

Программа обеспечивает повышение компетентности спортивных педагогов, и как следствие значительно повышает эффективность готовности спортсменов к самореализации жизненных и профессиональных планов и адаптации в социальной среде.

Полученные результаты свидетельствуют об эффективности организованной тренерами социальной поддержки спортсменов и проведённой экспериментальной работы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баранов, В.А. Спорт высших достижений: социологический анализ миссии и потенциала спорта / В.А. Баранов, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2021. – №3. – С. 3–9.
2. Воронов, Н.А. Влияние спортивной деятельности на становление личности человека / Н.А. Воронов // Эпоха науки. – 2018. – №15. URL: <http://eraofscience.com/EofS/Vypyski2018/15-sentjabr2018/41.pdf> (дата обращения: 01.07.2021).
3. Новиков, А.А. Основы спортивного мастерства. / А.А. Новиков – Москва : Советский спорт, 2012. – 256 с.
4. Bompa Tudor O. *Periodization: Theory and Methodology of Training.* / Tudor O. Bompa, Carlo A. Buzzichelli. – Sixth edition. – Champaign, IL : Human Kinetics, 2019. – 380 p.

REFERENCES

1. Baranov, V.A. Lubysheva, L.I. (2021), “Elite sports: mission, resource and progress survey and analysis”, *Theory and practice of physical culture*, No. 3, pp. 3–9.
2. Voronov, N.A. (2018), “Influence of sports activities on the formation of human personality”, *Age of Science*, No. 15, available at: <http://eraofscience.com/EofS/Vypyski2018/15-sentjabr2018/41.pdf> (date accessed: 01.07.2021).
3. Novikov A.A. (2012), *Fundamentals of sports skill*, Soviet Sports Press, Moscow.
4. Bompa, Tudor O. and Buzzichelli, Carlo A. (2019), *Periodization: Theory and Methodology of Training*, Sixth edition, Human Kinetics, Champaign, IL.

Контактная информация: valerype@mail.ru

Статья поступила в редакцию 29.07.2021

УДК 796/799

ДИНАМИКА СТРУКТУРНЫХ И ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ СПОРТА

Александр Александрович Джумок, кандидат педагогических наук, доцент, Российский Государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма, Москва; Егор Романович Шутков, аспирант, Московская Государственная академия физической культуры, Малаховка

Аннотация

Требования конкурентной среды в спорте на современном этапе выдвигают требования к увеличению объема тренировочной и соревновательной деятельности в процессе многолетней подготовки, причем начиная с самых ранних ее этапов. При этом систематическое воспроизведение основного соревновательного упражнения, начиная с младшего школьного возраста, то есть периода интенсивного развития организма ребенка, может выступать в качестве компрометирующего фактора патобиомеханической установки опорно-двигательного аппарата юного спортсмена. В представленной работе изучена динамика структурных и функциональных изменений опорно-двигательного аппарата юных спортсменов различных видов спорта, показано, что в возрастной динамике 8–13 лет у спортсменов, специализирующихся в теннисе и бадминтоне, сохраняется высокая частота их локализации с приоритетным представительством уплощения сводов стоп и асимметрии плечевого пояса, а у представителей футбола и легкой атлетики наблюдается их (структурные и функциональные изменения) снижение. При этом практическая значимость проведенного

исследования состоит в том, что доминирующее представительство изменений в опорно-двигательном аппарате у спортсменов в изученных видах спорта имеет функциональный, а не структурный характер, то есть эти изменения являются обратимыми при условии интегрирования и целенаправленного использования в содержании тренировочного процесса средств, направленных на их профилактику и коррекцию.

Ключевые слова: структурные и функциональные изменения, опорно-двигательный аппарат, уплощение сводов стоп, асимметрия плечевого пояса, сутулость, сколиоз, деформация грудной клетки, теннисисты, бадминтонисты, футболисты, легкоатлеты.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.7.p85-90

DYNAMICS OF STRUCTURAL AND FUNCTIONAL CHANGES OF THE SUPPORT AND LOCOMOTOR SYSTEM AMONG THE ATHLETES OF VARIOUS KINDS OF SPORTS

Alexander Alexandrovich Dzhumok, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Russian State University of Physical Culture, Sports, Youth and Tourism, Moscow; Egor Romanovich Shutov, the post-graduate student, Moscow State Academy of Physical Culture, Malakhovka

