

2. Болотин, А.Э. Педагогические условия, необходимые для улучшения качества процесса физической подготовки с ангольскими военнослужащими / А.Э. Болотин, А. Ж.-А. Фернандеш // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2011. – № 10 (80). – С. 185-187.
3. Болотин, А.Э. Психолого-педагогические условия, необходимые для обеспечения физической готовности личного состава горноспасательных подразделений / А.Э. Болотин, А.В. Волков, И.А. Панченко // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 2 – С. 35-38.
4. Болотин, А.Э. Структура и содержание педагогической концепции совершенствования многоуровневой системы физического воспитания в России / А.Э. Болотин, В.А. Чистяков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 3 (97). – С. 35-41.
5. Пашута В.Л. Факторы, определяющие необходимость использования специального снаряжения для обучения военнослужащих ведению боевых действий / В.Л. Пашута, А.П. Греков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 4 (98). – С. 113-116.
6. Пашута, В.Л. Факторы определяющие необходимость психолого-педагогического сопровождения учебного процесса в военно-физкультурном вузе / В.Л. Пашута, Е.Н. Курьянович // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 3 (97). – С. 159-163.

REFERENCES

1. Bolotin, A.E. and Sivak, A.N. (2012), "Requirements made to graduates of higher education institutions of internal troops of the Ministry of Internal Affairs of Russia to effective implementation of office and fighting tasks", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 92, No. 10, pp. 30-35.
2. Bolotin, A.E. and Fernandesh, A. Zh.-A. (2011), "Pedagogical conditions necessary for improvement of quality of process of physical preparation with the Angola military personnel", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 80, No. 10, pp. 185-187.
3. Bolotin, A.E. and Volkov, A.V. and Panchenko, I.A. (2014), "Psychology and pedagogical conditions necessary for ensuring physical readiness of staff of mine-rescue divisions", *Theory and Practice of Physical Culture*, No. 2, pp. 35-38.
4. Bolotin, A.E. and Chistyakov, V.A. (2013), "Scientific-theoretical approaches to improvement of process of physical training of students in higher education institutions", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 97, No. 3, pp. 35-41.
5. Pashuta V. L. and Kuryanovich, E.N. (2013), "Factors defining need of the psychologist - pedagogical maintenance of educational process in military sports higher education institution", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 97, No. 3, pp. 159-163.
6. Pashuta V. L. and Grekov, A.P. (2013), "The factors defining need of use of special equipment for training of the military personnel in conducting combat operations", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 98, No. 4, pp. 113-116.

Контактная информация: a_bolotin@inbox.ru

Статья поступила в редакцию 28.06.2014.

УДК 574: 796

МАГИСТЕРСКАЯ ПРОГРАММА «ЭКОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

*Надежда Петровна Петрушкина, доктор медицинских наук,
старший научный сотрудник, заведующая кафедрой,*

*Ольга Ивановна Коломиец, кандидат биологических наук, профессор,
Ольга Александровна Макунина, кандидат биологических наук, доцент,
Уральский государственный университет физической культуры, Челябинск*

Аннотация

В статье обосновывается актуальность программы Магистратуры «Экология физической культуры и спорта» в вузах физической культуры. В курсе изучения физиологии, теории и методики спорта, гигиенического сопровождения физкультурно-спортивной деятельности рассматриваются изменения, происходящие в организме спортсмена, находящегося в оптимальных условиях внешней среды (комфортная температура, чистый воздух, нормальное атмосферное давление, отсутствие излучений и интоксикаций и т.д.). Информация, касающаяся особенностей мышечной

работы при различных условиях внешней среды, носит фрагментарный и поверхностный характер, в связи с чем, необходимо углубленное изучение влияния экологических факторов на организм спортсмена – экологии физической культуры и спорта. В работе представлена программа подготовки магистров «Экология физической культуры и спорта», разработанная в Уральском государственном университете физической культуры.

