

Измерение этих основных показателей состава массы тела дает понимание, за счет чего меняется вес. В первую очередь это имеет большое значение для студентов, ведущих здоровый образ жизни. Например, увеличение веса может быть вызвано ростом мышечной массы, а не увеличением жировых отложений. А вот быстрая потеря веса за короткий промежуток времени, как правило, связана со снижением содержания воды, а не жира. Этот диагностический прибор может быть востребован и у студентов, занимающихся самостоятельно физической культурой и спортом с целью контроля эффективности тренировочных занятий [1-2].

Таким образом, предложенная методика обследования и анализа состава тела студентов - это наиболее простой и доступный способ контроля важных показателей их здоровья в процессе учебной деятельности. Результаты обследования приведенным выше способом могут являться одним из критериев определения эффективности системы физического воспитания в учебных заведениях. Кроме того, результаты определения состава тела могут учитываться при распределении студентов на медицинские группы для занятий физической культурой, что особенно важно для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включающими избыточную массу тела и ожирение.

Литература. 1. Мартыросов, Э. Г. Методы исследования в спортивной антропологии / Э. Г. Мартыросов. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 274 с. 2. Разина, А. О. Оптимизация оздоровительно-тренировочных программ у студенток с избыточной массой тела : дис. ... канд. мед. наук : 14.03.11 / А. О. Разина. – М. : 2016. – 180 с. 3. Ульянов, Д. А. Динамика показателей морфофункционального состояния у студентов специального медицинского отделения различных курсов обучения / Д. А. Ульянов // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 10. – С. 19–22. 4. Голомолзина, В. П. Индивидуализация физической подготовки студенток специальной медицинской группы на основе учета особенностей телосложения : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / В. П. Голомолзина. – Москва, 2009. – 24 с.

УДК616.12-008.3-073.96-057

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ

Медвецкая Н.М.

УО «Витебский государственный университет им. П.М. Машерова»,
г. Витебск, Республика Беларусь

В имеющейся научной и популярной литературе имеются заключения, что систематические занятия физической культурой и спортом являются одним из действенных способов поддержания здоровья, профилактики заболеваний, повышения физической и умственной работоспособности [1].

И тем не менее здоровье спортсменов заслуживает пристального внимания и оценки спортивными медиками, поскольку иногда встречается в печати мнение, что наличие патологии и заболеваний при систематической физической нагрузке дискредитируют спорт как величайшее социальное явление.

Характерными особенностями современного спорта является снижение возрастного ценза на всех этапах подготовки спортсменов, повышение интенсивности тренировочного процесса, что приводит к увеличению нагрузки на организм спортсмена, который испытывает на себе влияние одновременно нескольких факторов риска: наследственной предрасположенности, экологических проблем, насыщенной школьной учеб-

ной программы, а также физических и эмоциональных нагрузок. Все вышеперечисленные причины могут способствовать возникновению и развитию у спортсменов различных патологических изменений и заболеваний.

В этой связи спортивная деятельность с постоянными, порой чрезмерными для организма нагрузками предусматривает грамотную организацию как тренировочного процесса, так и режима труда и отдыха спортсменов, но тренеры часто акцентируют внимание на поиск средств, повышающих работоспособность (сюда входят и допинги), и, в лучшем случае, средств восстановления.

Студенты, проходящие обучение в университете и систематически участвующие в спортивной деятельности, подвержены значительным физическим и умственным нагрузкам и даже неадекватным, что отрицательно может отразиться на функционировании их систем организма и здоровье [2].

Цель данного исследования:

- провести мониторинг здоровья студентов при систематической мышечной деятельности во время обучения на факультете физического воспитания и спорта университета за 2016-2018 годы;

- изучение и оценка качества проведения профилактического направления медицинской помощи спортсменам различной квалификации.

Поставлена задача проанализировать профилактическую работу учреждения здравоохранения «Витебский областной диспансер спортивной медицины» по отчетной документации за 2016 год.

