проблему можно решить с помощью адаптированных форм: мини-тенниса, упражнений у стены, использования мягких мячей, разметки площадки в спортивном зале. На начальном этапе полноценный корт не является обязательным условием. Вторая проблема — различный уровень подготовленности студентов. Одни могут уже иметь опыт игры, другие впервые держат ракетку. В этом случае целесообразно использовать дифференцированный подход. Более подготовленным студентам можно давать усложнённые задания: удары по направлению, розыгрыши через сетку, элементы тактики. Новичкам следует предлагать упражнения на чувство мяча, простые перемещения и удары с близкого расстояния.

Третья проблема связана с техникой безопасности. В теннисе возможны перегрузки кисти, локтя, плеча и голеностопного сустава. Чтобы снизить риск травм, необходимо проводить полноценную разминку, использовать подходящий инвентарь, контролировать технику ударов и избегать резкого увеличения нагрузки. Особое внимание следует уделять упражнениям на укрепление мышц корпуса, плечевого пояса и стоп.

Заключение

Большой теннис является эффективным и перспективным средством физического воспитания студентов в системе высшего образования. Он сочетает в себе физическую нагрузку, игровую деятельность, развитие координации и скорости реакции, а также положительное эмоциональное воздействие.

Занятия теннисом помогают укреплять здоровье, повышать общую работоспособность, развивать ловкость, выносливость, гибкость и силу.

Особая ценность большого тенниса заключается в его комплексном влиянии на организм и личность студента. Во время занятий развиваются не только двигательные качества, но и внимание, самоконтроль, настойчивость, умение принимать решения в быстро меняющихся условиях. Игровой характер тенниса делает занятия более интересными и способствует повышению мотивации к регулярной физической активности.

Включение элементов большого тенниса в программу физической культуры возможно даже при ограниченной материальной базе. Для этого можно использовать мини-теннис, упражнения у стены, работу в парах, облегчённые мячи и адаптированные игровые задания. Главными условиями эффективности являются постепенность, систематичность, соблюдение техники безопасности и учёт индивидуальных возможностей студентов. Таким образом, большой теннис может успешно применяться в образовательной среде как средство укрепления здоровья, развития физических качеств и формирования устойчивого интереса к занятиям физической культурой. Его использование способствует не только улучшению спортивных результатов, но и повышению качества жизни студентов, что особенно важно в условиях современной учебной нагрузки.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ильинич В. И. Физическая культура студента: учебник. — М.: Гардарики, 2000. — 448 с.
2. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник. — М.: Академия, 2018. — 480 с.
3. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. — М.: Физкультура и спорт, 2008. — 544 с.
4. Международная федерация тенниса. Руководство ITF по обучению начинающих игроков. — London: International Tennis Federation, 2013.
5. Crespo M., Miley D. Advanced Coaches Manual. —

London: International Tennis Federation, 1998.

6. Reid M., Quinn A., Crespo M. Strength and Conditioning for Tennis. — London: International Tennis Federation, 2003.

7. Kovacs M. S. Tennis physiology: training the competitive athlete // Sports Medicine. — 2007. — Vol. 37(3). — P. 189–198.

8. Pluim B. M., Staal J. B., Marks B. L., Miller S., Miley D. Health benefits of tennis // British Journal of Sports Medicine. — 2007. — Vol. 41(11). — P. 760–768.

Информация об авторах:

Сентялов Илья Александрович, старший преподаватель кафедры физической культуры

Адрес: Институт пищевых технологий и дизайна - филиал ГБОУ ВО Нижегородский государственный инженерно-экономический университет, 603062, г. Нижний Новгород, ул. Горная, 13.

E-mail: ilya.sentyalov@mail.ru

Харитоновна Анна Сергеевна, студент группы ТД-11-25

Адрес: Институт пищевых технологий и дизайна - филиал ГБОУ ВО Нижегородский государственный инженерно-экономический университет, 603062, г. Нижний Новгород, ул. Горная, 13.

