

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ОТБОРА И КОНТРОЛЯ В СПОРТЕ

DOI 10.15826/spp.2023.2.73

УДК 159.923.5

ОЦЕНКА ГОТОВНОСТИ К СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЧИР СПОРТЕ СПОРТСМЕНОВ- СТУДЕНТОВ, ИМЕЮЩИХ ОПЫТ В РАЗНЫХ ВИДАХ СПОРТА

Т. И. Мясникова, А. А. Ившина

Уральский Федеральный университет, Екатеринбург, Россия

Аннотация. Чир спорт стремительно набирает популярность, в том числе в студенческом спорте, что обуславливает актуальность исследования, посвященного проблемам его развития в студенческом спорте. Статья посвящена исследованию готовности студентов-спортсменов, занимавшихся разными сложно-координационными видами спорта к продолжению спортивной карьеры в чир спорте. Цель исследования заключалась в выявлении исходного уровня развития ведущих физических качеств и специальных технических навыков для чирлидеров у спортсменов разных специализаций для определения готовности к спортивному совершенствованию в студенческой команде вуза по чир спорту. Исследование проводилось с помощью метода контрольных испытаний с использованием тестов для оценки ведущих физических качеств и специальных технических навыков чирлидеров. Результаты исследования показали, что уровень готовности к спортивному совершенствованию в студенческих командах по чирлидингу спортсменов, имевших спортивный опыт в разных видах спорта, обусловлен спецификой их предыдущей спортивной деятельности. При этом спортсмены, ранее занимавшиеся видами спорта с акробатической направленностью, имеют навыки выполнения акробатических дорожек, требующихся в соревновательной деятельности в чирлидинге. Хороший уровень развития гибкости у девушек способствует выполнению сложных статических элементов соревновательной деятельности в чирлидинге. Хороший уровень развития силовых способностей, которым обладают юноши, ранее занимавшиеся силовыми видами спорта, может послужить основой для успешного выполнения ими таких элементов чирлидинга, как поддержки и выбросы. Значимость проведенного исследования заключается в установлении необходимости оценки исходного уровня готовности к спортивному совершенствованию в чир спорте спортсменов, ранее занимавшихся разными видами спорта. Полученная информация позволит тренеру индиви-

© Мясникова Т. И., Ившина А. А., 2023

дуализировать тренировочный процесс, делая акцент на развитие недостающих или слаборазвитых качеств и навыков каждого атлета, что позволит ему определить оптимальную соревновательную программу команды для успешной подготовки команды к соревнованиям.

Ключевые слова: чир спорт, чирлидинг, студенческий спорт, формирование команды, оценка готовности.

Для цитирования: Мясникова Т. И., Ившина А. А. Оценка готовности к спортивной деятельности в чир спорте спортсменов-студентов, имеющих опыт в разных видах спорта // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2023. Т.3. № 2. С. 86–97.

ASSESSMENT OF READINESS FOR SPORTS ACTIVITIES IN CHEER SPORTS OF STUDENT ATHLETES WITH EXPERIENCE IN VARIOUS SPORTS

T. I. Miasnikova, A. A. Ivshina

The Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia

Abstract. Cheer sport is rapidly gaining popularity including in student sports which determines the relevance of research on the problems of its development in student sports. The article is devoted to the study of the readiness of student-athletes engaged in various difficult-coordination sports to continue a sports career in cheer sports. The purpose of the study was to identify the initial level of development of leading physical qualities and special technical skills for cheerleaders in athletes of different specializations to determine readiness for sports improvement in the university student cheer sports team. The study was conducted using the method of control tests using tests to assess the leading physical qualities and special technical skills of cheerleaders. The results of the study showed that the level of readiness for sports improvement in student cheerleading teams of athletes who had sports experience in various sports is due to the specifics of their previous sports activities. At the same time, athletes who have previously engaged in sports with an acrobatic orientation have the skills to perform acrobatic tracks required in competitive activities in cheerleading. A good level of flexibility development in girls contributes to the implementation of complex static elements of competitive activity in cheerleading. A good level of development of strength abilities possessed by young men who have previously engaged in strength sports can serve as the basis for their successful performance of such elements of cheerleading as support and emissions. The significance of the conducted research lies in the establishment of the need to assess the initial level of readiness for sports improvement in the cheer sport of athletes who previously engaged in various sports. The information obtained will allow the coach to individualize the training process, focusing on the development of missing or underdeveloped qualities and skills of each athlete, which will allow him to determine the optimal competitive program of the team for the successful preparation of the team for the competition.