Ключевые слова: экология, физическая культура, спорт, внешне-средовые факторы.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.06.112.p148-155

MASTER'S PROGRAM "ECOLOGY OF PHYSICAL TRAINING AND SPORTS"

Nadezhda Petrovna Petrushkina, the doctor of medical sciences, senior research associate, department chair,

Olga Ivanovna Kolomiyets, the candidate of biological sciences, professor,

Olga Aleksandrovna Makunina, the candidate of biological sciences, senior lecturer, Ural State University of Physical Culture, Chelyabinsk

Annotation

The article substantiates the relevance of the Master's program "Ecology of physical culture and sports" in the universities of physical culture. In the course of studying physiology, theory and methodology of sport, hygiene maintenance of sports activities there are discussions covering the changes occurring in the body of an athlete, under optimal environmental conditions (temperature comfortable, clean air, atmospheric pressure, absence of radiation and intoxications and so on). Information on the specifics of muscular work under different environmental conditions, is of fragmented and superficial character, and therefore, requires in-depth study of the influence of the environmental factors on the athlete's body – ecology of the physical culture and sports. The article presents the master's program "Ecology of physical culture and sports", developed by the Ural state University of physical culture.

Keywords: ecology, physical training, sports, environmental factors.

При решении проблем в сфере физической культуры и спорта экологии придается особое значение. Это связано с тем, что, с одной стороны, для эффективных занятий физической культурой и спортом необходимы определенные условия окружающей среды, с другой – эти занятия как любой вид деятельности, должны сохранять здоровье человека и чистоту окружающей природы [1, 7, 10]. Еще в 1994 году на юбилейном олимпийском прогрессе экология наравне со спортом и культурой была признана «третьим столпом» олимпийского движения. В олимпийскую хартию внесены дополнения, была создана комиссия МОК «Спорт и окружающая среда» [11-13].

Сотрудничество России с международным спортивным сообществом расширяется, о чем свидетельствуют проведенные в нашей стране в 2014 году Олимпийские и Паралимпийские игры и запланированные на будущее соревнования (XXVII Всемирная зимняя универсиада, Чемпионат мира по Дзюдо, Чемпионат мира по Тхэквондо, Чемпионат мира по хоккею, Чемпионат мира по футболу и др.). В связи с этим очевидна необходимость развития системы экологического сопровождения сферы физической культуры и спорта, требующей грамотного и квалифицированного применения [4, 5, 8].

В настоящее время экологические требования к физкультурно-оздоровительным и спортивным сооружениям представлены в государственных нормативных документах и законодательствах различных стран. Вместе с тем, экология как область знаний не только рассматривает различные факторы окружающей среды, но и устанавливает закономерности взаимодействия организмов между собой и с окружающей средой.

Рядом авторов на основании проведенного анализа научной литературы и других источников информации предлагаются и обосновываются основные положения экологии физической культуры и спорта как науки, а также перспективы преподавания экологии физической культуры и спорта как дисциплины в вузах физического воспитания и спорта в форме по выбору вуза [1-3, 6, 7, 10, 14].

Спорт – это вид профессиональной деятельности, при которой основным фактором воздействия на организм человека являются мышечные нагрузки. Таким образом, спортивная деятельность сопровождается напряжением работы всех функциональных систем, ответственных за выполнение этой деятельности, и является источником энергообеспечения мышечной работы (экология труда и спорта). Не останавливаясь на подробностях классификации физических упражнений, характеристиках динамической и статической работы, типах энергообеспечения и т.д., отметим, что степень изменения физиологических функций, необходимых для эффективного выполнения мышечной нагрузки определяется уровнем работоспособности.

Известно, что работоспособность отчасти генетически детерминирована, отчасти определяется состоянием здоровья и уровнем тренированности [9]. Существенное влияние на спортивную работоспособность оказывают факторы внешней среды (экологические факторы), которые изменяют течение биохимических реакций и процессов регуляции функций организма при выполнении мышечной работы. Так, на уровень спортивных результатов влияет изменение температуры внешней среды: при гипотермии повышается вязкость мышц, снижается АТФазная активность, изменяется скорость расщепления АТФ и ресинтез ее посредством креатинфосфатного механизма и т.д. Гипертермия, достигая оптимальных значений, повышает скорость биохимических реакций и таким образом способствует высокому спортивному результату, а при превышении оптимума температуры окружающей среды скорость биохимических реакций снижается.

