УДК 796.093:004

КИБЕРСПОРТ. НАУЧНЫЙ ПОДХОД
♦♦♦♦♦
ESPORTS. A SCIENTIFIC APPROACH

Питкин Виктор Александрович
старший преподаватель
кафедры физического воспитания и спорта,
Кубанский государственный технологический университет
irvik25@mail.ru

Славин Алексей Сергеевич
студент группы 24-НБ-НД1,
факультет нефти, газа и энергетики,
Кубанский государственный технологический университет
matx123456785@mail.ru

Аннотация. В статье рассматривается вопрос о признании киберспорта видом спорта с научной точки зрения. Анализируются критерии спорта и их сопоставление с особенностями киберспорта, включая физиологические и когнитивные аспекты, а также тренировочный процесс. Рассматриваются ПК-киберспорт и симрейсинг. Приводятся аргументы «за» и «против», а также личный опыт автора. Делается вывод о том, что киберспорт можно считать самостоятельным направлением спорта в цифровую эпоху.

Ключевые слова: киберспорт, спорт, когнитивные способности, физиологическая нагрузка, реакция, тренировочный процесс, симрейсинг, компьютерные игры, профессиональный спорт, цифровые технологии.

Pitkin Victor Alexandrovich
Senior Lecturer of the Department
of Physical Education and Sports,
Kuban State Technological University
irvik25@mail.ru

Slavin Alexey Sergeevich
Student of group 24-NB-ND1,
Faculty of oil, gas and energy,
Kuban State Technological University
matx123456785@mail.ru

Annotation. The article examines whether esports can be considered a form of sport from a scientific perspective. It analyzes the criteria of sport and compares them with the characteristics of esports, including physiological and cognitive aspects, as well as the training process. The study also considers PC esports and sim racing. Arguments for and against recognizing esports as a sport are presented, along with the author's personal experience. It is concluded that esports can be regarded as an independent form of sport in the digital age.

Keywords: esports, sport, cognitive abilities, physiological load, reaction, training process, sim racing, video games, professional sport, digital technologies.

Введение

В последние годы киберспорт стал значимой частью современной культуры и экономики: крупные турниры собирают миллионы зрителей, а призовые фонды сопоставимы с традиционными видами спорта. Развитие технологий и индустрии видеоигр способствовало его становлению как самостоятельного явления, сочетающего соревнование, подготовку и зрелищность.

Одновременно растёт интерес к его изучению с точки зрения физиологии, психологии и социологии. В научной среде нет единого мнения: одни указывают на низкую физическую активность, другие – на высокую когнитивную и стрессовую нагрузку.

Актуальность темы усиливается обсуждением официального признания киберспорта и его возможного включения в крупные международные соревнования, что поднимает вопрос о границах между игрой и спортом.

Цель статьи – проанализировать киберспорт с научной точки зрения, сравнить его с традиционными видами спорта, а также рассмотреть ПК-киберспорт, симрейсинг и личный опыт автора.

Что такое спорт. Согласно научным подходам, спорт включает физическую активность, соревновательность и систему подготовки. Дж. Коакли определяет его как «институционализированную соревновательную деятельность [1], подчеркивая роль правил и организации.

Спорт также рассматривается как социальное явление, объединяющее физические, психологические и культурные аспекты, направленное на развитие навыков и достижение результатов в соревнованиях.

К основным критериям спорта относятся:

- наличие физической или психофизиологической нагрузки;
- соревновательный характер;
- система правил;
- тренировочный процесс;
- институционализация (федерации, лиги).

Современные исследования расширяют понятие спорта, включая виды деятельности, где важны когнитивные способности и реакция (например, шахматы, автоспорт). Это показывает, что спорт – динамичное понятие, что и делает возможной дискуссию о признании киберспорта.

Киберспорт: Киберспорт – это профессиональная соревновательная деятельность в видеоиграх, требующая высокой реакции, стратегического мышления и командной работы. Он отличается наличием правил, судейства и официальных турниров, что сближает его с традиционными видами спорта.