Key words: cheer sports, cheerleading, student sports, team building, readiness assessment.

For citation: Miasnikova T. I., Ivshina A. A. Assessment of readiness for sports activities in cheer sports of student athletes with experience in various sports // Current issues of sports psychology and pedagogy. 2023. Vol. 3. No.2. P. 86–97.

Введение. Чир спорт как самостоятельный вид спорта становится все более популярным в России. Появляется больше детско-юношеских команд, возрастает количество и уровень студенческих команд по чир спорту [3, 8]. Чир спорт как вид спортивной деятельности включает в себя танцевальные (чир перформанс) и акробатические (чирлидинг) дисциплины [8, 12, 13].

Спортивные дисциплины чирлидинга можно отнести к сложно-координационным видам спорта, в них требуется проявление различных умений, навыков и качеств и сочетаются элементы разных видов спорта, таких, как спортивная гимнастика, акробатика и др. [4, 5]. Соревновательные программы в данных спортивных дисциплинах включают как индивидуальные двигательные действия (махи, приседания, прыжки, повороты, вращения двигательные действия), так и групповые (акробатические поддержки, выбросы и акробатические элементы различного уровня сложности), программа исполняется под музыку. Оценивается техническое исполнение элементов, непрерывность композиции, переходы, сложность [2, 3, 9].

Уровень технического мастерства, которое является ведущим компонентом оценки соревновательной деятельности в чирлидинге, напрямую зависит от физической готовности спортсмена. В федеральном стандарте спортивной подготовки по виду спорта «чир спорт», действовавшем до 2023 года, физическими качествами, оказывающими значительное влияние на результативность соревновательной деятельности, были указаны гибкость и координация, быстрота и выносливость отнесены к физическим качествам, имеющим среднее влияние, а сила определена как имеющая незначительное влияние. Подобное распределение не учитывает особенности различных дисциплин чир спорта и не в полной мере отражает специфику проявления физических качеств в дисциплинах чирлидинга.

Опираясь на достижения современной науки и опыт смежных гимнастических дисциплин (спортивная акробатика, аэробика, художественная гимнастика), где есть групповые взаимодействия, Р. Г. Тихоновым были разработаны требования к физической подготовке в дисциплинах чирлидинга. К ведущим показателям физической подготовленности автор отнес координационные и силовые способности, гибкость, конституцию тела, осанку и удельный вес тела [8]. При этом авторами не уточнены гендерные особенности проявления указанных показателей. Учитывая особенности соревновательной деятельности в чирлидинге, считаем необходимым уточнить, что для юношей наиболее важными показателями специальной физической подготовленности являются координационные и силовые способности, а для девушек – координационные способности и гибкость.

Цель исследования заключалась в выявлении исходного уровня развития ведущих физических качеств и специальных технических навыков у спортсменов для определения готовности к спортивному совершенствованию в студенческой команде вуза по чир спорту.

Методы и организация исследования. Исследование проводилось в сборной команде по чир спорту Уральского федерального университета. В исследовании участвовало 5 девушек и 5 юношей с различным опытом спортивной деятельности. Девушки имели спортивный опыт в видах спорта акробатика, воздушная гимнастика, спортивная гимнастика, фигурное катание и художественная гимнастика, юноши – в армрестлинге, спортивной борьбе, спортивной гимнастике.

Методы исследования – контрольные испытания с использованием тестов для оценки физических качеств и технических навыков. Уровень развития гибкости у девушек оценивался по следующим тестам:

– «арабеск» – стойка на одной ноге, разгибание в тазобедренном суставе, руки в стороны. Критерии оценки: угол между бедром и туловищем 90° , удержание не менее 10 секунд;

– «найк» – стойка на одной ноге, разгибание в тазобедренном суставе, одноименная с ногой рука на голени, свободная рука в положении «хай ви». Критерии оценки: удержание положения не менее 10 секунд, стабильность положения;

– «скорпион» – стойка на одной ноге, разгибание в тазобедренном суставе и коленном суставе, кисти обхватывают стопу. Критерии оценки: удержание положения не менее 10 секунд, стабильность положения;

– правый шпагат, левый шпагат, поперечный шпагат. Критерии оценки: угол между бедрами не менее 180° , коленные суставы находятся в положении разгибания;

– «лук и стрела» – положение флаера на одной ноге, вторая нога направлена вверх, стопа захватывается противоположной рукой, свободная рука направлена в сторону. Критерии оценки: угол между бедрами 180° , стабильность положения.

