

Библиофреш

**Виртуальная выставка электронных книг
«Когда мы вместе – мы едины» (Ко дню народного единства)**



Библиотека ФГБОУ ВО «ВГАФК»
2024

День народного единства в России приурочен к годовщине освобождения Москвы от польских интервентов и фактическому окончанию Смутного времени в 1612 году.

Смутное время

Смутным временем, или Смутой, в России называют конец XVI - начало XVII века, время кризиса власти и российской государственности. По наиболее распространенной версии, Смута продолжалась с 1598-го по 1613-й. По другой - с 1605-го по 1612-й.

В 1598 году умер царь Федор Иоаннович из рода Рюриковичей. Так как у царя не было наследников, династия прервалась. В последующие годы государством будут управлять Годуновы, Лжедмитрий I (самозванец, который выдавал себя за погибшего сына Ивана Грозного), Василий Шуйский, а затем группа бояр (период их власти назовут Семибоярщиной).

Период династического кризиса сопровождался неурожаем и гражданской войной. Неразберихой воспользовался король Речи Посполитой Сигизмунд III. Поляки напали на Россию, взяли Смоленск и оккупировали Москву.

Когда закончилась Смута

Есть несколько распространенных версий. Первая: Смута закончилась в 1612-м после того, как второе народное ополчение заняло Китай-город в Москве. Вторая: в 1613-м, когда на царствование выбрали Михаила Романова - первого царя из династии Романовых. И третья версия: в 1618-м, когда поляки после неудачного похода на Москву заключили перемирие с Россией.

Что случилось в 1612 году

Было несколько попыток освободить Москву от интервентов. Цель была достигнута вторым народным ополчением, которое появилось в Нижнем Новгороде в 1611 году.

4 ноября (по новому стилю) 1612 года польский гарнизон сдался, а ополчение вошло в Китай-город. Именно поэтому 4 ноября стало Днем народного единства. Однако дату оспаривают многие историки.

Минин и Пожарский

Земский староста Кузьма Минин и князь Дмитрий Пожарский - предводители второго народного ополчения. Считается, что именно они смогли объединить и сплотить население, чтобы освободить Россию от интервенции.

Под руководством Минина жители Нижнего Новгорода начали собирать средства на содержание армии и рассылать грамоты с просьбой помочь. Возглавить народное ополчение предложили опытному воину Пожарскому.



«Нижегородское посольство у князя Дмитрия Пожарского», Василий Савинский, 1882 год

Под знамена Пожарского и Минина собралось огромное по тому времени войско - более десять тысяч служилых поместных людей, до трех тысяч казаков, более тысячи стрельцов и крестьян.

Во всенародном ополчении, в освобождении Русской земли от иноземных захватчиков участвовали представители всех сословий и всех народов, входивших в состав русской державы.

Войско выступило к Москве 20 августа 1612 года. Польский гарнизон, несмотря на жесточайший голод, отказался сдаваться и оборонялся. И только в конце октября бойцам Пожарского удалось занять Китай-город. Датой освобождения столицы традиционно принято считать 22 октября (4 ноября по новому стилю).

После взятия Москвы князь Пожарский созвал представителей от городов для избрания царя. В январе 1613 года состоялся Земский собор, где новым государем назвали Михаила Фёдоровича Романова. И хотя период Смуты на этом не был завершён окончательно - шведы, поляки, литовцы еще не оставляли попыток вернуть управление в свои руки - внутри страны уже был положен конец междоусобице и распрям.

В память об освобождении государства спустя два столетия на народные пожертвования был воздвигнут знаменитый памятник Минину и Пожарскому. Он стал

первым скульптурным монументом Москвы. Работа над ним продолжалась даже во время Отечественной войны 1812 года.

В наши дни образ Минина и Пожарского - одна из главных визитных карточек Москвы. Именно он был выбран символом возрождённого в 2012 году Российского исторического общества. Каждый год в День народного единства к монументу возлагают цветы.