Abstract

The requirements of the competitive environment in sports at the present stage put forward the requirements for increase in the volume of training and competitive activity in the process of many years of training, and starting from its earliest stages. At the same time, the systematic reproduction of the main competitive exercises, starting from the primary school age, that is, the period of intensive development of the child's body, can act as the compromising factor in the pathobiomechanical setting of the musculoskeletal system of a young athlete. In the presented work, the dynamics of structural and functional changes in the musculoskeletal system of young athletes of various sports is studied, it is shown that in the age dynamics of 8-13 years in athletes specializing in tennis and badminton, a high frequency of their localization remains with the priority representation of flattening of the arches of the feet and asymmetry of the shoulder girdle, and in representatives of football and athletics, their (structural and functional changes) decrease. At the same time, the practical significance of the study is that the dominant representation of changes in the musculoskeletal system in athletes in the studied sports is of a functional rather than structural nature, that is, these changes are reversible provided that the means are integrated and purposefully used in the content of the training process. aimed at their prevention and correction.

Keywords: structural and functional changes, musculoskeletal system, flattening of the arches of the feet, asymmetry of the shoulder girdle, stoop, scoliosis, chest deformity, tennis players, badminton players, football players, athletes.

ВВЕДЕНИЕ

Подготовка спортсмена на сегодняшний день представляет собой целенаправленный процесс формирования системы двигательных действий, отображающих специфику соревновательной деятельности в избранном виде спорта. В стремлении к соответствию требованиям конкурентной среды на сегодняшний день содержание спортивной тренировки, главным образом, представлено стереотипным воспроизведением основного соревновательного упражнения или отдельных его компонентов на протяжении ее многолетней реализации [3].

Анатомо-биомеханические особенности структуры основного соревновательного упражнения, с одной стороны, и ранние сроки начала его формирования, начиная с младшего школьного возраста, то есть периода интенсивного развития организма ребенка, могут выступать в качестве компрометирующего фактора структурных изменений функционального состояния опорно-двигательного аппарата [1, 2, 4].

Отдельными исследованиями показано, что данные изменения, во-первых, превышая порог адаптационных возможностей со стороны костно-мышечной системы, приводят к патологиям, в том числе некомпенсируемого характера, а, во-вторых, снижение ее

(костно-мышечная система) функционального состояния оказывает отрицательное влияние на компоненты специальной подготовленности спортсмена [1, 2, 4].

Таким образом, вышесказанное свидетельствует о педагогической целесообразности контроля функционального состояния опорно-двигательного аппарата в процессе спортивной подготовки.

Цель исследования: изучение динамики структурных и функциональных изменений опорно-двигательного аппарата у спортсменов различных видов спорта.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование проводилось в ГБУ здравоохранения Московской области, городской клинической больнице города Жуковский, в отделении спортивной медицины. В ходе его реализации было проанализировано 87 карт диспансерного наблюдения спортсменов, специализирующихся в теннисе (n=27), бадминтоне (n=16), футболе (n=22), легкой атлетике (n=22). Были изучены результаты оценки функционального состояния опорно-двигательного аппарата детей 8-9 лет (результаты диспансеризации 2016 года) 12-13 лет (результаты диспансеризации 2020 года).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Изучение карт диспансерного наблюдения показало, что в возрасте 8-9 лет изменения в опорно-двигательном аппарате были диагностированы у 96,3% детей, занимающихся теннисом, всех представителей бадминтона и легкой атлетики и 90,9% юных футболистов. Тогда как оценка, проведенная через 4 года, обнаружила их (структурные и функциональные изменения в опорно-двигательном аппарате) наличие у 96,3% теннисистов, 75% детей, занимающихся бадминтоном и 45,6% представителей футбола и легкой атлетики (рисунок 1).

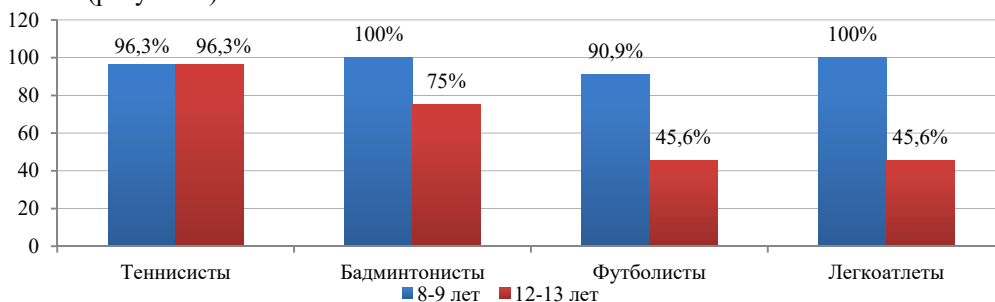


Рисунок 1 – Наличие структурных и функциональных изменений опорно-двигательного аппарата и динамика их изменения у спортсменов различных видов спорта