У юношей оценивался уровень развития силовых качеств по тестам подтягивания в висе на перекладине и сгибание/разгибание рук в упоре на брусьях.

Для оценки специальных технических навыков у девушек использовались следующие тесты:

– перекидка вперед – переворот вперед через голову с помощью рук. Критерий оценки: плавное приземление на ноги;

– перекидка назад – переворот назад через голову с помощью рук. Критерий оценки: плавное приземление на ноги;

– фляк – темповое соединение двух курбетных движений: прыжка назад на руки и собственно курбета. Критерий оценки: приземление на две ноги;

– сальто назад – вращение через голову назад на 360° . Критерий оценки: приземление на ноги.

У юношей специальные технические навыки оценивались по выполнению сальто назад с места и трех тестов, включающих связки акробатических элементов: разбег-рондад-фляк, разбег-рондад-фляк-сальто и разбег-рондад-фляк-винт.

Результаты и их обсуждение.

Одной из проблем развития чир спорта в студенческом спорте является формирование команд в чирлидинге [10, 11, 14]. В студенческие команды по чирлидингу, как правило, могут прийти юноши и девушки, имеющие какой-либо спортивный опыт, в особенности, в смежных видах спорта. Профиль их подготовленности может значительно различаться, в то же время, предыдущий спортивный опыт в различных видах спорта, может являться базовой предпосылкой для эффективного совершенствования в чир спорте.

Вопросам отбора для занятий чир спортом уделяется определенное внимание исследователей [1, 6, 7]. Авторами статьи проанализированы работы Е. А. Самохиной по методике отбора в детские команды по чирлидингу и Пыряевой Ю. И. и Даниловой А. М. по отбору перспективных спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки по чир спорту. В публикациях указанных авторов выделены четыре этапа отбора, включающие агитационные мероприятия, искусственный отбор в группы начальной подготовки, естественный отсев на этапе начальной подготовки и отбор в сборные команды по чирлидингу [6, 7]. По вопросам отбора в группы спортивной подготовки в студенческие команды по чир спорту научных публикаций также недостаточно. Только в статьях Тимофеевой с соавторами обнаружены исследования, направленные на изучение аспектов формирования сборной команды по чир спорту в дисциплине чир перфоманс [10, 11].

Формирование студенческих команд в чир спорте отличается от системы отбора в детские команды. В качестве основных факторов отбора в студенческую команду необходима оценка исходного уровня развития ведущих физических качеств и специальных технических навыков спортсменов.

Для оценки готовности спортсменов к спортивной деятельности в студенческой команде по чирлидингу в данном исследовании оценивался уровень развития наиболее важных для чирлидеров показателей специальной физической подготовленности: у девушек – гибкость, а у юношей – силовые способности (таблицы 1, 3). Для оценки специальных технических навыков использовались тесты по базовым техническим элементам чирлидинга (таблицы 2, 4).

Таблица 1

Оценка уровня развития гибкости у девушек

Участники исследования	Предыдущий вид спорта	Тесты, балл*							Сумма
		правый шпагат	левый шпагат	поперечный шпагат	«арабеск»	«найк»	«скорпион»	«лук и стрела»	
спортсменка 1	воздушная гимнастика	1	1	0	1	1	1	1	6

Продолжение таблицы 1

Участники исследования	Предыдущий вид спорта	Тесты, балл*							Сумма
		правый шпагат	левый шпагат	поперечный шпагат	«арабеск»	«найк»	«скорпион»	«лук и стрела»	
спортсменка 2	спортивная акробатика	1	1	1	1	1	0	1	6
спортсменка 3	спортивная гимнастика	1	1	1	1	0	0	1	5
спортсменка 4	фигурное катание	1	1	1	1	1	1	1	7
спортсменка 5	художественная гимнастика	1	1	1	1	1	1	1	7

Примечание: * 1 – выполнил; 0 – не выполнил

По данным таблицы 1, можно отметить, что большинство девушек обладает хорошим уровнем развития гибкости для выполнения всех элементов чирлидинга, требующих хорошего уровня развития данного качества. Спортсменка, ранее занимавшаяся воздушной гимнастикой, не смогла выполнить критерии в тесте «поперечный шпагат», а спортсменка, занимавшаяся спортивной гимнастикой, не выполнила тест «найк». Две спортсменки, занимавшиеся спортивной акробатикой и спортивной гимнастикой, не выполнили элемент, требующий высокой подвижности позвоночника и плечевых суставов («скорпион»). Это можно объяснить спецификой их предыдущей спортивной деятельности, а именно, в данных видах спорта гибкость не является ведущим физическим качеством, а выполняет дополняющие функции.