Любые экологические факторы, которые блокируют биохимические реакции или снижают их скорость (излучения, интоксикации и др.), снижают физическую и умственную работоспособность, что отражается на спортивном результате. Нарушая естественные колебания активности вегетативных функций, смена климатических факторов и часового пояса (имеющие место при трансмеридиональных перелетах), также снижают спортивную эффективность.

Данные аспекты физиологии, теории и методики спорта, гигиенического сопровождения физкультурно-спортивной деятельности рассматриваются в процессе образования, получаемого в физкультурном вузе. Однако следует признать, что информация, касающаяся особенностей мышечной работы при различных условиях внешней среды, носит фрагментарный и поверхностный характер. В курсе изучения названных выше дисциплин рассматриваются изменения, происходящие в организме спортсмена, находящегося в оптимальных условиях внешней среды (комфортная температура, чистый воздух, нормальное атмосферное давление, отсутствие излучений и интоксикаций и т.д.).

Таким образом, актуальность и важность углубленного изучения влияния экологических факторов на организм спортсмена – экологии физической культуры и спорта – очевидны.

Экология как область знаний устанавливает закономерности взаимодействия организмов между собой и с окружающей средой. К негативным экологическим воздействиям на состояние организма, функционирование его органов и систем, способность к адаптации, активность, подвижность, выносливость, работоспособность и т.д., относятся как физико-химические и биологические факторы загрязнения окружающей среды, так и нейрорпсихогенные воздействия, а также их сочетания.

Экология спорта и физической культуры изучает взаимоотношения человека с окружающей средой в условиях мышечных тренировок и при изменяющихся условиях среды обитания человека. Значимость изучения экологии физической культуры и спорта для квалифицированных специалистов в области физической культуры объясняется современными требованиями к организации тренировочного процесса в условиях постоянного воздействия различных экологических (эндо- и экзогенных) факторов на спортсмена [14].

Очевидно, что для успешной профессиональной физкультурно-спортивной деятельности необходимо:

- знать изменения экологического равновесия организма человека при интенсивных (или недостаточных) мышечных нагрузках;
- выбирать средства и методы восстановления и сохранения здоровья лиц, занимающихся физической культурой и спортом;
- владеть навыками отбора информативных критериев оценки здоровья человека при многообразии воздействий экологической системы и широком спектре ответных реакций на физическую нагрузку;
- знать клеточные и молекулярные механизмы развития эндоэкологических патогенных факторов и состояний, возникающих при спортивной деятельности вследствие их действия;
- уметь грамотно разрабатывать профилактические мероприятия в группах риска развития патологических изменений (у спортсменов – перетренированность, травматизм и др.) с учетом позитивного и негативного влияния факторов окружающей среды;
- разбираться в особенностях адаптации к физическим нагрузкам людей, проживающих в различных климатогеографических регионах, с учетом специфики питания, обмена веществ и энергии у них, влияния природных циклов и метеорологических факторов на организм человека, и спортсмена, в частности;
- знать механизмы адаптации и восстановления при сочетанном действии природных, экологических и адаптогенных факторов среды; , корректно решать проблемы спортивного питания и т.д.

Уральский государственный университет физической культуры (УралГУФК) – это уникальная научная и педагогическая школа. Представляемая нашим университетом магистерская программа “SPORT ECOLOGY” включает широкий спектр учебных курсов (<http://www.uralgufk.ru/reitingi/magistratura/824-magisterskaya-programma-ekologiya-fizicheskoy-kultury-i-sporta.html>).

