

## КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ ФИДЖИТАЛ-НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА

*Седлов С. И.*

*Южный федеральный университет,  
МБУДО СШ № 3, г. Ростов-на-Дону, Российская Федерация*

**Аннотация.** Фиджитал-спорт является новым видом спорта. В настоящее время происходит поиск классических видов спорта, способных совмещать цифровое и физическое противоборства для того, чтобы сформировать новые дисциплины фиджитал-спорта. В данной статье предложен фиджитал-настольный теннис в качестве новой фиджитал-дисциплины, а также обсуждаются концептуальные основы применения фиджитал-настольного тенниса и его возможный оздоровительный потенциал. В результатах исследования указывается на аспекты, которые необходимо учитывать при формировании концептуальных основ фиджитал-настольного тенниса, а также представлены показатели здоровья, на которые предположительно может положительно воздействовать фиджитал-настольный теннис.

**Методы исследования:** педагогический эксперимент, анализ научной литературы, опыта работы по проектированию физкультурно-оздоровительных технологий, направленных на развитие физических и умственных способностей занимающихся.

**Основные результаты:** предложены концептуальные основы для создания и развития фиджитал-настольного тенниса.

**Ключевые слова:** фиджитал, фиджитал-спорт, фиджитал-настольный теннис, педагогические основы, кинезисэнергономика.

**Актуальность.** Движение фиджитал активно развивается в РФ и получает поддержку от министерства спорта РФ, министерства науки и высшего образования РФ, а также от Президента РФ [3]. На настоящий момент происходит поиск классических видов спорта, способных сочетать в себе физическое и цифровое противоборства, чтобы на их основе создать интересные для молодёжи фиджитал-дисциплины [4]. Поскольку настольный теннис является популярным видом спорта и имеет готовое к использованию игровое приложение Eleven Table Tennis, то актуализируются создание спортивной дисциплины «Фиджитал-настольный теннис» и разработка её концептуальной основы. В выводах представлены концептуальные основы фиджитал-настольного тенниса, которые могут сделать это направление признанным видом фиджитал-спорта.

**Организация и методы исследования.** Для апробации идеи фиджитал-настольного тенниса был организован педагогический эксперимент в МБУ ДО

СШ №3, г. Ростова-на-Дону, в рамках которого проведено спортивно-оздоровительное мероприятие «Фиджитал-настольный теннис», где участники мероприятия могли участвовать и в цифровом, и в физическом турнире по настольному теннису, а места распределялись с учётом результатов обоих зачётов.

Цифровой настольный теннис был представлен в шлемах виртуальной реальности PICO 4, на которые устанавливалось приложение Eleven Table Tennis, полностью имитирующее классический настольный теннис в цифровом формате.

Анализ научной литературы и опыта работы по проектированию физкультурно-оздоровительных технологий, направленных на развитие физических и умственных способностей занимающихся, позволил сформировать концептуальные основы фиджитал-настольного тенниса [1, 4], а также дополнить методические рекомендации к использованию шлемов виртуальной реальности в педагогическом процессе [2].

**Результаты исследования.** Исходя из анализа литературы и нормативных документов по фиджитал-спорту [3,4], можно установить, что развитие фиджитал-спорта поддерживается государством для привлечения молодёжи к двигательной активности, увеличения разнообразия социальной жизни и комплексного оздоровления средствами, которые интересны современной молодёжи. Эти аспекты должны быть учтены при построении концептуальной основы.

Организация спортивно-оздоровительного мероприятия «Фиджитал-настольный теннис» показала, что фиджитал-настольный теннис выполняет концептуальные основы фиджитал-спорта и может производить оздоровительное воздействие по следующим показателям:

- активизация сенсомоторной деятельности;
- проприоцептивная мышечная чувствительность при смене игровых условий;
- устойчивость вестибулярной системы;
- активизация симпатической нервной системы, направленная на выполнение амплитудных движений при отбивании мяча;
- двигательная активность занимающихся;
- активизация всех систем энергообеспечения мышц;
- увеличение социальных связей занимающихся;
- развитие ловкости в физической и цифровой реальности;
- привлечение киберспортсменов и игроманов к двигательной активности.

На основании ряда работ по проектированию физкультурно-оздоровительных технологий, направленных на развитие физических и умственных

способностей занимающихся, мы можем установить, что наиболее подходящей системой нормирования физической нагрузки в процессе спортивной подготовки фиджитал-настольных теннисистов является кинезисэнергометрический подход.

**Выводы.** Фиджитал-настольный теннис может стать новым видом фиджитал-спорта, как минимум по некоторым причинам:

- классический настольный теннис является популярным видом спорта;
- разработано игровое приложение, полностью соответствующее правилам классического настольного тенниса;
- используются современные цифровые технологии, такие как «шлем виртуальной реальности», что полностью соответствует духу «фиджитал».

К концептуальным основам фиджитал-настольного тенниса мы относим следующее:

- использование современной цифровой технологии «шлем виртуальной реальности»;
- направленность фиджитал-дисциплины на оздоровительное воздействие занимающихся (оздоровление через развлечение);
- развитие физической культуры и спорта РФ в условиях санкционной политики запада.

Проведённое исследование так же позволило разработать методические рекомендации к использованию шлема виртуальной реальности в учебно-тренировочном процессе по настольному теннису [2].

#### Список использованной литературы

1. Естественнонаучные основы оздоровительной физической культуры: учебное пособие / И. А. Пономарева; Южный федеральный университет. - Ростов-на-Дону: Таганрог: Издательство Южного федерального университета, 2018. - 176 с. ISBN 978-5-9275-3031-1
2. Методические рекомендации к использованию шлема виртуальной реальности в учебно-тренировочном процессе по настольному теннису (на примере ШВР Pico 4) / Седлов С.И., 2024, 14 С.
3. Распоряжение Правительства РФ (от 22 ноября 2024 г. № 3387-р) об утверждении концепции развития фиджитал-движения на территории РФ на период до 2030 года.
4. Хорошева О.А., Особенности объединения программ по многоборью ГТО и фиджитал спорту в рамках Фестиваля Спорта / О. П. Кокоулина, О. А. Хорошева [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2023. – № 6(220). – С. 42-47. – DOI 10.34835/issn.2308-1961.2023.06.p42-47. – EDN FVMVUN.

Контактная информация: Sedlov@sfedu.ru