Специальные технические навыки спортсменок оценивались на основе выполнения базовых акробатических элементов чир спорта (таблица 2).

Таблица 2

Оценка уровня развития специальных технических навыков чирлидеров у девушек

Участники исследования	Предыдущий вид спорта	Тесты, балл*				Сумма
		Перекидка вперед	Перекидка назад	Фляк	Сальто назад	
спортсменка 1	воздушная гимнастика	1	1	1	0	3

Продолжение таблицы 2

Участники исследования	Предыдущий вид спорта	Тесты, балл*				Сумма
		Перекидка вперед	Перекидка назад	Фляк	Сальто назад	
спортсменка 2	спортивная акробатика	1	1	1	1	4
спортсменка 3	спортивная гимнастика	1	1	1	1	4
спортсменка 4	фигурное катание	1	1	0	0	2
спортсменка 5	художественная гимнастика	1	1	0	0	2

Примечание: * 1 – выполнил; 0 – не выполнил

Анализ выполнения тестов для оценки специальных технических навыков (таблица 2) показал, что только две спортсменки выполнили элемент сальто назад. Эти девушки занимались спортивной акробатикой и спортивной гимнастикой. Элемент фляк выполнили три девушки, прошлый спортивный опыт которых включал акробатическую подготовку (воздушная гимнастика, спортивная акробатика и спортивная гимнастика). Менее сложные акробатические элементы перекидка вперед и перекидка назад выполнили все участницы исследования.

По результатам двух групп тестов наибольшую суммарную оценку (10 баллов из 11) получила спортсменка, имевшая предыдущий спортивный опыт в спортивной акробатике, остальные спортсменки набрали по 9 баллов, что также является хорошим показателем. Полученные результаты позволяют утверждать, что наилучшую готовность к спортивной деятельности в студенческом спорте имеют спортсменки, предыдущий спортивный опыт которых связан со спортивной акробатикой. Спортсменки, имеющие опыт спортивной деятельности в воздушной гимнастике, спортивной гимнастике, фигурном катании и художественной гимнастике, также имеют хорошую базу для продолжения спортивного совершенствования в чир спорте.

В соревновательной деятельности юношей и мужчин в чирлидинге ведущими являются силовые способности. В исследовании силовые способности у юношей оценивались с помощью тестов подтягивания в висе на высокой перекладине и сгибание/разгибание рук в упоре на брусьях (таблица 3).

Таблица 3

Оценка уровня развития силовых качеств у юношей

Участники исследования	Предыдущий вид спорта	Подтягивания в висе на перекладине		Сгибание/ разгибание рук в упоре на брусьях		Сумма баллов
		кол-во раз	балл*	кол-во раз	балл*	
спортсмен 6	армрестлинг	15	1	13	1	2
спортсмен 7	спортивная борьба	20	3	19	2,5	5,5
спортсмен 8	спортивная гимнастика	19	2	19	2,5	4,5
спортсмен 9	спортивная гимнастика	25	5	23	4,5	9,5
спортсмен 10	спортивная гимнастика	24	4	23	4,5	8,5

Примечание: баллы проставлены по принципу «обратного ранга»: 1 – худший результат

По данным таблицы 3 самые высокие показатели при оценке силовых способностей показали спортсмены 9 и 10, занимавшиеся спортивной гимнастикой. Самые низкие результаты в данных тестах выявлены у спортсмена, занимавшегося армрестлингом.

Для оценки специальных технических навыков чирлидеров использовались тесты с акробатическими элементами (таблица 4).