Казанская икона Божией Матери

Казанская икона Божией Матери - одна из самых почитаемых икон, символ народного сопротивления. Изображение Богоматери с младенцем обнаружили в 1579-м в Казани на пепелище после крупного пожара. Есть легенда, что место указала десятилетняя девочка Матрона. Обретенная икона, по описанию будущего патриарха Гермогена, была завернута в ткань и сияла, как новая.

Считается, что образ Богоматери исцелял людей, поэтому вскоре икону стали называть чудотворной и делать с нее списки. Список - это не точная копия, иногда он может отличаться размером или деталями изображения. Один из списков в 1611-м патриарх Гермоген передал ополчению под предводительством Дмитрия Пожарского и Кузьмы Минина.

Многие православные верят, что Казанская икона Божией Матери помогла народному ополчению победить поляков и освободить Москву и Россию от интервенции в 1612-м. Именно поэтому 4 ноября в День народного единства отмечают еще и православный праздник - день Казанской иконы Божией Матери.

История Дня народного единства

День народного единства в России - молодой праздник. В СССР ежегодно в начале последнего осеннего месяца отмечали День Великой Октябрьской социалистической революции. Парады на 7 и 8 ноября, шествия и демонстрации стали своеобразной визитной карточкой Советов. После распада страны остался только один выходной - 7 ноября, а идеологический праздник проходил с меньшим масштабом.

В 1995-м 7 ноября также стало Днем освобождения Москвы силами народного ополчения под руководством Минина и Пожарского от польских интервентов. Новый праздник входил в список Дней воинской славы России и был связан с Днем Октябрьской революции только датой.

В 1996-м 7 ноября превратилось в День согласия и примирения. Под таким названием праздник был известен до 2004-го. По федеральному закону того года в календаре россиян появился День народного единства с выходным днем 4 ноября. Впервые праздник отметили в 2005-м.



Основы российской государственности : учебно-методическое пособие / составитель О. Б. Истомина. - Иркутск : ИГУ, 2023. - 154 с. - ISBN 978-5-6049703-9-3. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/343148>.

В учебно-методическом пособии представлены информационно-справочные материалы для учебной подготовки и самостоятельной работы студентов по дисциплине «Основы российской государственности». Пособие предназначено студентам высших учебных заведений, преподавателям, а также всем, кто интересуется вопросами российской государственности и актуального политического устройства страны.



Манжелей, И. В. Организация физкультурно-спортивной досуговой деятельности населения / И. В. Манжелей, С. В. Иванова, Е. Т. Колунин. - Санкт-Петербург : Лань, 2023. - 192 с. - ISBN 978-5-507-46987-1. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/352256>.

В учебном пособии представлены основные понятия, вопросы и перспективы организации физкультурно-спортивной досуговой деятельности населения. Приводятся сведения об истории, нормативном и правовом регулировании, методических основах физкультурно-спортивной работы. Приведены инновационные проекты физкультурно-спортивной работы. Даны рекомендации по организации занятий оздоровительной гимнастикой с различными группами населения. Учебное пособие предназначено для студентов и преподавателей вузов.



Аветисян, В. Р. Краткий курс основ российской государственности : учебное пособие / В. Р. Аветисян. - Самара, 2024. - 94 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/429680>.

Учебное пособие составлено согласно методическим рекомендациям и направлено на изучение основ российской государственности сквозь призму истории, культуры, философии, географии и государственного устройства России. Представленные материалы направлены на формирование целостного представления о современном состоянии и перспективах российской государственности. Учебное пособие предназначено для преподавателей и студентов вузов.