На первом курсе магистратуры при изучении дисциплины «Экология физической культуры и спорта» (5 зачетных единиц, 180 часов) основное внимание уделяется изменениям внутренней среды организма в условиях мышечных тренировок и при действии различных внешне-средовых факторов. Выполнение мышечных нагрузок с одной стороны, обеспечивается работой кислородтранспортных систем, различных отделов нервной системы, опорно-двигательного аппарата, к функционированию которых предъявляются высокие требования, с другой – приводит к нарушению гомеостаза внутренней среды организма. Гиподинамия и гипокинезия также изменяют гомеостаз и приводят к нарушению функций многих органов и систем. Глубокое понимание механизмов изменения экологического равновесия организма человека при интенсивных (или недостаточных) мышечных нагрузках позволит специалисту в области физической культуры грамотно выбирать средства и методы восстановления и сохранения здоровья лиц, занимающихся физической культурой и спортом. При изучении этой дисциплины кроме основной терминологии, установления междисциплинарных связей и методов исследования особое внимание уделяется таким вопросам как: биоэнергетика мышечной деятельности; гендерные и возрастные особенности обмена веществ и энергии; режимы работы мышц; работа кардиореспираторной системы при динамической и статической физической работе; влияние умственных и мышечных нагрузок на нервную систему; влияние мышечной работы на состав и свойства внутренней среды организма (кровь, плазма, интерстициальная жидкость) и гомеостаз; особенности адаптации организма к мышечным нагрузкам в различных экологических условиях с учетом гендерного подхода и в различные периоды онтогенеза; изменение экологического равновесия организма человека при мышечных нагрузках, гиподинамии и гипокинезии, а также средства и методы восстановления и сохранения здоровья.

Необходимость изучения дисциплины «Принципы оценки здоровья человека в экологической системе» (6 зачетных единиц, 216 часов) обусловлена следующими положениями. Соматические, психические и социальные характеристики индивида, отражающие его здоровье, формируются в результате сложного взаимодействия комплекса факторов окружающей и внутренней среды. Условия, в которых происходит спортивная деятельность, и занятия физической культурой отражаются на здоровье человека. Известно, что благополучие экологической среды характеризуется здоровьем популяции и рядом демографических показателей. Необходимость умения отбора информативных методов для оценки здоровья человека связана с многообразием не только воздействий экологической системы на организм человека, но и со спектром его ответных реакций, а также с важностью разработки профилактических мероприятий в группах риска развития патологических изменений (у спортсменов – перетренированность, травматизм и др.).

При изучении данной дисциплины рассматриваются такие вопросы как: генетические и соматические эффекты экологических факторов, генофонд популяции и критерии оценки его состояния показатели и критерии здоровья; демографические показатели (рождаемость и смертность, уровень и структура; особенности роста и развития, сроки становление основных функций, заболеваемость и др.), характеризующие благополучие экологической среды. Особое внимание уделяется формированию системного подхода к оценке здоровья человека при воздействии экологической системы (атмосфера, водные ресурсы, почва, радиация, звуковой фон, метеорологический фон, особенности рельефа) и интерпретация результатов изучения действия экологических факторов на здоровье человека. Зная механизмы регуляции физиологических функций организма и взаимоотношений организма с внешней средой, а также биологические маркеры воздействия экологической системы на организм, специалист сможет определять уровень адаптивных реакций организма, характеризующих защитные механизмы человека от действия неблагоприятных факторов. Усвоение принципов сохранения здоровья спортсменов позволит грамотно определить пути повышения резистентности организма к повреждающим факторам. Этот курс включает такие темы как: «Допинги и биологические пищевые добавки», «Спортивный травматизм и заболевания спортсменов»; «Подходы к формированию групп риска развития нарушений и повышенной устойчивости к патогенным факторам», которые рассматриваются в экологическом аспекте.