Таблица 4

Оценка уровня развития специальных технических навыков у юношей

Участники исследования	Предыдущий вид спорта	Тесты, балл*				Сумма баллов
		Разбег-рондад-фляк	Разбег-рондад-фляк-сальто	Разбег-рондад-фляк-винт	Сальто назад с места	
спортсмен 6	армрестлинг	0	0	0	0	0
спортсмен 7	спортивная борьба	0	0	0	1	1
спортсмен 8	спортивная гимнастика	1	1	1	1	4
спортсмен 9	спортивная гимнастика	1	1	0	1	3
спортсмен 10	спортивная гимнастика	1	1	1	1	4

Примечание: * 1 – выполнил; 0 – не выполнил

Анализ данных таблицы 4 вполне ожидаемо показал, что по уровню владения техническими навыками чирлидеров спортсмены, имеющие спортивный опыт в спортивной гимнастике, значительно превосходят спортсменов, занимавшихся силовыми видами спорта – армрестлингом и спортивной борьбой. Спортсмен, занимавшийся армрестлингом, не выполнил ни один тест акробатических упражнений, а спортсмен, имеющий предыдущий спортивный опыт в спортивной борьбе, выполнил только один элемент – сальто назад с места, но не выполнил ни одной акробатической дорожки.

По результатам двух групп тестов у юношей наибольшую суммарную оценку (12,5 баллов из 14) получили спортсмены 9 и 10, имевшие предыдущий спортивный опыт в спортивной гимнастике, и только 2 балла набрал спортсмен, ранее занимавшийся армрестлингом. Полученные результаты позволяют утверждать, что наилучшую готовность к спортивной деятельности в студенческом спорте имеют спортсмены, предыдущий спортивный опыт которых связан со спортивной гимнастикой. Спортсмены, имеющие опыт спортивной деятельности в спортивной борьбе и армрестлинге, не имеют необходимой специальной базы для продолжения спортивного совершенствования в чир спорте.

В своем большинстве начинающие чирлидеры студенческой команды обладают нужными для чир спорта физическими качествами, но для успешной соревновательной деятельности в данном виде спорта недостающие физические качества и технические навыки необходимо нарабатывать и совершенствовать. Несомненно, особенности предыдущей спортивной деятельности, схожие со спецификой чир спорта, позволят новичкам быстрее адаптироваться к тренировочному процессу и программам соревновательной деятельности в чир спорте, чем спортсменам, чей прошлый вид спорта не схож с чирлидингом.

Заключение. Таким образом, по результатам исследования выявлен разный уровень готовности к занятиям чирлидингом в студенческих командах спортсменов, имевших спортивный опыт в разных видах спорта. При этом уровень готовности обусловлен спецификой предыдущей спортивной деятельности. Спортсмены, в прошлом занимавшиеся видами спорта, содержащими акробатическую составляющую, имеют навыки выполнения акробатических дорожек, требующихся в соревновательной деятельности в чирлидинге. Девушки, чей прошлый спортивный опыт был связан с видами спорта, требующими хорошего уровня развития гибкости, также выполняют сложные статические элементы, выполняемые в соревновательной деятельности в чирлидинге. Несмотря на низкий уровень владения специальными техническими навыками у юношей представителей силовых видов спорта, хороший уровень развития их силовых способностей может служить основой для успешного выполнения некоторых элементов чирлидинга, например поддержек и выбросов.

Значимость проведенного исследования заключается в установлении необходимости оценки исходного уровня готовности к спор-

тивному совершенствованию в чир спорте, которая дает объективную информацию об уровне развития физических качеств и специальных технических навыков каждого спортсмена. Без подобной оценки тренер не сможет в полной мере индивидуализировать подготовку каждого спортсмена, что будет затруднять подготовку команды к участию в соревнованиях. Полученная информация позволит тренеру во время тренировочного процесса делать акцент на развитие недостающих качеств и навыков каждого атлета и определить оптимальную соревновательную программу команды для успешной подготовки команды к соревнованиям.