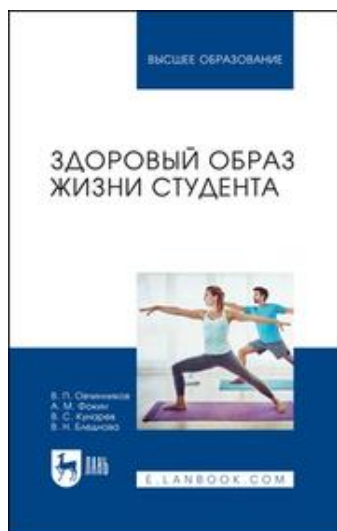
Сидоренко, А. С. История физической культуры и спорта в России. Конец XIX - начало XX века : учебное пособие для вузов / А. С. Сидоренко. - Санкт-Петербург : Лань, 2024. - 80 с. - ISBN 978-5-507-49254-1. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/414881>.

В учебном пособии в хронологической последовательности изложены основные факты зарождения на территории России 20 видов спорта, из которых 19 являются олимпийскими, представлены основные даты и персоналии, вклад которых в развитие спорта наиболее очевиден. Изложенные факты позволят читателям лучше понять процессы, повлиявшие на зарождение и развитие спорта как самостоятельного направления физической подготовки в Российской империи. Пособие предназначено для преподавателей и студентов вузов.



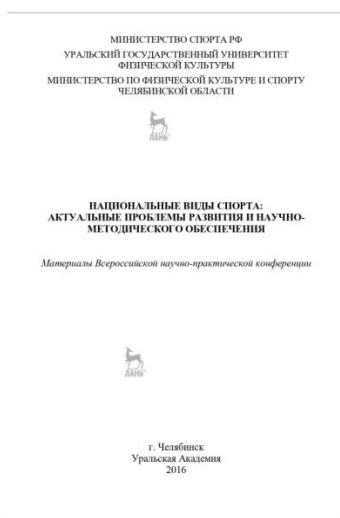
Прокопенко, В. И. Игры народов Севера российского Дальнего Востока : учебное пособие для вузов / В. И. Прокопенко ; художник Т. С. Литвиненко, Е. В. Марова. - Санкт-Петербург : Лань, 2024. - 336 с. - ISBN 978-5-507-51888-3. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/432743>.

Учебное пособие знакомит читателя с традиционными играми коренных малочисленных народов Севера, проживающих на российском Дальнем Востоке (Приохотье, Приамурье, Приморье, Сахалин, Камчатка и Республика Саха (Якутия)), - эвенков, нивхов, негидальцев, ульчей, нанайцев, орочей, удэгейцев, уилта (ороков, орочёнов) и айнов. Материал собран автором в местах проживания данных этносов. Учебное пособие предназначено для преподавателей и студентов вузов.



Здоровый образ жизни студента : учебное пособие для вузов / В. П. Овчинников, А. М. Фокин, В. С. Кунарев, В. Н. Бледнова. - Санкт-Петербург : Лань, 2024. - 176 с. - ISBN 978-5-507-49537-5. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/422531>.

Учебное пособие предназначено для формирования у студентов представления о ценности физического и эмоционального здоровья, рационального использования ресурсов организма, ведения здорового образа жизни посредством занятий физической культурой, спортом и туризмом для успешной самореализации.



Национальные виды спорта: актуальные проблемы развития и научно-методического обеспечения: Материалы Всероссийской научно-практической конференции (г. Челябинск, 16-17 июня 2016 г.) : материалы конференции / под редакцией Е. В. Быкова. - Челябинск : УралГУФК, 2016. - 326 с. - ISBN 978-5-93216-489-1. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/250385>.

В монографии представлено авторское понимание интегративной сущности лечебной педагогики в России и за рубежом, ее содержания, принципов и этапов развития. Обоснованы подходы к раскрытию ее профилактического, реабилитационного и оздоровляющего потенциала как обособившейся отрасли педагогики. Монография предназначена студентам, аспирантам и преподавателям вузов.