Результаты исследований. Изучены планы работы и отчетная документация данного лечебно-профилактического учреждения здравоохранения по контролю за спортсменами области. Во исполнение приказа Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 22.06.15 № 590 «Об организации медицинской помощи спортсменам национальных и сборных команд Республики Беларусь», а также в целях совершенствования медицинского обеспечения спортсменов НСК РБ контроль за спортсменами в период подготовки осуществляют врачи УЗ «Витебский ОДСМ». Врачи отделения спортивной медицины обеспечивали мониторинг спортсменов–олимпийцев по индивидуальным планам подготовки спортсменов, индивидуальным планам фармакологического обеспечения, выполняли рекомендации РНПЦ спорта.

Проведен мониторинг исследования студентов факультета физической культуры и спорта (в количестве 100 человек) за 2016–2018 годы на базе Витебского областного диспансера спортивной медицины. Спортивная специализация – легкая атлетика (студенты с высокой квалификацией - 20 человек).

Студенты занимались специальными физическими нагрузками по учебным программам на факультете и повышали спортивное мастерство после обучения в университете в спортивных залах и на стадионе. Их средний возраст составляет 19-20 лет, стаж занятий в спортивных секциях - 10 лет. При обучении в университете около 25% спортсменов повысили свой квалификационный разряд, но характерно, что наивысшие спортивные достижения у юношей и девушек отмечены еще до поступления в университет, что является ярким примером акселерации в спорте.

Нами проанализированы отчеты витебского диспансера спортивной медицины за 2016-2018 годы. Обращает внимание факт пристального внимания к здоровью спортсменов, что проявляется в данных осмотров: проконсультировано 329 спортсменов из групп со сниженным уровнем здоровья. В результате отстранено от занятий спортом 23 человека (в 2016 г. – 8 чел.), 306 спортсменов находятся на динамическом наблюдении.

Основная патология: офтальмология - прогрессирующая близорукость, близорукость высокой степени, катаракта; хирургия - сколиозы 2 и более стадий; сердечно-сосудистая патология: нарушения сердечного ритма, врожденные пороки сердца.

Научно-исследовательская работа диспансера и внедрение результатов исследо-

вания в практику осуществляется по утвержденной региональной программе «Научно-методическое сопровождение подготовки спортсменов высокого класса Витебской области на 2016 – 2018 годы».

Сотрудники диспансера совместно с учеными УО «Витебский государственный медицинский университет», УО «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова», специалистами учреждений здравоохранения области, используя материально-техническую базу учреждений, обеспечивают мониторинг состояния здоровья спортсменов и повышают эффективность подготовки спортсменов высокой квалификации.

Всего в Витебской области 613 спортсменов–членов национальных и сборных команд Республики Беларусь, причем в Витебске – 292 спортсмена, из них работу по улучшению качества медицинского обследования и восстановлению УМО прошли 292 спортсменов, что составляет 100%. Проводится постоянная диспансеризация спортсменов.

Значительное внимание уделяется высококвалифицированным спортсменам. Всего проведено 475 консультаций, из них 153 - членам сборных команд Республики Беларусь. Данные исследования сопровождались анализом показателей, полученных с помощью автоматизированного комплекса «Омега» и исследованием состава тела спортсменов на аппарате «Бодианализатор». Определены группы риска и внесена коррекция физических нагрузок на основании анализа биохимических отклонений.

По выполнению плана научных исследований «Мониторинг физического состояния организма, тонуса и реактивности вегетативной нервной системы при активации адаптационных реакций организма нагрузкой» проведены исследования динамики показателей физического состояния организма юных футболистов.

В 2017 году с использованием аппарата «Омега – С» врачами спортивной медицины произведена оценка уровня адаптации к физической нагрузке, тренированности, энергообеспечения организма, психоэмоционального состояния, возможных резервов организма 1 251 спортсмену высоких спортивных разрядов. Совместно с УЗ «Витебский областной диагностический центр» и кафедрой химии УО «Витебский государственный университет им. П.М. Машерова» под руководством профессора Чиркина А.А. проводится анализ биохимических показателей сыворотки крови спортсменов по 21 показателю.

Осуществляются исследования психофизиологического статуса в динамике 12-часового восстановления и психологического статуса с забором ДНК для молекулярно-генетической диагностики с оценкой генов, влияющих на эффективность метаболизма и психологическую устойчивость, что является прогрессивным в спортивном отборе.