Список литературы

1. Аникеева Е. А., Буркова А. М. Аспекты формирования сборной команды школы (на примере вида спорта чир спорт) // Международный студенческий научный вестник. 2020. №. 3. URL: <https://eduherald.ru/article/view?id=20225> (дата обращения: 24.05.2023).
2. Кузьмин М. А., Тихонов Р. Г. Особенности, характеристика, компоненты черлидинга как спортивной дисциплины // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2015. №1. С. 50–52.
3. Поздеева Е. А. Количественные показатели оценки исполнительского мастерства гимнастов в чир спорте // Глобальный научный потенциал. 2018. Т. 11, №. 92. С. 36–38.
4. Программа спортивной подготовки в вузе на примере секции чир спорта / К. О. Борисова [и др.] DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.1.p24-26 // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2021. №1. С. 24–26.
5. Психофизиологические особенности участниц межвузовских соревнований по чир-спорту / С. М. Лукина [и др.] // Теория и практика физической культуры. 2020. №. 7. С. 87–88.
6. Пыряева Ю. И., Данилова А. М. Отбор перспективных спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки по чир-спорту // Исследования молодых ученых : материалы VI Междунар. науч. конф. (Казань, янв. 2020 г.). Казань : Молодой ученый, 2020. С. 67–69. URL: <https://moluch.ru/conf/stud/archive/357/15566> (дата обращения: 21.05.2023).
7. Самохина Е. А. Методика отбора в детские команды по черлидингу // Царскосельские чтения. 2010. № 14. С. 299–301. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metodika-otbora-v-detskie-komandy-po-cherlidingu> (дата обращения: 21.05.2023).
8. Тихонов Р. Г. Комплексный подход к физической подготовке в чир спорте дисциплины чирлидинг // Совершенствование системы подготовки в танцевальном спорте : материалы XVII Всеросс. науч.-практ. конф. (6 марта 2018 г.) М. : Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма, 2018. С. 68–71.
9. Федосеева А. Д. Спортивная подготовка по чир спорту в дисциплинах чирлидинга // Вопросы педагогики. 2021. №. 6–2. С. 194–198.
10. Формирование сборной команды по черлидингу на основе контроля базовых элементов / О. В. Тимофеева и [др.] // Теория и практика физической культуры. 2020. №1. С. 58–59.
11. Cheerleading team building and progress facilitation by elementary skills test model / O. V. Timofeeva [et al.] // Theory and Practice of Physical Culture. 2020. № 5. P. 39–40.
12. Optimizing the physical training of the female students in the cheerleading team of the university politehnica of Bucharest / C. Grigoroiu [et al.] // Gymnasium. 2019. Т. 20, №. 2. С. 68–84. DOI: <https://doi.org/10.29081/gsjesh.2019.20.2.06>.
13. Stroescu A. S. The importance of safety rules in cheerleading. DOI:10.15405/epsbs.2018.03.10 // ICPEsk 2017: Proceedings of the 7th International Congress on Physical Education, Sport and Kinetotherapy. Bucharest, 2017. P. 77–83.

14. Wen Y. Research on Team Learning in College Cheerleading Teaching. DOI 10.2991/emehss-19.2019.86 // EMEHSS 2019: Proceedings of the 3rd International Conference on Economics and Management, Education, Humanities and Social Sciences. Suzhou : Atlantis Press, 2019. P. 429–432.