Булгакова, Н. Ж. Аквааэробика для всех и каждого : учебное пособие / Н. Ж. Булгакова, Е. А. Мехтелева, С. Н. Морозов ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. - Москва : Спорт-Человек, 2024. - 248 с. - ISBN 978-5-907601-70-3. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/437621>.

В учебном пособии дано описание аквааэробики как вида физической активности, представлены методические рекомендации по планированию, организации и проведению занятий, комплектованию учебных групп, составлению комплексов упражнений целевой направленности, выбору музыкального сопровождения занятий. Детально представлены разнообразные упражнения для обучения плаванию. Пособие предназначено преподавателям, тренерам и студентам вузов.



Прошляков, В. Д. Основы оздоровительной физической культуры : учебное пособие для вузов / В. Д. Прошляков, М. М. Лапкин. - Санкт-Петербург : Лань, 2024. - 116 с. - ISBN 978-5-507-49688-4. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/428003>.

В учебном пособии описаны основные закономерности изменения адаптационных резервов человека под влиянием оздоровительной физической культуры. Обосновывается потребность организма человека в регулярных физических нагрузках. Пособие предназначено для студентов, преподавателей физического воспитания и всех тех, кто заинтересован в здоровом образе жизни.



Карачаров, С. А. Триатлон. Особенности построения тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства : учебно-методическое пособие / С. А. Карачаров. - Москва : Спорт-Человек, 2024. - 84 с. - ISBN 978-5-907601-50-5. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/413630>.

В учебно-методическом пособии раскрываются главные вопросы годового и многолетнего планирования тренировочных нагрузок в подготовке спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства, в том числе на примере подготовки юниорской сборной команды России. Имеющийся информативный материал будет интересен большому кругу тренеров, тренеров-преподавателей ДЮСШ, СШОР, СДЮСШОР, спортсменов, специалистов и любителей триатлона, а также смежных циклических видов спорта.



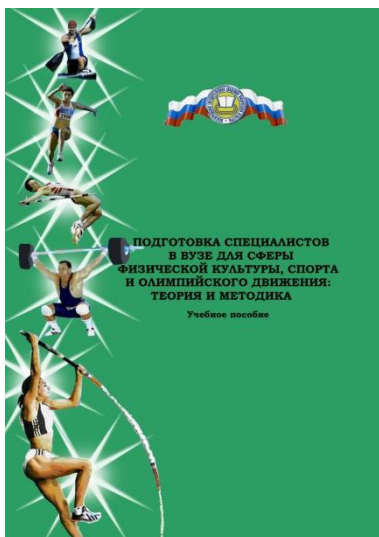
Севастьянов, В. В. Физическая культура и спорт с методикой преподавания : учебное пособие для вузов / В. В. Севастьянов, Е. В. Алтухова, В. И. Воропаев. - Санкт-Петербург : Лань, 2024. - 188 с. - ISBN 978-5-507-49152-0. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/405470>.

В учебном пособии раскрыты теоретические основы физической культуры студентов высших учебных заведений, а также вопросы студенческого спорта. Систематизированы и обобщены данные, характеризующие процесс общей физической подготовки студентов. Особое внимание уделено вопросам методики преподавания дисциплин физической культуры и спорта.



Севастьянов, В. В. Основы обучения циклическим видам спорта : учебное пособие / В. В. Севастьянов, Е. А. Стеблецов, С. Н. Монастырев. - Воронеж : ВГПУ, 2024. - 152 с. - ISBN 978-5-907621-54-1. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/426212>.

В учебном пособии рассматриваются вопросы оздоровительного воздействия, формирования методики обучения в циклических видах спорта, входящих в учебную программу учреждений высшего образования по дисциплине «Физическое воспитание и спорт». Представлены основы и анализ техники, задачи и средства обучения легкоатлетическим видам (ходьба и бег), плаванию, ходьбе на лыжах. Учебное пособие предназначено для преподавателей и студентов вузов.