REFERENCES

1. Ilyinich V. I. Physical Education for Students: A Textbook. — Moscow: Gardariki, 2000. — 448 p.

2. Kholodov Zh. K., Kuznetsov V. S. Theory and Methodology of Physical Education and Sport: A Textbook. — Moscow: Akademiya, 2018. — 480 p.

3. Matveev L. P. Theory and Methodology of Physical Education. — Moscow: Fizkultura i Sport, 2008. — 544 p.

4. International Tennis Federation. ITF Guide to Coaching Beginner Players. — London: International Tennis Federation, 2013.

5. Crespo M., Miley D. Advanced Coaches Manual. — London: International Tennis Federation, 1998.
6. Reid M., Quinn A., Crespo M. Strength and Conditioning for Tennis. — London: International Tennis Federation, 2003.
7. Kovacs M. S. Tennis physiology: training the competitive athlete // Sports Medicine. — 2007. — Vol. 37(3). — P. 189–198.
8. Pluim B. M., Staal J. B., Marks B. L., Miller S., Miley D. Health benefits of tennis // British Journal of Sports Medicine. — 2007. — Vol. 41(11). — P. 760–768.

About the authors:

Sentyalov Ilya Alexandrovich, Senior Lecturer of the Department of Physical Culture

Address: Institute of Food Technologies and Design - branch of the Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics, Nizhny Novgorod, Gornaya str., 13, 603062.

E-mail: ilya.sentyalov@mail.ru

Kharitonova Anna Sergeevna, student of group TD-11-25

Address: Institute of Food Technologies and Design - branch of the Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics, Nizhny Novgorod, Gornaya str., 13, 603062.

ЭКСПРЕСС-ЭКСКУРСИЯ В КРАЙ СИЛЫ, ПА- МЯТИ, ЛЮБВИ – ЛУКОЯНОВСКИЙ ОКРУГ НИЖЕГО- РОДСКОЙ ОБЛАСТИ

© 2026

Николенко Полина Григорьевна,

*к.э.н., доцент кафедры товароведения, сервиса и управле-
ния качеством, доцент, Институт пищевых технологий и ди-
зайна - филиал ГБОУ ВО Нижегородский государственный ин-
женерно-экономический университет, г. Нижний Новгород (Рос-
сия)*

Аннотация

Статья посвящена культурно-туристическому потенциалу Лукояновского округа Нижегородской области. В центре внимания — символы местного наследия (в том числе сувенир «Лукояновское яблочко») и ключевые точки притяжения: фестиваль «Лукояновское яблочко», Мордовский межрегиональный фести- валь национальной культуры «Эрзянь Лисьмапря» и этнопарк «Эрзянь Мастор».

Раскрывается роль этнопарка как площадки для сохране- ния и популяризации традиций мордовского народа: представ- лена история его создания (в том числе вклад Н. И. Аношкина), описаны установленные деревянные скульптуры, а также проект «Наследие предков», направленный на возрождение народно-ху- дожественных промыслов (резьба по дереву) через ма- стера-классы, конкурсы и выставки.

Отдельно освещаются природные и сакральные объекты округа — родники и священные рощи, а также объекты, связан- ные с православной культурой (храмы, дом-музей деда патриарха Кирилла) и литературным наследием (маршруты, связанные с А. С. Пушкиным).

В статье подчёркивается мультикультурный характер территории, значимость локальных традиций и фестивалей, а также перспективы развития округа как туристической дестинации — в частности, необходимость создания концептуального средства размещения для поддержки событийного туризма и сохранения национального кода многонационального региона.

Ключевые слова: культурное наследие, туризм, фестивали, этнопарк, народные промыслы, резьба по дереву, традиции, родники, православная культура, литературное наследие.