Он включает различные дисциплины (шутеры, стратегии, MOBA, симуляторы), требующие как точных действий, так и быстрого анализа ситуации. С научной точки зрения киберспорт сочетает моторные и когнитивные процессы.

Важную роль играет тренировочный процесс: развитие индивидуальных навыков, командная работа и анализ игр. Киберспорт рассматривается как глобаольное медийное явление [2].

Таким образом, киберспорт – это комплексное явление, объединяющее спорт, технологии и культуру.

Физиологические аспекты. Исследования показывают, что у игроков частота сердечных сокращений повышается до 160–180 ударов в минуту [3], что свидетельствует о значительном физиологическом напряжении. Также фиксируется рост уровня кортизола, указывающий на стрессовую нагрузку.

Хотя киберспорт не связан с интенсивной работой крупных мышц, он требует развитой мелкой моторики, точности движений и зрительно-моторной координации. Длительное пребывание в статичной позе также влияет на организм.

При этом многие профессиональные игроки включают физические упражнения в тренировочный процесс. Изменения, которые возникают при повышенных нагрузках во время занятий, положительно сказываются на большинстве функциональных резервов организма [5]. Таким образом, нагрузка в киберспорте носит комплексный характер, сочетая стрессовые, сенсомоторные и частично физические элементы.

Когнитивные способности. Игроки принимают решения за доли секунды. Исследование показало, что видеоигры улучшают внимание и скорость обработки информации [4]. В частности, у игроков развивается способность быстро переключаться между задачами, отслеживать множество объектов одновременно и эффективно фильтровать визуальную информацию.

Киберспорт требует высокой когнитивной гибкости – способности быстро адаптироваться к меняющимся условиям. Игрок должен мгновенно оценивать ситуацию, прогнозировать действия соперника и принимать решения, задействуя память и пространственное мышление.

Исследования показывают, что у опытных игроков улучшается реакция и сокращается время принятия решений, что часто становится решающим фактором победы. Таким образом, киберспорт основан прежде всего на когнитивных и психофизиологических процессах.

Тренировочный процесс. Профессиональные игроки тренируются ежедневно по 6–10 часов, сочетая анализ игр, работу с тренерами и психологами. Подготовка включает индивидуальные навыки (точность, реакция, координация) и командные тренировки (стратегии и взаимодействие).

Важную роль играет разбор матчей, работа над ошибками и психологическая подготовка. Как и в традиционном спорте, большое значение имеют режим, сон и общее физическое состояние, напрямую влияющие на результат.

Личный опыт автора. Автор частично связывался с киберспортом. Активно играет в Counter-Strike 2. Раньше это была просто игра, то со временем захотелось

большего. Начал тренировать стрельбу, изучать механики, смотреть обучающие материалы.

Заметил, что результаты напрямую зависят от регулярности тренировок, самочувствия и настроения. Это полностью аналогично традиционному спорту: без систематической подготовки уровень быстро снижается. Несмотря на отсутствие профессионального уровня, все же почувствовал эту связь.

Киберспорт на ПК. ПК-киберспорт требует высокой точности движений и координации. Управление с помощью клавиатуры и мыши предъявляет требования к мелкой моторике, скорости реакции и синхронизации действий рук и глаз, обеспечивая более высокий уровень точности по сравнению с консолями.

Важную роль играет «механический скилл» – точность, скорость и стабильность действий, которые формируются в результате длительных тренировок и быстро ухудшаются без практики.

Также значение имеет техническое оснащение: производительность ПК, частота обновления экрана и качество периферии. Однако даже при равных условиях решающим фактором остаются навыки игрока.

Симрейсинг. Симрейсинг использует технологии, максимально приближенные к реальному вождению. Исследования показывают высокую степень реализма современных симуляторов, которые способны точно воспроизводить физику движения автомобиля, поведение шин, особенности трассы и влияние внешних факторов.

Игроки используют специализированное оборудование: рули с обратной связью (force feedback), педали, а иногда и полноценные кокпиты с креслами и системами виртуальной реальности. Это позволяет не только визуально, но и физически ощущать процесс управления автомобилем.