Подготовка специалистов в вузе для сферы физической культуры, спорта и олимпийского движения: теория и методика : учебное пособие / Ю. А. Зубарев, А. А. Бабанов, В. А. Овчинников [и др.]. - Волгоград : ФГБОУ ВО "ВГАФК", 2024. - 370 с. - ISBN 978-5-00186-164-5 : Текст: электронный.

Учебное пособие издаётся в рамках реализации профильными физкультурными образовательными организациями высшего образования задач в области научного и кадрового обеспечения сфер физической культуры и спорта в соответствии со Стратегией по развитию физической культуры и спорта до 2030 года. Изложены современные, прогрессивные формы, средства и методы обучения, обеспечивающие развитие творческого мышления студентов, магистрантов, аспирантов, умение связывать знания с различными управленческими ситуациями.



Специальная силовая подготовка велосипедистов в BMX и маунтинбайке : монография / под редакцией П. В. Квашука, А. В. Воронова. - Москва : Спорт-Человек, 2024. - 192 с. - ISBN 978-5-907601-54-3. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/424256>.

В монографии рассматриваются методические вопросы силовой подготовки велосипедистов высокой квалификации, специализирующихся в дисциплинах BMX (гонки), BMX (фристайл) и маунтинбайк. Результаты исследований раскрывают биологическую сущность тренировки специальных силовых качеств, а также педагогические основы методики применения тренировочных нагрузок силовой направленности.



Федотова, Е. В. Теоретические основы и практические аспекты высокоинтенсивной интервальной тренировки : монография / Е. В. Федотова, П. А. Сиделев. - Москва : Спорт-Человек, 2024. - 184 с. - ISBN 978-5-00244-246-1. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/424259>.

В монографии рассматриваются вопросы истории использования интервальных тренировок в подготовке спортсменов, программирования тренировочных нагрузок интервального характера на основе переменных, определяющих направленность тренировочного воздействия. Монография предназначена для научных работников, преподавателей, аспирантов, магистрантов и студентов вузов.



Шишков, И. Ю. Управление многолетним тренировочным процессом спортсменов высокой квалификации в игровых видах спорта : монография / И. Ю. Шишков. - Москва : Спорт-Человек, 2024. - 200 с. - ISBN 978-5-00063-112-6. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/424271>.

В монографии на основе более чем двадцатилетнего тренерского опыта автор приводит пример эффективной подготовки игроков высокой квалификации. В монографии детально представлены современные методы и методики контроля различных сторон подготовленности спортсменов в игровых видах спорта. Монография предназначена для магистрантов вузов физической культуры, а также для студентов бакалавриата, аспирантов и преподавателей.



Сафонов, В. К. Психология спортсмена: слагаемые успеха : учебное пособие / В. К. Сафонов. - 3-е изд., стереотип. - Москва : Спорт-Человек, 2024. - 288 с. - ISBN 978-5-907601-62-8. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/424265>.

В учебном пособии обобщены теоретические и научно-практические работы по психологической тематике в сфере спорта на протяжении 30 лет. Раскрываются роль и значение психического состояния, мотивационной сферы, осознанность целей, комплексности психодиагностики, психотехники формирования необходимых качеств психики спортсмена. Пособие предназначено для психологов, тренеров, спортсменов, студентов и преподавателей вузов физической культуры и спорта.



Социокультурное пространство современного российского спорта : монография / С. Д. Неверкович, В. В. Логинов, А. Ф. Попова, А. А. Попова ; под редакцией А. Н. Попова. - Москва : Спорт-Человек, 2024. - 260 с. - ISBN 978-5-907601-61-1. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/424280>.

В монографии даны рекомендации по моделированию и обоснованию принципов формирования социокультурного пространства современного российского спорта. Особое внимание уделено эволюционно-институциональной системности развития пространства спорта. Монография предназначена аспирантам, студентам и преподавателям вузов физической культуры.



