

5. История женского бокса [Электронный ресурс] // Бойцовский клуб «Titanhealth». – URL: http://www.rus-box.ru/history_woman.html
6. История развития женского бокса [Электронный ресурс] // Школа бокса «Юность». – URL: <http://boxschool.ru/index.php/istoriya-razvitiya-zhenskogo-boksa>
7. Не слабый пол: женский бокс. 01.11.09 [Электронный ресурс] // viromiro. – URL: <http://viromiro.livejournal.com/242295.html>
8. Черкасова, М. История женского бокса. Как все начиналось... 04.02.13 [Электронный ресурс] // Спорт обзор. – URL: <http://www.sportobzor.ru/boks/istoriya-zhenskogoboksa>.

WOMEN'S BOXING: HISTORY OF THE SPORT IN RUSSIA

Nasyrova Gulshat Ildarovna, student,

Sevrikov N.N.

Sterlitamak branch of Bashkir State University of Press,

Sterlitamak

УДК 796.01:61

СОВРЕМЕННАЯ СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА КАК СЛУЖБА МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ

Насырова Гульшат Ильдаровна, студентка,

Севрюков Николай Николаевич

Стерлитамакский филиал Башкирского Государственного Университета,

г. Стерлитамак

Аннотация. В данной статье названы и проанализированы основные причины, из-за которых спортивная медицина так и не стала официальным, самостоятельным направлением науки и практики, соответствующим требованиям спорта. Дано определение спортивной медицины будущего. Определены ее цели, задачи и основные составляющие. Предложен путь создания современной службы медико-биологического обеспечения подготовки квалифицированных спортсменов. Выявлены глобальные недостатки современного медико-биологического и спортивно-педагогического высшего образования. Указаны направления решения проблем, существующих в сфере высшего спортивного и спортивно-медицинского образования. Очерчен необходимый объем знаний и практических навыков современного спортивного врача и приведены основные научные дисциплины курса подготовки спортивных врачей.

Ключевые слова: спорт, спортивная медицина, спортивный врач, подготовка спортивных врачей.

Abstract. This article identified and analyzed the main reasons because of which sports medicine had never become official, independent area of science and practice relevant to sport. The definition of sports medicine in the future. It describes the goals, objectives and main components. The suggested way to create a modern service of medical and biological training of qualified athletes. Global identified the shortcomings of modern medical-biological and sport-pedagogical higher education. Indicate the direction of solving the existing problems in higher education sports medical education. Outline the necessary knowledge and practical skills of modern sports doctor and the basic scientific discipline training of sports doctors

Keywords. sports, sport medicine, sport doctor, training of sport doctors.

Последние два десятилетия охарактеризованы все более возрастающим год от года и на сегодняшний день достигшим своего апогея недоверием тренеров к нынешней «спортивной медицине». Однако снижение значимости «спортивной медицины» в единственной области человеческой деятельности, благодаря которой эта специальность собственно и может существовать, не вызывает сочувствия. Нынешние «спортивные врачи» должны понимать, что изначальная причина создавшейся ситуации - не в предвзятости и не в менталитете тренеров, а в неспособности в течение уже нескольких десятилетий официальной отечественной «спортивной медицины» соответствовать своему назначению.

И основная ее проблема всегда состояла в том, что «спортивная медицина» изначально была представлена лишь отдельно существовавшей спортивной травматологией и допотопным врачебным контролем, не отвечающим требованиям даже «массового спорта». «Спортивная медицина», едва зародившись, уже в 70-х годах XX века остановилась в своем развитии, а к середине 80-х фактически перестала существовать. Одной из причин этой, долгое время никем не признаваемой «смерти», стало несоответствие содержания медицинской специальности «Лечебная физическая культура и спортивная медицина» требованиям спорта. Вообще, «лечебная физическая культура» («ЛФК») – раздел клинической медицины, занимающийся лечением и профилактикой заболеваний методами физической культуры и одновременно - раздел физической культуры, в котором рассматривают физические упражнения для восстановления здоровья больного человека и его трудоспособности. Соответственно: «ЛФК» - отдельная медицинская специальность, не имеющая непосредственного отношения к спорту, которая в реальной спортивной медицине может быть лишь ее частью в составе службы медицинской реабилитации спортсменов. Согласно одному из существующих определений, спортивная медицина является отраслью медицинской науки и практики, призванной заниматься проблемами охраны здоровья людей, занимающихся физической культурой и спортом. Автор многочисленных книг по «спортивной медицине» профессор Г.А. Макарова (2002), «возмущаясь» по поводу существующего в нашей стране объединения «ЛФК» со «спортивной медициной», предлагает взять на вооружение принятое за рубежом определение: «Спортивная медицина – объединение всех теоретических и практических направлений, объектом исследований и профессиональной деятельности которых являются лица, занимающиеся физической культурой и спортом». Но даже элементарный анализ этих определений «спортивной медицины» дает возможность подвергнуть сомнению их состоятельность, поскольку физическая культура и спорт – две различные ветви общечеловеческой культуры, кардинально различающиеся в целях, задачах, средствах и методах достижения целей и решения задач. Еще римский врач Клавдий Гален (129-201 г. н. э.), которого сегодня не совсем обоснованно считают первым спортивным врачом (он, в том числе, занимался лечением гладиаторов), осознавал разницу между оздоровительными и спортивными физическими упражнениями.

