

**Воронина Елизавета Андреевна**, магистрант,  
кафедра сложнокоординационных и прикладных видов спорта  
Воронежская государственная академия спорта  
РФ, г. Воронеж  
Voronina Elizaveta Andreevna, master's student,  
Department of Complex Coordination and Applied Sports  
Voronezh State Academy of Sport  
Russian Federation, Voronezh

**Пауков Андрей Андреевич**, канд. наук, доцент,  
Воронежская государственная академия спорта  
РФ, г. Воронеж  
Paukov Andrey Andreyevich,  
Candidate of Sciences, Associate Professor,  
Voronezh State Academy of Sports, Voronezh, Russia

## ПИЛОННЫЙ СПОРТ: АНАЛИЗ И ПЕРСПЕКТИВЫ POLE SPORT: ANALYSIS AND PERSPECTIVES

**Аннотация:** Пилонный спорт, также известный как pole dance или pole sport, превратился из развлечения в полноценный вид спорта, сочетающий силу, гибкость и хореографию. В последние годы он приобрел значительную популярность и признание, что привело к его включению в международные спортивные соревнования и даже рассмотрению как олимпийского вида спорта.

**Abstract:** Pole sport, also known as pole dance or pole sport, has evolved from entertainment into a full-fledged sport that combines strength, flexibility, and choreography. In recent years, it has gained significant popularity and recognition, leading to its inclusion in international sports competitions and even consideration as an Olympic sport.

**Ключевые слова:** пилонный спорт, pole dance, физическая подготовка, психологическое влияние, стереотипы, олимпийский спорт.

**Keywords:** pole sport, pole dance, physical preparation, psychological impact, stereotypes, Olympic sport.

Пилонный спорт находится на стадии активного развития и получения признания. С каждым годом увеличивается количество соревнований, таких как чемпионаты мира и национальные чемпионаты, что свидетельствует о растущем интересе к этому виду спорта. Атлеты демонстрируют высокий уровень технической подготовки и артистизма, что делает соревнования зрелищными и привлекательными для широкой аудитории.

### **Физиологический аспект**

С точки зрения физиологии, пилонный спорт требует от спортсменов развития силы, гибкости и выносливости. Регулярные тренировки способствуют улучшению координации движений, баланса и общей физической формы.

### **Психологический аспект**

Психологические исследования пилонного спорта показывают, что он оказывает положительное влияние на уровень самооценки и самовыражения участников. Занятия пилонным спортом помогают снизить уровень стресса и улучшить психологическое благополучие.



### **Перспективы развития**

Перспективы пилонного спорта связаны с его возможным включением в список олимпийских видов спорта. Это потребует стандартизации правил и критериев оценки выступлений, а также дальнейшего исследования его влияния на здоровье и безопасность спортсменов.

Пилонный спорт продолжает привлекать внимание как средство физического и психологического развития. Его будущее кажется многообещающим, учитывая текущие тенденции и растущее признание в мире спорта.

#### *Список литературы:*

1. Злыденко К. Ю. Pole sport как новое направление физической культуры/ К. Ю. Злыденко. – Уральский научный вестник, 2023. – 7с.
2. Смирнова Е. Ю. Спортивно-оздоровительный продукт как результат социально-культурной деятельности (на примере pole sport: вчера, сегодня, завтра)/ Е. Ю. Смирнова. – Современные тенденции развития экономики и образования региона, 2020. – 87 с