References

1. Anikeeva, E. A., & Burkova, A. M. (2020). Aspekty formirovaniya sbornoj komandy shkoly (na primere vida sporta chir sport) [Aspects of the formation of the school's national team (on the example of the sport of cheer sport)]. *Mezhdunarodnyj studencheskij nauchnyj vestnik* [International Student Scientific Bulletin], URL : <https://eduherald.ru/ru/article/view?id=20225> (accessed: 05.24.2023). (In Russian).
2. Kuzmin, M. A., & Tikhonov, R. G. (2015). Osobennosti, harakteristika, komponenty cherlidinga kak sportivnoj discipliny [Features, characteristics, components of cheerleading as a sports discipline]. *Fizicheskaya kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka* [Physical culture: upbringing, education, training], 1, 50–52. (In Russian).
3. Pozdeeva, E. A. (2018). Kolichestvennye pokazateli ocenki ispolnitel'skogo masterstva gimnastov v chir sporte [Quantitative indicators of the evaluation of gymnasts' performing skills in cheer sports]. *Global'nyj nauchnyj potencial* [Global scientific potential], 11(92), 36–38. (In Russian).
4. Borisova, K. O., Soloviev, M. M., Tikhonov, R. G., & Kupreev, M. V. (2021). Programma sportivnoj podgotovki v vuze na primere sekcii chir sporta [The program of sports training at the university on the example of the cheer sports section]. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta* [Scientific notes of the University named P. F. Lesgaft], 1(191), 24–26. <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2021.1>. (In Russian).
5. Lukina, S. M., Mitenkova, L. V., Demesh, V. P., & Getman, V. D. (2020). Psihofiziologicheskie osobennosti uchastnic mezhvuzovskih sorevnovanij po chir-sportu [Psychophysiological features of the participant of interuniversity competitions in cheer sports]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 7, 87–88. (In Russian).
6. Pyryaeva, Y. I., & Danilova, A. M. (2020). Otbor perspektivnyh sportsmenov dlya komplektovaniya grupp sportivnoj podgotovki po chir-sportu [Selection of promising athletes for completing sports training groups in cheer sports]. In *Issledovaniya molodyh uchenykh: materialy VI Mezhdunarodnoy nauchnoy konferentsii, Kazan, yanvar 2020 g.* [Research of young scientists: Materials of the VI International Scientific Conference, Kazan January 2020] (pp. 67–69). Young Scientist. <https://moluch.ru/conf/stud/archive/357/15566>. (In Russian).
7. Samokhina, E. A. (2010). Metodika otbora v detskie komandy po cherlidingu. [Method of selection in children's cheerleading teams]. In *Carskosel'skie chteniya* [Tsarskoye Selo readings]. (Vol. 10, pp. 299–301). <https://cyberleninka.ru/article/n/metodika-otbora-v-detskie-komandy-po-cherlidingu>. (In Russian).
8. Tikhonov, R. G. (2018). Kompleksnyj podhod k fizicheskoy podgotovke v chir sporte discipliny chirleading [An integrated approach to physical training in cheer sports of the discipline cheerleading]. In *Sovershenstvovanie sistemy podgotovki v tanceval'nom sporte: materialy XVII Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii* [Improving the training system in dance sports: Materials of the XVII All-Russian Scientific and Practical Conference]. (pp. 68–71). Russian State University of Physical Culture, Sports, Youth and Tourism. (In Russian).
9. Fedoseeva, A. D. (2021). Sportivnaya podgotovka po chir sportu v disciplinakh chirleadinga [Sports training in cheer sports in the disciplines of cheerleading]. *Voprosy pedagogiki* [Questions of pedagogy], 6(2), 194–198. (In Russian).
10. Timofeeva, O. V., Dugbley, A. D., Malchenko, A. D., & Soparev, A. A. (2020). Formirovanie sbornoj komandy po cherlidingu na osnove kontrolya bazovyh elementov [Formation of a national cheerleading team based on the control of basic elements]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 1, 58–59. (In Russian).

11. Timofeeva, O. V., Dugbley, A. D., Malchenko, A. D., & Soparev, A. A. (2020). Cheerleading team building and progress facilitation by elementary skills test model. *Theory and Practice of Physical Culture*, 5, 39–40.

12. Grigoroiu, C., Pricop A., Wesselly, T., & Netolitzchi, M. (2019). Optimizing the physical training of the female students in the cheerleading team of the university politehnica of Bucharest. *Gymnasium*, 20(2), 68–84. <https://doi.org/10.29081/gsjesh.2019.20.2.06>.

13. Stroescu, A. S. (2017). The importance of safety rules in cheerleading. In V. Grigore, M. Stanescu, & M. Paunescu (Eds.). *ICPESK 2017: Proceedings of the 7th International Congress on Physical Education, Sport and Kinetotherapy, Bucharest 15–17 June* (pp. 77–83). Future Academy. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2018.03.10>.

14. Wen, Y. (2019). Research on Team Learning in College Cheerleading Teaching. In L. Liu, Q. Kang, & Y. Y. Chen (Eds.). *EMEHSS 2019: Proceedings of the 3rd International Conference on Economics and Management, Education, Humanities and Social Sciences, Suzhou 18–19 May* (pp. 429–432). Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/emehss-19.2019.86>.

Информация об авторах / Information about the authors

Татьяна Ивановна Мясникова – кандидат педагогических наук, профессор, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; tmyas@yandex.ru

Алена Андреевна Ившина – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; aleona.ivshina@yandex.ru

Tatiana Ivanovna Miasnikova – PhD (Pedagogy), Professor, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; tmyas@yandex.ru.

Aleona Andreevna Ivshina – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; aleona.ivshina@yandex.ru.

Рукопись поступила в редакцию / Received: 25.05.2023

Принята к публикации / Accepted: 28.06.2023