A QUICK TOUR OF A LAND OF POWER, MEMORY, AND LOVE: THE LUKOYANOV DISTRICT OF THE NIZHNY NOVGOROD REGION

© 2026

Nikolenko Polina Grigoryevna,

PhD (Econ.), Associate Professor, Department of Commodity Science, Service, and Quality Management, Associate Professor, Institute of Food Technology and Design-branch of the Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics, Nizhny Novgorod (Russia)

Abstract

This article examines the cultural and tourism potential of the Lukoyanov District in the Nizhny Novgorod Region. It focuses on symbols of local heritage—including the "Lukoyanov Apple" souvenir—and key attractions such as the "Lukoyanov Apple" festival, the "Erzyan Lismaprya" Interregional Mordvinian National Culture Festival, and the "Erzyan Mastor" ethno-park.

The article highlights the ethno-park's role as a venue for preserving and promoting Mordvinian traditions, detailing its history (including the contribution of N. I. Anoshkin) and its wooden sculptures. It also discusses the "Ancestral Heritage" project, which aims to revive folk arts and crafts—specifically woodcarving—through master-classes, competitions, and exhibitions.

Additionally, the article covers the district's natural and sacred sites—such as springs and sacred groves—as well as locations linked to Orthodox culture (churches and the house-museum of Patriarch Kirill's grandfather) and literary heritage (routes associated with A. S. Pushkin).

The article emphasizes the area's multicultural character and the importance of local traditions and festivals. It also outlines prospects for the district's development as a tourist destination, noting in particular the need for a concept-driven accommodation facility to support event tourism and preserve the cultural identity of this multi-ethnic region.

Keywords: cultural heritage, tourism, festivals, ethnopark, folk crafts, wood carving, traditions, springs, Orthodox culture, literary heritage.

Символом исторического и культурного наследия Лукояновского округа считается Лукояновское яблочко – это невероятно красивый и оригинальный сувенир, который станет отличным подарком и талисманом для тех, кто ценит историю, традиции и уникальные сокровища Великой России (рисунок 1). Лукояновское яблочко изготовлено из высококачественного материала, имитирующего настоящее яблоко, оформлено в натуральных и фантастических цветах, что делает его еще более привлекательным и реалистичным. Лукояновское яблочко обладает уникальным дизайном народной росписи – этот символический элемент культуры придает сувениру особую ценность. Данный сувенир станет прекрасным подарком для детей, коллекционеров, путешественников и всех, кто ценит уникальные сувениры, отражающие национальную и культурную идентичность.



Рис. 1. Лукояновское яблочко.

Лукояновское яблочко на яблочный Спас собирает друзей, все радуются августовскому фестивалю (рисунок 2). В садах Лукояновского округа яблони ломаются от яблок, ими угощают щедрые лукояновцы бесплатно. А по осени не убранные яблочки в садах «бродят», издавая кисло-сладкий аромат, напоминая, что их не собрали.



Рис. 2. Фестиваль «Лукояновское яблочко»

Тихие уютные улочки Лукояновского округа, не следует относить к провинциальным, хотя они убегают прямо в луга. Ритм жизни неспешный, размеренный в соответствии с природными циклами и вековыми обычаями и в этом его особая прелесть, и своеобразие. Здесь словно сама Россия задержалась и сохранила истинность и самобытность. Но данная сельская территория нуждается в устойчивом развитии, и таким развитием, точкой роста, может стать туризм. На данной территории необходимо концептуальное средство размещения с **многофункциональным** использованием, для сохранения национального кода проживающих в дружбе и взаимопонимании различных народностей на сельской территории, а именно:

– **Необходимость средств размещения при проведении Мордовского межрегионального фестиваля национальной культуры «Эрзянь Лисьмапря»** – родник холодного оврага (рисунок 3).