Изучение дисциплины «Комплексное влияние экологических и природных адаптогенных факторов на сохранение и укрепление здоровья» (6 зачетных единиц, 216 часов) предусматривает приобретение магистрами знаний о положительном влиянии окружающей среды на здоровье и деятельность человека, понимание механизмов адаптации и восстановления организма при сочетанном действии природных, экологических и адаптогенных факторов среды в различных климатогеографических условиях. При изучении данной дисциплины рассматриваются вопросы, касающиеся влияния окружающей среды на здоровье и деятельность человека, характеристики физических свойств и химического состава окружающей среды (воздух, вода, почва). Особое внимание уделяется воде как основному компоненту организма человека, ее функции, обоснованию питьевого режима спортсмена, причинам и последствиям дегидратации организма. Знание роли климата, механизмов акклиматизации, значения биологических ритмов человека и такого понятия как «десинхроноз» в сохранении и укреплении здоровья лежит в основе медико-биологического обеспечения спортсменов при проведении тренировочного процесса в различных климатогеографических и погодных условиях. Изучение влияния экологических и адаптогенных факторов на работоспособность спортсмена и его здоровье невозможно без рассмотрения актуальных вопросов питания (биологическая роль основных пищевых веществ, витаминов и микронутриентов в организме, пищевой статус спортсмена, количественная адекватность и режимы питания спортсменов) и других средств восстановления, включая физические средства, фармакологические препараты, адаптоге-

ны и др.

Разработка программы дисциплины «Молекулярно-биологические основы адаптации человека к физической нагрузке в различных экологических условиях» (3 зачетных единицы, 108 часов) связана с тем фактом, что особенности сценария адаптации к физической нагрузке определяются генетическими (молекулярно-биологическими) особенностями индивидуума. С одной стороны «спортивная гениальность» – генетически детерминирована, с другой – наследственная предрасположенность к определенному виду спорта, реализуется в условиях внешних воздействий, ведущая роль из которых принадлежит тренеру. Понимание молекулярно-биологических основ адаптации к различным физическим нагрузкам и знание физиолого-генетических особенностей человека необходимо специалисту в области физической культуры и спорта для его эффективной работы с соответствующими контингентами. При изучении данной дисциплины рассматриваются вопросы, касающиеся генетической предрасположенности к занятиям конкретным видом спорта, спортивного отбора и прогнозирования спортивных результатов на основе знания генетически обусловленных психологических и морфофункциональных особенностей. Знание критических и сенситивных периодов как проявления генетического контроля и влияния внешне-средовых факторов, функционирования ювенильных генов и генов, ответственных за механизмы витаукта будет способствовать пониманию механизмов реализации наследственного влияния на формирование морфофункциональных показателей в различные периоды онтогенеза и в различных условиях внешней среды, а также учету их при организации тренировочного процесса в разных возрастных группах и в разных регионах.

Кроме описанных выше обязательных дисциплин предусмотрены следующие элективные курсы: «Морфофункциональные критерии готовности к спортивной деятельности в различных экологических условиях» (6 зачетных единиц, 216 часов), «Методология оценки экзогенных факторов при занятиях физической культурой и спортом» (3 зачетных единицы, 108 часов), «Эндоэкология: закономерности морфологических изменений в организме человека в различных условиях внешней среды и в онтогенезе» (2 зачетных единицы, 72 часа), «Территориальная морфофизиология человека (на примере Уральского региона)» (2 зачетных единицы, 72 часа), «Основы эргономики спортивно-оздоровительной деятельности» (3 зачетных единицы, 108 часов).

Уникальность предлагаемой программы заключается в междисциплинарном характере подготовки магистрантов, получивших базовые знания при обучении в бакалавриате, и в соединении специальных научных компетенций в таких областях знаний как спортивная и возрастная физиология, спортивная медицина и гигиена, экология и генетика. Программа объединяет углубленное фундаментальное образование и развитие навыков научно-исследовательской работы, необходимых специалистам, руководителям и работникам физкультурно-спортивных структур и зарубежных организаций. Образование, полученное в рамках освоения магистерской программы «Экология физической культуры и спорта», сделает выпускников-магистров профессионалами, соответствующими современным требованиям международных спортивных институтов и бизнес-структур. (<http://www.uralgufk.ru/reitingi/magistratura/824-magisterskaya-programma-ekologiya-fizicheskoy-kultury-i-sporta.html>)