Таким образом, полученные результаты свидетельствуют о высокой частоте наличия структурных и функциональных изменений в опорно-двигательном аппарате у юных спортсменов и их сохранении в динамике 4 лет у спортсменов в видах спорта с асимметрично акцентированной нагрузкой (теннисисты и бадминтонисты) и снижении у спортсменов, специализирующихся в футболе и легкой атлетике.

Изучение особенностей структурных и функциональных изменений у теннисистов 8-9 лет выявило 85,1% случаев наличия уплощения сводов стоп, в 74% случаев была обнаружена асимметрия плечевого пояса, в 7,4% случаев были диагностированы сутулость и сколиоз. Тогда как у теннисистов 12-13 лет также обнаружено 85,1% случаев наличия уплощения сводов стоп и 74% случаев асимметрия плечевого пояса, в 3,7% случаев выявлены сутулость и деформация грудной клетки и в 11,1% случаев был диагностирован сколиоз (рисунок 2). Таким образом, изучение динамики структурных и функциональных изменений опорно-двигательного аппарата свидетельствует о сохранении высокой частоты случаев уплощения сводов стоп и асимметрии плечевого пояса у детей, занимающихся

теннисом.

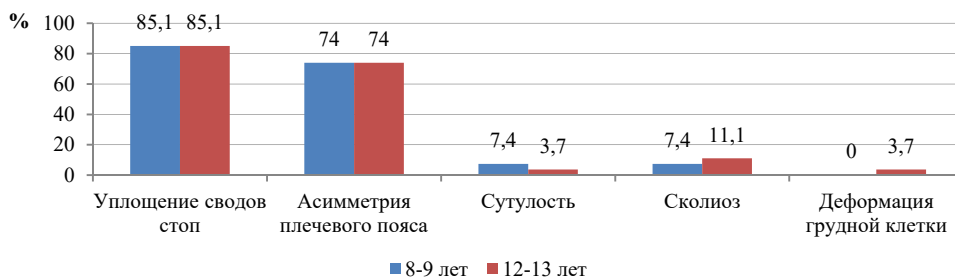


Рисунок 2 – Динамика и особенности структурных и функциональных изменений опорно-двигательного аппарата у детей, занимающихся теннисом

Изучение особенностей структурных и функциональных изменений у бадминтонистов 8-9 лет выявило в 87,5% случаев наличие уплощения сводов стоп, в 75% случаев обнаружена асимметрия плечевого пояса и в 25% и 12,5% случаев диагностированы сутулость и сколиоз, соответственно. Тогда как у бадминтонистов 12-13 лет в 62,5% случаев выявлены уплощение сводов стоп и асимметрия плечевого пояса, в 25% случаев обнаружена сутулость и в 12,5% случаев диагностированы сколиоз и деформация грудной клетки (рисунок 3).

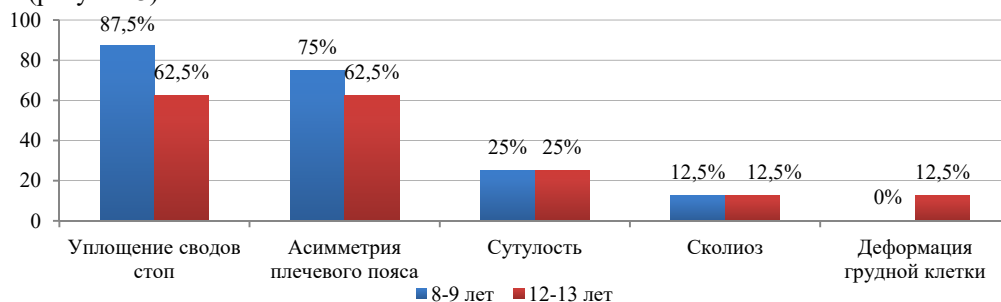


Рисунок 3 – Динамика и особенности структурных и функциональных изменений опорно-двигательного аппарата у детей, занимающихся бадминтоном

Таким образом, изучение динамики структурных и функциональных изменений опорно-двигательного аппарата свидетельствует о незначительном их снижении в показателях уплощения сводов стоп и асимметрии плечевого пояса и сохранении числа случаев нарушения осанки во фронтальной и сагиттальной плоскостях у детей, занимающихся бадминтоном.