Сегодня существует насущная необходимость создания единой специализированной службы медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов, которая «охватывала» бы весь спорт (от «детско-юношеского» до «элитного»). Но создание такой службы упирается, прежде всего, - в отсутствие квалифицированных кадров. То есть – в отсутствие спортивных врачей как таковых. Сегодня ни в России, ни за рубежом не существует ни одного учебного заведения, реально занимающегося обучением требуемых спорту специалистов по медико-биологическому обеспечению подготовки спортсменов. В основе специального образования любого врача лежат базовые дисциплины, без которых он не может состояться как врач: анатомия, физиология, биохимия и др. Однако спортивный врач должен изучить эти дисциплины еще и в разрезе специфики спортивной деятельности человека. Так, спортивный врач обязан досконально знать спортивную морфологию. Но программа курса нормальной анатомии медицинских институтов не предусматривает даже поверхностного ознакомления с тонкостями спортивной морфологии. Спортивному врачу абсолютно необходимы глубокие знания системной физиологии (а не просто - частной физиологии, преподаваемой сегодня в медицинских и спортивных ВУЗах). На самом деле организм спортсмена совершенно определенно «отвечает» на тренировочную нагрузку в соответствии с законами физиологии и только знание этих законов позволяет тренеру с высокой точностью прогнозировать как результат каждой отдельной тренировки, так и результат тренировочных микро- и макроциклов. В спорте такой целостной и предельно специфичной функциональной системой может являться специфический двигательный акт (сумма двигательных актов) спортсмена, характеризующийся, прежде всего, конечным (спортивным) результатом данного акта. К слову: с этих позиций любое «лабораторное» тестирование и его результаты, полученные вне непосредственной спортивной деятельности испытуемого, могут быть лишь отдаленно информативны в плане оценки уровня готовности атлета к выполнению этой конкретной спортивной деятельности. При этом именно индивидуальный результат конкретной спортивной деятельности конкретного спортсмена является единственным истинным критерием оценки уровня его специальной спортивной готовности. Любые дополнительные результаты проводимых исследований (педагогические, медико-биологические, психологические), полученные даже в процессе выполнения спортсменом специфических (по отношению к его соревновательной деятельности) двигательных актов, позволяют в лучшем случае оценить готовность к этой конкретной деятельности отдельных компонентов данной функциональной системы (конкретного поведенческого, двигательного акта).

Спортивная медицина обязана изучать и наблюдать спортсмена, прежде всего, – в процессе осуществления им этой специфической спортивной деятельности, а спортивный врач вместе с тренером должен готовить его именно к этой деятельности. Спортивный врач обязан знать особенности течения биохимических процессов в организме спортсмена – без этих знаний трудно ожидать от врача грамотных рекомендаций, в том числе - по проблемам восстановления после тренировочных и соревновательных нагрузок. Но,

следует сказать, что спортивные биохимики (Н.И. Волков и др.), сконцентрировавшись в своих исследованиях на частных проблемах, до настоящего дня не сумели предложить спортивным врачам и педагогам сколь либо приемлемые основания для создания принципов построения и проведения комплексных восстановительных мероприятий.