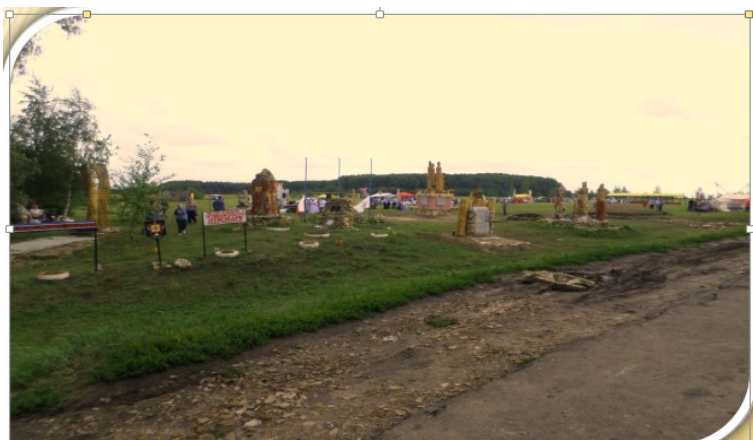


Рис. 3. Месторасположения территории для проведения Мордовского межрегионального фестиваля национальной культуры «Эрзянь Лисьмапря».

В 2023 г. фестиваль посетили – более 1500 человек; в 2024 г. – более 2000 человек. Как и полагается туристическим дестинациям здесь обозначены зоны показа (рисунк 4; рисунок 5; рисунок 6).



Фотография 4. Зона 1 – Конкурс по приготовлению позасатведь (окрошки)



Фотография 5. Зона 2 – тетрализованное действие



Фотография 6. Зона 3 – спортивные состязания

Гордость пробивает, глядя на красивых людей, которые сохранили любовь к земле предков и с честью ее воспевают (рисунк-коллаж 7).



Рис. 7. Зона 4 – Выступление участников фестиваля Мордовского межрегионального фестиваля

Жители Лукояновского округа хранят и культивируют рецепты национальных кухонь (рисунк-коллаж 8).



Рис. 8. Зона 5 – Выставка кулинарных изделий национальной кухни и предметов декоративно-прикладного творчества.

В июле сюда съезжаются национальные коллективы со всей России, гостей радушно угощают традиционными, русскими, татарскими, мордовскими блюдами, знакомят с обычаями и культурой мордовского народа. Пользуется повышенным спросом на незабываемом фестивале фото-зона (рисунок-коллаж 9).

Здесь всем хорошо и комфортно, всех принимают в свою семью. Щедрость и радушие воодушевляют, оставляют эмоции радости, для гостей открывается целый этно-исторический мир.



Рис.9. Фото-зона

– **Посещение этно-парка под открытым небом** (места силы), посвященного культуре и быту мордовского народа в Лукояновском округе Нижегородской области (ранее Мордовском крае), очень кстати. Этнопарк – место древних Богов ерзянских героев мордовского этноса, рядом с парком находятся Священные Мордовские Рощи. В этнопарке собрано и ярко представлено наследие мордовского народа (фотография 10 и фотография 11).



Рис. 10. Этнопарк (Эрзянь Матор) около села Новосёлки, в пойме рек Шнары и Ежати



Рис. 11. Открытие в 2011 г. этнопарка

У истоков создания этнопарка в 2011 году стоял Николай Иванович Аношкин, к сожалению 6 июня 2021 года его не стало. «Цена жизни человека определяется по оставленному им наследию. Чем оно больше, тем весомей в памяти людей. Становление славы личности не в накоплении денег, а в духовной отдаче. Ни образование, ни физические данные, ни положение в обществе не являются главным составляющим личности – всё тленно. Стройка жизни в упорном стремлении. Сила духа, вот что рождает героя в глазах людей. Как оно дается, известно одному творцу...», – эти слова принадлежат Н.И. Аношкину (рисунок 12).



Рисунок 12. Николай Иванович Аношкин – известный краевед, общественный деятель, талантливый художник и резчик по дереву, истинный патриот России

Традиции мордовского народного творчества восходят к глубокой древности, в них исток и корень национальной культуры. С давних пор мордовские мастера умело применяли технику скульптурной резьбы. На территории этнопарка действует проект «Наследие предков» – конкурс резчиков парковых скульптур, посвященных памяти Н.И. Аношкина, он дает возможность широкому кругу населения: подросткам, молодежи и взрослым приобрести навыки и умения народного ремесленничества, а народным мастерам возможность передачи опыта подрастающему поколению. Конкурс резчиков на территории этнопарка – это прекрасная возможность ощутить себя частью целой нации, попробовать освоить старинное ремесло предков, окунуться в глубинную историю и привнести ее частичку в наши дни. Данный проект конкурса направлен на возрождение и сохранение традиционных народно-художественных промыслов мордовского народа (резьба по дереву) через проведение мастер-классов, выставок изделий из