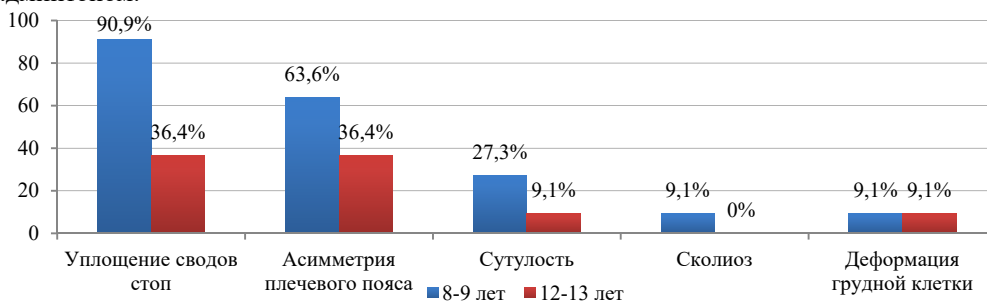


Рисунок 4 – Динамика и особенности структурных и функциональных изменений опорно-двигательного аппарата у детей, занимающихся футболом

Изучение особенностей структурных и функциональных изменений у футболистов (рисунок 4) 8-9 лет выявило в 90,9% случаев наличие уплощения сводов стоп, в 63,6%

случаев была обнаружена асимметрия плечевого пояса, в 27,3% случаев установлена сутулость и в 9,1% случаев диагностированы сколиоз и деформация грудной клетки. Тогда как у футболистов 12-13 лет в 36,4% выявлены уплощение сводов стоп и асимметрия плечевого пояса и в 9,1% случаев диагностированы сутулость и деформация грудной клетки, соответственно. Таким образом, изучение динамики структурных и функциональных изменений опорно-двигательного аппарата свидетельствует о снижении частоты их наличия у детей, занимающихся футболом. Изучение особенностей структурных и функциональных изменений у легкоатлетов 8-9 лет выявило в 100% случаев наличие уплощения сводов стоп, в 63,6% случаев обнаружена асимметрия плечевого пояса и в 36,4% случаев диагностирована сутулость. Тогда как у легкоатлетов 12-13 лет в 9,1% случаев выявлено уплощение сводов стоп и в 36,4% случаев диагностирована асимметрия плечевого пояса (рисунок 5).

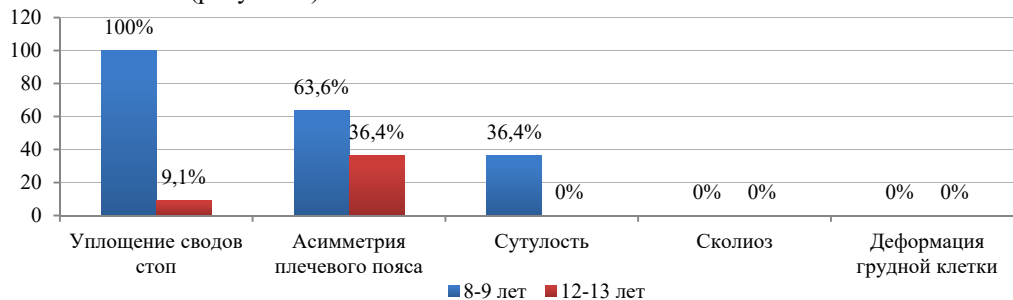


Рисунок 5 – Динамика и особенности структурных и функциональных изменений опорно-двигательного аппарата у детей, занимающихся легкой атлетикой

Таким образом, изучение динамики структурных и функциональных изменений опорно-двигательного аппарата свидетельствует о снижении частоты их наличия у детей, занимающихся легкой атлетикой.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ карт диспансерного наблюдения выявил высокую частоту наличия структурных и функциональных изменений в опорно-двигательном аппарате у юных спортсменов и их сохранении в динамике 4 лет у спортсменов в видах спорта с асимметрично акцентированной нагрузкой (теннисисты и бадминтонисты) и снижении у спортсменов, специализирующихся в футболе и легкой атлетике.