Симрейсинг особенно интересен с точки зрения сравнения с традиционным спортом, так как он максимально приближен к автоспорту. Известны случаи, когда успешные симрейсеры переходили в реальный автоспорт, что подтверждает практическую ценность приобретённых навыков. Таким образом, данное направление киберспорта является одним из наиболее убедительных аргументов в пользу признания киберспорта как полноценной спортивной деятельности.

Аргументы. Рассматривая киберспорт в контексте его отнесения к спорту, можно выделить ряд аргументов «за» и «против».

К аргументам в пользу признания киберспорта спортом относятся:

- высокая когнитивная и психофизиологическая нагрузка, сопоставимая с нагрузкой в некоторых традиционных видах спорта;
- наличие систематического тренировочного процесса, требующего дисциплины и регулярности;
- выраженный соревновательный характер, наличие турниров, лиг и профессиональных команд;
- развитие специфических навыков, включая реакцию, координацию и стратегическое мышление.

В то же время существуют аргументы против:

- относительно низкий уровень физической активности по сравнению с классическими видами спорта;
- зависимость от технических средств и оборудования;
- отсутствие универсального признания со стороны всех спортивных организаций.

Таким образом, дискуссия о статусе киберспорта во многом зависит от того, какие критерии считать определяющими для понятия «спорт».

Заключение. С учетом рассмотренных факторов и личного опыта можно сделать вывод, что киберспорт является особой формой спортивной деятельности. Он отличается от традиционных видов спорта характером нагрузки, ориентированной на когнитивные и психофизиологические процессы, но при этом сохраняет ключевые признаки спорта: соревновательность, систему подготовки и необходимость постоянного совершенствования.

Личный опыт подтверждает, что успех в киберспорте напрямую зависит от регулярности тренировок, концентрации и общего состояния игрока. При отсутствии систематической практики уровень быстро снижается, тогда как целенаправленные тренировки дают заметный прогресс.

С учетом масштабов индустрии, профессионализации и наличия международных турниров с крупными призовыми фондами можно утверждать, что киберспорт уже выполняет функции, аналогичные традиционным видам спорта, и может рассматриваться как самостоятельное направление в условиях цифровой эпохи.

Литература

1. Coakley J. Sports in Society: Issues and Controversies (Спорт в обществе: проблемы и противоречия). New-York : McGraw-Hill Education. – 2015. – 640 p.
2. Managing the health of the eSport athlete: an integrated health management model. BMJ Open Sport & Exercise Medicine / J. DiFrancisco-Donoghue [et al.]. – 2019. – Vol. 5. – № 1. – e000467 p.
3. Green C.S. Action video game modifies visual selective attention / C.S. Green, D. Bavelier // Nature. – 2003. – Vol. 423. – P. 534–537.
4. Hamari J. What is eSports and why do people watch it? / J. Hamari, M. Sjöblom // Internet Research. – 2017. – Vol. 27. – № 2. – P. 211–232.
5. Черемных Н.А. Влияние физической культуры на эффективность учебной деятельности студентов / Н.А. Черемных, В.А. Питкин // Наука. Техника. Технологии (политехнический вестник). – 2023. – № 2. – С. 430–432.

References

1. Coakley J. Sports in Society: Issues and Controversies (Спорт в обществе: проблемы и противоречия). New-York : McGraw-Hill Education. – 2015. – 640 p.
2. Managing the health of the eSport athlete: an integrated health management model. BMJ Open Sport & Exercise Medicine / J. DiFrancisco-Donoghue [et al.]. – 2019. – Vol. 5. – № 1. – e000467 p.
3. Green C.S. Action video game modifies visual selective attention / C.S. Green, D. Bavelier // Nature. – 2003. – Vol. 423. – P. 534–537.
4. Hamari J. What is eSports and why do people watch it? / J. Hamari, M. Sjöblom // Internet Research. – 2017. – Vol. 27. – № 2. – P. 211–232.
5. Cheremnykh N.A. The influence of physical education on the effectiveness of students' educational activities / N.A. Cheremnykh, V.A. Pitkin // Science. Engineering. Technologies (Polytechnic Bulletin). – 2023. – № 2. – P. 430–432.