ЛИТЕРАТУРА

1. Абзалов, Р.А. Экология физической культуры человека / Р.А. Абзалов, А.И. Зиятдинова // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 7. – С. 53-54.
2. Болховский, Р.Н. Аспекты экологического подхода к теории и практике физической культуры и спорта / Р.Н. Болховский, В.Б. Карпенко, А.В. Логинов // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 8. – С. 51-52.
3. Волосникова, Т.В. Подготовка специалистов по физической культуре к работе в экологических условиях мегаполиса / Т.В. Волосникова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лес-

гафта. – 2011. – № 3 (73). – С. 23-27.

4. Дубровский, В.И. Экогигиена физической культуры и спорта / В.И. Дубровский, Ю.А. Рахманин, А.Н. Разумов. – М. : Владос, 2008. – 551 с.

5. Комарова, Н. Г. Геоэкология и природопользование / В. А. Комарова. – М. : Академия, 2008. – 190 с.

6. Левандо, В.А. Экология спорта как раздел спортивной науки. Механизм развития эндоэкологических патогенных факторов при спортивной деятельности / В.А.Левандо, Л.А. Калинин, Б.А. Емельянов // Вестник спортивной науки. – 2011. – № 2. – С.50-54.

7. Неверкович, С.Д. Спорт и окружающая среда: перспективы развития / С.Д. Неверкович, В.А. Хоточкин, Е.В. Кузьмичева // Теория и практика физической культуры и спорта. – 2001. – № 3. – С. 24-29.

8. Передельский, Л.В. Строительная экология / Л.В. Передельский, О.Е. Приходченко. – М. : Феникс, 2004. – 376 с.

9. Петрушкина, Н.П. Возрастная физиология / Н.П. Петрушкина, Е.В. Жуковская. – Челябинск : Изд-во УралГУФК, 2010. – 300 с.

10. Цыганенко, О.И. Экология физической культуры и спорта как наука и перспективы ее преподавания в вузах физического воспитания и спорта / О.И. Цыганенко, О.И. Спярова // Физическое воспитание студентов. – 2012. – № 5. – С. 110-115.

11. Berdus, M.G. Sports ecological education and ecological of sports / M.G. Berdus // Modern Olympic sports for all. – Warsaw, 2002. – P. 236-237.

12. Olympic Charter. – Lausanne, IOC. November, 2000. – 100 p.

13. The Greening of sports. The Third Dimension of the Olympics. A special issue of Environmental News. Ministry of the Environment, Oslo, February, 1994. – 65 p.

14. Petrushkina, N. “Sport ecology” – a qualified in the field of physical education and sport science training program / N. Petrushkina, O. Makunina, O. Kolomietz // Asta Kinesilogiae Universitatis Tartuensis : Seventh Conference of Baltic Society of Sport Sciences, May 7-9, 2014. Tartu, Estonia. – Tartu, 2014. – P. 140.

REFERENCES

1. Abzalov, R. A. and Ziyatdinova, A.I. (1997), “Ecology of physical culture of the person”, *Theory and practice of physical culture*, No. 7, pp. 53-54.

2. Bolkhovskiy, P.H., Karpenko, V.B. and Loginov, A.V. (1997), “Aspects of ecological approach to the theory and practice of physical culture and sport”, *Theory and practice of physical culture*, No. 8, pp. 51-52.

3. Volosnikova, T.V. (2011), “Training of specialists on physical culture to work in ecological conditions of megalopolis”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 73, No. 3, pp. 23-27.

4. Dubrovsky, V.I., Rakhmanin, Yu.A. and Razumov, A.N. (2008), *Ekogigiyena physical culture and sport*, Vlados, Moscow.

5. Komarova, N.G. (2008), *Geoekologiya and environmental management*, Academy, Moscow.

6. Liewangdo, V.A., Kalinkin, L.A. and Yemelyanov, B.A. (2011), “Sports Ecology as section of sports science. The development mechanism the endoekologicheskikh of pathogenic factors at sports activity”, *the Messenger of sports science*, No. 2, pp. 50-54.