Изучение динамики и особенностей структурных и функциональных изменений опорно-двигательного аппарата показало высокую частоту наличия уплощения сводов стоп и асимметрии плечевого пояса, с меньшим представителем сутулости, сколиоза и деформации грудной клетки у спортсменов 8-9 лет, специализирующихся в теннисе, бадминтоне, футболе и легкой атлетике и высокую частоту наличия уплощения сводов стоп и асимметрию плечевого пояса у детей 12-13 лет, занимающихся теннисом и бадминтоном и их снижение у спортсменов, специализирующихся в футболе и легкой атлетике. Полученные результаты свидетельствуют о высокой частоте наличия изменений в опорно-двигательном аппарате у спортсменов в возрасте 8–13 лет, с приоритетом локализации в дистальных отделах нижних конечностей и фронтальной и сагиттальной плоскостях осанки. Однако в подавляющем числе случаев данные изменения носят функциональный, а не структурный характер, то есть они являются обратимыми при условии интегрирования и целенаправленного использования в содержании тренировочного процесса средств, направленных на их профилактику и коррекцию.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамова Т.Ф. Формирование осанки спортсменов высокой квалификации под влиянием напряженной мышечной деятельности с учетом половых особенностей / Т.Ф. Абрамова, А.П.

Козловский, Л.А. Калинин // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 10. – С. 24.

2. Джумок А.А. Особенности физической подготовленности теннисистов, имеющих деформации сводов стоп / А.А. Джумок, А.А. Павлова, А.А. Капустина // Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма. – 2018. – № 1. – С. 126–129.

3. Коган О.С. Научное обоснование роли медицины труда в профессиональном спорте : дис. ... д-ра мед. наук / Коган Ольга Станиславовна. – Москва, 2008. – 274 с.

4. Козловский А.П. Риски нарушения в положении туловища и тазового пояса у спортсменов в зависимости от вида спорта / А.П. Козловский, Т.Ф. Абрамова, Л.А. Калинин // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 10. – С. 87.

REFERENCES

1. Abramova, T.F. Kozlovsky, A.P. and Kalinkin, L.A.(2018), “Formation of posture of highly qualified athletes under the influence of intense muscular activity, taking into account gender characteristics”, *Theory and practice of physical culture*, No. 10, pp. 24.

2. Dzhumok, A.A., Pavlova, A.A. and Kapustina, A.A. (2018), “Features of physical fitness of tennis players with deformities of the arches of the feet”, *Problems of improving physical culture, sports and Olympics*, No. 1, pp. 126–129.

3. Kogan, O.S. (2008), *Scientific substantiation of the role of occupational medicine in professional sports*, dissertation, Moscow.

4. Kozlovsky, A.P. Abramova, T.F. and Kalinkina, L.A. (2018), “Risks of disruption in the position of the trunk and pelvic girdle in athletes, depending on the sport”, *Theory and practice of physical culture*, No. 10, pp. 87.

Контактная информация: sawa_fresh-art@mail.ru

Статья поступила в редакцию 23.07.2021

УДК 796.055.2

ПРОБЛЕМА КАДРОВОГО ОТБОРА В СФЕРЕ ФИТНЕСА В СООТВЕТСТВИЕ С ТРЕБОВАНИЯМИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ

Юлия Александровна Диаконидзе, кандидат педагогических наук, старший преподаватель, Наталья Александровна Дарданова, кандидат педагогических наук, доцент, Алексей Алексеевич Сулимов, кандидат педагогических наук, доцент, Смоленский государственный университет спорта

Аннотация

Необходимость высококвалифицированных кадров в области фитнеса строго регламентируется предложенным, пока не утвержденным, профессиональным стандартом, при этом фитнес-клубы предъявляют свои требования к должностным обязанностям и трудовым функциям, что влечет за собой разночтение в текущей подготовке будущих специалистов. Цель исследования – провести анализ требований, предъявляемых фитнес-центрами и изучить содержание предложенных профессиональных стандартов, выявить различия между ними. Полученные теоретические данные могут быть использованы в практике фитнес-клубов с целью конкретизации требований к должностным обязанностям инструкторского штаба, что позволит в будущем плавно адаптировать их в условиях принятия профессионального стандарта на законодательном уровне.

Ключевые слова: фитнес-инструктор, кадровый отбор, профессиональный стандарт.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.7.p90-94

PROBLEM OF PERSONNEL SELECTION IN THE FIELD OF FITNESS IN ACCORDANCE WITH THE REQUIREMENTS OF PROFESSIONAL STANDARDS
Yuliya Aleksandrovna Diakonidze, the candidate of pedagogical sciences, senior teacher, Natalya Aleksandrovna Dardanova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Alexey Alekseevich Sulimov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer Smolensk State