Спортивный врач обязан владеть методами современной психодиагностики. Современная спортивная медицина – это отдельная специфическая область медицинской науки и практики, отвечающая за медико-биологическое обеспечение подготовки спортсменов. Это абсолютно конкретное и точное определение медицины спорта уже десятилетие игнорируется так называемыми «специалистами по спортивной медицине», поскольку, будь это определение официально принято, последние из-за своего несоответствия и неспособности соответствовать реальным требованиям специальности тут же оказываются вне ее. Основная цель спортивной медицины – медико-биологическая подготовка спортсменов к участию в соревнованиях. Единственная возможность предотвратить следующие трагедии – уже упоминавшийся выше постоянный мониторинговый контроль за состоянием здоровья атлетов, за переносимостью ими тренировочных нагрузок и за уровнем динамически меняющейся функциональной готовности спортсменов, работающим порой буквально на износ. Для контроля за медико-биологическим обеспечением подготовки профессиональных спортсменов должна быть создана экспертная комиссия из ведущих специалистов Центра профессиональной подготовки и переподготовки спортивных врачей. Эта комиссия должна быть наделена правом (на основании результатов регулярных проверок работы спортивно-медицинских служб спортивных клубов) выносить решение об отзыве сертификатов отдельных спортивных врачей и о лишении лицензий бригад по медико-биологическому обеспечению подготовки спортсменов. Только создав соответствующую всем требованиям современного спорта службу медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов, можно поднять отечественный спорт на достойную высоту и избежать многочисленных трагедий, которые давно уже коснулись и российского спорта.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анохин, П.К. Очерки по физиологии функциональных систем / П.К. Анохин. – М.: Медицина, 1975. – 477 с.
2. Анохин, П.К. Узловые вопросы теории функциональной системы / П.К. Анохин. – М.: Наука, 1980. – 197 с. 20
3. Блеер, А.Н., Профессиональный взгляд тренера на цели, задачи и проблемы современной спортивной медицины / А.Н. Блеер, Н.А. Чистова, Т.Н. Кузнецова, С.Е. Павлов // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 12. – С. 28-32.
4. Верхошанский, В.Ю. Горизонты научной теории и методологии спортивной тренировки / В.Ю. Верхошанский // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 7. – С. 41-54.

5. Волков, Н.И. Закономерности биохимической адаптации в процессе спортивной тренировки: учебное пособие для слушателей Высшей школы тренеров ГЦОЛИФКа / Н.И. Волков. – М., 1986. – 63 с.

6. Гаркави, Л.Х. Адаптационные реакции и резистентность организма / Л.Х. Гаркави, Е.Б. Квакина, М.А. Уколова. – 2-е изд., доп. – Ростов на-Дону: Ростовский ун-т, 1979. – 128 с.

7. Городенский, Н.Г., Павлов С.Е., Шармина С.Л. Нейроэргометрия - новый метод оценки уровня здоровья // Бюллетень N 4 ЦОА-РГАФК / Специальный выпуск: “Медико-биологические проблемы спорта”. - Москва, 1998. - С. 100-118.

MODERN SPORTS MEDICINE AS A SERVICE BIOMEDICAL PROVIDE TRAINING FOR ELITE ATHLETES

Nasyrova Gulshat Ildarovna, student,

Sevrikov N.N.

Sterlitamak branch of Bashkir State University, Sterlitamak

УДК 378.172

НАРОДНЫЕ ТАНЦЫ КАК СРЕДСТВО МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Тюканов Никита Алексеевич,

студент факультета управления процессами перевозок УрГУПС,

Мишневa Светлана Данисовна,

старший преподаватель Уральского государственного университета путей сообщения, г. Екатеринбург

Аннотация. Статья содержит данные о влиянии физических упражнений, спорта и танцев на здоровье человека и на формирование его личностных качеств. Раскрывает положительные аспекты занятия танцами в вузе.

Ключевые слова: физическая культура, танцы, спорт, здоровье, музыка.

Abstract. The article contains the data about the influence of sports and dancing on human health and on the formation of his personal qualities. Reveals the positive aspects of dance classes.

Index terms: physical education, dance, sports, health, music.

В современном мире физическая культура рассматривается как одна из главных составляющих общей культуры общества, совокупность его достижений в разработке и оптимальном применении специальных средств, методов и условий физического совершенствования человека.

Физическая культура – предмет, который реализуется в процессе физического воспитания. Специфика физического воспитания заключается в том, что данный процесс направлен на формирование двигательных умений и навыков, то есть физических качеств человека. Таким образом, физическое воспитание – это целенаправленный процесс воздействия на человека при помощи спортивных упражнений, оздоровительных сил природы, а также гигиенических факторов. В общем, спортивные упражнения рекомендованы всем. Необходимо только правильно оценить свои способности и выбрать вид спорта, который будет приносить удовольствие. Любые движения полезны для организма человека, если