дерева, а также через обсуждение насущных вопросов и перспектив развития за «круглым столом». Этим промыслом занимались предки проживающих, в регионе мастеров сотни лет и сегодня прекрасные традиции снова возродились. Знать народные ремесла, имена народных мастеров-умельцев – это значит, лучше понимать свой народ. К счастью, не перевелись еще в российской глубинке мастеровые люди. Они не только хранят и преумножают наследие народного творчества, но и создают новое, меняют формы, усовершенствуют виды изделий, а также передают накопленный опыт.

Ежегодно на территории этнопарка проводится открытие деревянных скульптур, персонажей эрзянского фольклора с воссозданием обрядовых традиций. Первым в 2011 году на территории родника были открыты скульптурный памятник «Память предков» и мемориальная доска героям этнического прошлого эрзянского народа, образовав этно мемориал (рисунок 13). В 2012 году были установлены скульптуры эрзянского фольклора, изображающих покровителей воды «Ведява», леса «Вирява», полей «Масторава» (рисунок 14; рисунок 15; рисунок 16).



Рис. 13. «Память предков»



Рис.14. Покровитель воды «Ведява»



Рис. 15. Покровитель леса «Вирява»



Рис.16. Покровитель полей «Масторава»

В 2013 году были установлены и торжественно открыты скульптуры: «Кудоатя» (спящий старик), «Иненармунь» (лебедь) (рисунок 17 и 18).



Рис. 17. «Кудоатя» (спящий старик)



Рис. 18. «Иненармунь» (лебедь)

В 2014 году были установлены и торжественно открыты скульптуры: образа героини 1670 года Алены Арзамасской (Олёна-ушмодэй»), в 2015 году – торжественно открыта деревянная скульптура национального героя мордовского народа «Пургаз». В 2016 году торжественно были открыты две скульптурные композиции: «Степан Эрзя» к 140-летию всемирно известного мордовского скульптора и Памятник-скульптура, посвященный национальным героям «Колмо штатолт» (Три свечи). Скульптурная композиция «Соловьи России», посвящённая народным талантам открыта в 2017 году. В 2019 году этнопарк пополнился красивейшей композицией «12 месяцев». Композиция состоит из 12 фигур, изображающих фольклорных персонажей мордовского этноса, со столом календарем (ковкеркс) в центре (рисунок 19).



Рис. 19. Композиция «12 месяцев».

Следует отметить Нижегородская область – многонациональная территория с богатыми культурными традициями, здесь проживают представители более 140 национальностей. На территории Лукояновского округа в 13 населенных пунктах проживает мордовский этнос. Ярko представлены на территории этнопарка мультикурные традиции совместного проживания народов и народностей Поволжья. Популярность мордовских праздников и фестивалей растет год от года.

– **Встреча у родников** (Лисьмапря в селе Крапивки; Скопинский в селе Николай Дар; Смородиновый в селе Крюковка; Параскевы Пятницы в Лукоянове; Студеный в селе Тольский Майдан на родине родственников Добролюбова; Песочный в селе Лопатино; Кудеяровский в селе Кудеярово). Сколько родников в Лукояновском округе, где бьет сила из земли трудно ответить.