Иорданская, Ф. А. Ранняя спортивная подготовка детей 6–10 лет (допуск по состоянию здоровья, отбор в вид спорта, факторы риска, адаптация к нагрузкам, профилактика) : монография / Ф. А. Иорданская. - Москва : Спорт-Человек, 2024. - 116 с. - ISBN 978-5-907601-63-5. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/424277>.

Монография посвящена медико-биологическому контролю и обеспечению безопасности состояния здоровья и функционального состояния организма детей 6-10 лет на этапе ранней спортивной подготовки: допуск по состоянию здоровья, отбор в вид спорта, факторы риска, адаптация к нагрузкам, детский травматизм, профилактика и факторы, повышающие эффективность подготовки. Успешная реализация программы федеральных стандартов подготовки по виду спорта при соблюдении условий здорового образа жизни, самоконтроля, оценки адаптации и восстанавливаемости к тренировочным нагрузкам, обеспечит юным спортсменам 6-10 лет возможность формирования и повышения функциональных возможностей организма.



Студенческий авангард : [сборник]. - Москва, 2023. - 445 с. : ил. - ISBN 978-5-600-03736-5 : Текст: непосредственный.

Монография «Студенческий авангард» продолжает обозрение практики студенческого движения в нашей стране, начатое в книге «Студенческий комсомол» (2018). Состояние и перспективы современной высшей школы, вопросы учебной и воспитательной работы, становление студенческого самоуправления обсуждают лидеры молодёжных и студенческих организаций России, руководители студенческих советов вузов, командиры Всесоюзных студенческих отрядов, депутаты Государственной думы, профессора и преподаватели вузов, ветераны Отдела студенческой молодёжи ЦК ВЛКСМ. В обширном историческом очерке рассмотрено становление и развитие системы образования и студенческого движения в императорской России. «Студенческий авангард» - это источник разнообразного познавательного материала и практических решений для осмысления и совершенствования российской высшей школы и форм студенческой активности.



Димова, А. Л. Менеджмент центра физической культуры и науки здоровья вуза : учебное пособие для вузов / А. Л. Димова. - Санкт-Петербург : Лань, 2024. - 312 с. - ISBN 978-5-507-49518-4. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/422510>.

Учебное пособие посвящено менеджменту нового вида физкультурно-спортивной организации - Центру физической культуры и науки здоровья, осуществляющей оздоровительно-физкультурную, спортивно-массовую и научно-исследовательскую деятельность в вузе в условиях цифровой трансформации образования. Раскрыты основы менеджмента физической культуры и спорта, рассмотрены существующие в России виды физкультурно-спортивных организаций, их организационно-правовые формы.



Студенческий комсомол : [сборник]. - Москва, 2018. - 558 с. : ил. - ISBN 978-5-600-02129-7 : Текст: непосредственный.

Монография «Студенческий комсомол» знакомит читателя со студенческим движением в Российской империи, Советском Союзе и Российской Федерации, представив как единый процесс историю вузовских корпоративных традиций, студенческого самоуправления и высшей школы за четверть тысячелетия.

Среди авторов книги, посвященной 100-летию ВЛКСМ, - секретари ЦК ВЛКСМ и комитетов комсомола вузов, руководители высших учебных заведений, ученые, государственные деятели, ветераны Отдела студенческой молодежи ЦК ВЛКСМ. Их воспоминания и размышления не только воспроизводят черты ушедшей эпохи, но и значимы для дня сегодняшнего.

Список использованных источников:

1. Информация официального сайта Российского исторического общества <https://historyrussia.org/sobytiya/4-noyabrya-v-nashej-strane-otmechaetsya-den-narodnogo-edinstva.html>
2. Информация сайта АО «РОСБИЗНЕСКОНСАЛТИНГ» <https://www.rbc.ru/life/news/67070ac09a79476cb5db2c50>
3. Информация портала сетевого издания РИА Новости <https://ria.ru/20241031/prazdnik-1828595472.html>