7. Neverkovich, S.D., Hotochkin, V.A. and Kuzmicheva, E.V. (2001), “Sports and environment: development”, *Theory and practice of physical culture and sport*, No. 3, pp. 24-29.

8. Peredelsky L.V. and Prikhodchenko, O.E. (2004), *Construction ecology*, Phoenix, Moscow.

9. Petrushkina, N.P. Zhukovskaya, E.V. (2010), *Age physiology*, publishing house of URALGUFK, Chelyabinsk.

10. Tsyganenko, O. I. and Sklyarova, O. I. (2012), “Physical culture and sport Ecology as science and prospects of its teaching in higher education institutions of physical training and sports”, *Physical training of students*, No. 5, pp. 110-115.

11. Berdus, M.G. (2002), “Sports ecological education and ecological of sports”, *Modern Olympic sports for all*, Warsaw, pp. 236-237.

12. *Olympic Charter* (2000), IOC. November, Lausanne.

13. *The Greening of sports* (1994), The Third Dimension of the Olympics, A special issue of Environmental News, Ministry of the Environment, Oslo, February.

14. Petrushkina, N, Makunina, O. and Kolomietz, O. (2014), “Sport ecology” – a qualified in the field of physical education and sport science training program”, *Seventh Conference of Baltic Society of*

УДК 796.323

ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ И ФАКТОРЫ УСПЕШНОСТИ СПОРТСМЕНОВ-БАСКЕТБОЛИСТОВ

Алексей Константинович Поклад, аспирант,

Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)

Аннотация

В данной статье рассмотрена проблема спортивной успешности в деятельности баскетболистов-любителей. Проанализированы психические свойства и состояния у баскетболистов-любителей, а так же их личностный профиль. Проведен анализ параметров агрессивности, реакции поведения в напряженных (стрессовых) ситуациях. Рассмотрены личностные особенности баскетболистов мужчин и женщин. Выявлены и обоснованы гендерные особенности психологических свойств и состояний баскетболистов любительских команд в их взаимосвязи с успешностью спортивных результатов. Уровень спортивной успешности, в данной статье, основывался на экспертной оценке капитана и тренерского штаба каждой из команд.

Ключевые слова: успешность в спортивной деятельности, спортсмены-баскетболисты, гендерные особенности, психологические особенности баскетболистов.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.06.112.p155-159

GENDER AND SUCCESS FACTORS FOR THE BASKETBALL PLAYERS

Alexey Konstantinovich Poklad, the post-graduate student,

The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Annotation

This article considers the problem of success in sports activities of the basketball enthusiasts. The author analyzed the properties and mental state among the basketball enthusiasts, as well as their personal profile. The analysis of the parameters of aggressiveness, behavioral reactions to the stressful situations. The author examined the personality traits of men and women basketball players. The article has established and justified the gender-specific psychological properties and states of the basketball players of the amateur teams in their interrelation with the success of the athletic performance. Level of sports success, according to this article, is based on the expert judgment of the captain of team and the coaching staff of each team.

Keywords: success in sport, basketball players, gender characteristics, psychological characteristics of basketball players.

ВВЕДЕНИЕ

В баскетболе имеются свои специфические особенности, которые проявляются в дополнительной эмоциональной и физической нагрузке игроков. Эти особенности заключаются в физических нагрузках при многократном развитии максимальных усилий в сравнительно короткое время, в интенсивной мыслительной деятельности игроков, быстрым изменении игровой обстановки, выступлении команды без основного игрока.

Личностные качества баскетболистов во взаимосвязи с успешностью спортивной деятельности в психологии мало изучены и фактически отсутствуют дифференцированные практические рекомендации для организации психологического сопровождения мужчин и женщин, занимающихся баскетболом. Цель исследования: выявление гендерных особенностей психологических свойств и состояний баскетболистов любительских