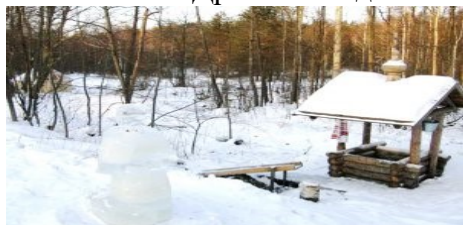
Великолепие природных родников, дающих силы людям представлено визуально на рисунках: 20; 21; 22:



Родник, священный источник в Священной Мордовской Роще «Лукаш» расположен в этно-парке Эрзянь Мастор, около автодороги, в 3,2 км юго-восточнее села Саврасово и в 3,2 км северо-западнее села Новоселки Лукояновского округа Нижегородской области

Рис. 20. Родник «Кельме лисьма леень лисьмапря», священный источник между селами Саврасово и Новоселки

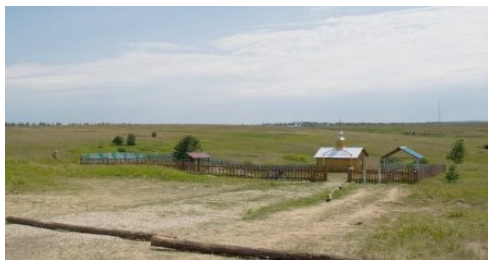
19 января в Крещение Господня 2012 года в селе Салдаманов Майдан для всех сельчан и гостей села произошло радостное событие – освящение местного родника, который выбивается из земли уже на протяжении длительного времени и его можно смело назвать Древним Родником (рисунок 21).



На протяжении длительного времени ключ был заброшен, но сегодня он благоустроен при поддержке прихожан местных храмов, руководителей муниципалитета, волонтерского движения школьников и студентов.

Рис. 21. Родник, святой Богоявленский источник в селе Салдаманов Майдан

Источник на окраине Лукоянова существовал с незапамятных времен (рисунок 22). Предание о Святом роднике гласит: что однажды на Лукояновской горе, увидели люди свет и слышали громкий звук похожий на раскат грома, подумав, что это молния – успокоились, но пастухи потом обнаружили в том месте источник воды.



Однажды у этого родника получила исцеление от болезни ног девочка. Она не могла ходить, но после вод источника полностью исцелилась, вот тогда весть о святом источнике облетела всю округу и сюда потянулись верующие и по рассказам местных жителей получали исцеление.

Рис. 22. Родник, святой источник великомученицы Параскевы Пятницы в Лукояновском округе

Живо преданье о родниках и их природной силе на древней Лукояновской земле.

– **Посещение православных храмов** на малой родине предков Патриарха Кирилла в Лукояновском округе (Покрова Пресвятой Богородицы в Лукоянове; Собора Пресвятой Богородицы в селе Иванцево, Святых угодников Божиих Бориса и Глеба; Живоначальной Троицы в селе Ульяново; Троицкой церкви в селе Тольский Майдан, Великомученика Дмитрия Солунского в селе Николай-Дар; Святителя Николая Чудотворца в поселке им. Степана Разина, молитвенный дом в честь Николая Чудотворца в селе Шандрово) также является ярким приобщением к православной культуре.

В Лукоянове открыт дом-музей деда патриарха Московского и всея Руси Кирилла – священника Василия Гундяева (рисунок 23; рисунок 24).



Рис. 23. Дом-музей священника
Василия Гундяева



Рис. 24. Обстановка избы
прошлых лет

Расположен музей в доме, где в начале XX века жили железнодорожники. В их числе был и дед патриарха Кирилла, работавший механиком-машинистом.

В экспозиции представлена обстановка прошлых лет, в т.ч. дореволюционная мебель и домашняя утварь, в частности, старинный тульский самовар, подаренный музеем известным коллекционером. Первый зал дома-музея посвящен семье Гундяевых. На стендах представлены биографии, фоторепродукции документов, свидетельствующих о судьбе членов православной семьи. Приезд Патриарха Кирилла (в миру – Владимир Михайлович Гундяев) – епископа Русской православной церкви (Далее – РПЦ), Святейшего Патриарха Московского и всея Руси – всегда волнительное событие на Лукояновской земле.

– Ощущение эгрегора великого поэта Александра Сергеевича Пушкина по пути следования в село Большое Болдино (рис.1 и рис.2). В Лукоянове бывал великий поэт несколько раз. Останавливался в гостинице Агеева. В краеведческом музее сохранился трактирный столик, за которым сиживал А.С. Пушкин, трактирная музыкальная шкатулка начала девятнадцатого века, которая возможно, играла свою мелодию великому русскому поэту. Увлекательна история любви Александра Сергеевича к крепостной девушке Ольге Калашниковой. В Лукоянове стоит домик

этой девушки, которую любил великий поэт¹. По маршруту прибывания А.С. Пушкина на Лукояновской земле можно пройти вместе с сотрудниками музея МБУК «Лукояновский краеведческий музей» 607800, Нижегородская область, Лукоянов, пл. Мира, д. 8.



Рисунок 1. Графика А.С. Пушкина на полях его произведений



Рисунок 2. «Я вам пишу...»

Свет гения летит через века...

Оживленность Лукояновскому округу придают многочисленные мероприятия, в которые вовлечены местные жители и гости. Традиционно студенты педагогического колледжа проводят Пушкинский бал. Мероприятие проходит на высоком уровне и собирает большое количество гостей. Специалисты Центра культурного развития организуют фестивали: «Лукояновское яблочко», «Ромашковый луг», «Осеннее очарование». На всех фестивалях звучат песни местных ансамблей народной музыки и танца, кружится в вихре вальса на Пушкинском балу молодежь.

¹ <https://travel.rzd.ru/events/card/pushkin-v-lukoyanove-ekskursiya>

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Белохвостов А. Н., Матвеичева Ю. О., Чистяков В. А. Историко-культурное наследие малых городов и территорий как фактор развития внутреннего туризма (на примере Лукояновского района Нижегородской области) // Russian Studies in Culture and Society. — 2026. — Т. 10, № 2. — С. 158–187. — DOI: 10.12731/2576-9782-2026-10-2-335.
2. Ильичева Е. В., Чесухина В. Н., Емельянова Е. В., Котелкова Н. В. Этнический туризм как одно из перспективных направлений развития туризма в городском округе Воротынский // Конкурентоспособность в глобальном мире: экономика, наука, технологии. — 2023. — № 1. — С. 36–39.
3. Бутусов М. Н. А. С. Пушкин в Лукоянове // Записки краеведов. — Горький: Волго-Вятское книжное издательство, 1981. — Вып. 5. — С. 128–131.

Информация об авторе:

Николенко Полина Григорьевна, к.э.н., доцент кафедры товароведения, сервиса и управления качеством.

Адрес: Институт пищевых технологий и дизайна - филиал ГБОУ ВО Нижегородский государственный инженерно-экономический университет, 603062, г. Нижний Новгород, ул. Горная, 13.

E-mail: polinanikolenko59@mail.ru

REFERENCES

1. Belokhvostov A. N., Matveicheva Yu. O., Chistyakov V. A. Historical and cultural heritage of small towns and territories as a factor in the development of domestic tourism (a case study of the Lukoyanov District, Nizhny Novgorod Region) // Russian Studies in Culture and Society. — 2026. — Vol. 10, No. 2. — P. 158–187. — DOI: 10.12731/2576-9782-2026-10-2-335.
2. Ilyicheva E. V., Chesukhina V. N., Emelyanova E. V., Kotelkova N. V. Ethnic tourism as a promising direction for tourism

development in the Vorotynsky Urban District // Competitiveness in the Global World: Economy, Science, Technology. — 2023. — No. 1. — P. 36–39.

3. Butusov M. N. A. S. Pushkin in Lukoyanov // Notes of Local Historians. — Gorky: Volga-Vyatka Book Publishers, 1981. — Issue 5. — P. 128–131.

About the author:

Nikolenko Polina Grigoryevna, Candidate of Economics, Associate Professor of the Department of Commodity Science.

Address: Institute of Food Technologies and Design - branch of the Nizhny Novgorod State University of Engineering and Economics, Nizhny Novgorod, Gornaya str., 13, 603062.

E-mail: polinanikolenko59@mail.ru