Проведение врачами спортивной медицины работы среди учащихся спортсменов национальных команд, спортивных федераций, клубов находится на высоком научно-методическом уровне с оказанием консультативной помощи по вопросам применения разрешенных фармакологических препаратов и методов допинг–контроля.

Исследование сердечно-сосудистой системы спортсменов осуществляется на высоком научно-методическом уровне методиками электрокардиографии (в покое и при физических нагрузках с определением максимального потребления кислорода) и эхокардиографии.

Результаты и их обсуждение. Студенты факультета физической культуры и спорта, занимающиеся спортивной деятельностью, также систематически проходят медицинские исследования с обследованием всех специалистов. Данные о заключениях и выявлении патологии находятся у врача медицинского кабинета.

За период 2016-2018 годы отстранены от занятий в университете 2 студента с патологией зрения и гипертонией. Незначительные отклонения от нормы рассматриваются на врачебно-консультативных комиссиях, где решается вопрос о допуске таких спортсменов к тренировочной и соревновательной деятельности.

Выводы. Мониторинг обследований студентов факультета физической культуры и спорта за 2016–2018 годы на базе Витебского областного диспансера спортивной медицины выявил наличие научно-медицинского контроля за состоянием их здоровья, что позволяет успешно осуществлять учебную и спортивную деятельность.

Литература. 1. Ильинич, В. И. *Студенческий спорт и жизнь : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В. И. Ильинич.* – М. : Аспект Пресс, 2004. – 430 с. 2. Medvetskaya, N. M. *Adaptive changes in the hearts of athletes / N. M. Medvetskaya, A. V. Gotovkina // Student medical science of the XXI century and the forum of youth scientific societies : proceedings of the XVII International Scientific and Practical Conference of Students and Young Scientists.* – Vitebsk : VSMU, 2017. – P. 415–417.

УДК 378.015.31:796

К ВОПРОСУ КОМПЛЕКТОВАНИЯ СТУДЕНЧЕСКИХ СПОРТИВНЫХ КОМАНД ПО ФУТБОЛУ

Овсянкин В.А., Треско С.А.

Белорусский государственный университет, г. Минск, Республика Беларусь

Высокий уровень спортивного мастерства в игровых видах спорта студенческих команд требует от преподавателя вдумчивее подходить к вопросам комплектования состава команды. Необходимо учитывать не только физическое и техническое мастерство игроков, но и обращать внимание на индивидуально-психологические и социально-психические характеристики игроков.

Не секрет, что при равенстве физической и технической подготовленности соперничающих команд часто решающим фактором в победе является хорошая сыгранность команды, взаимодействие ее отдельных звеньев, высокий боевой настрой коллектива. Не менее важным является наличие в коллективе одного или нескольких лидеров, которые могут взять на себя инициативу в экстремальных условиях, повести остальных членов команды за собой, внушить партнерам по команде веру в победу.

Учитывая это, преподаватели-тренеры, формирующие сборные команды университетов по футболу, в последнее время все чаще обращаются к различным социально-психологическим методикам исследования межличностных взаимоотношений в спортивном коллективе, надеясь найти оптимальный вариант состава команды или отдельных ее звеньев, деятельность которых могла бы стать более результативной.

Одним из таких научных методов диагностики межличностных и межгрупповых отношений является социометрия, позволяющая выявить степени психологической совместимости группы игроков, вскрыть систему межличностных коммуникаций, выявить отдельные группировки и определить лидеров команды.

При использовании метода социометрии особую важность приобретает правильность постановки критерия, от чего зависит точность последующего выявления межличностных отношений, коммуникативной структуры группы. Это налагает определенный отпечаток на вопросы, поставленные перед коллективом, связанные с комплектованием команды, выбором тактики, более рациональной расстановки игроков на поле.

В нашем исследовании мы ставили цель выяснить, как отличаются ответы испытуемых в социометрической карте от официального положения на предъявленные официально-ролевые и интимно-межличностные критерии.

Нами было проанализировано 48 социометрических анкет, заполненных в течение года членами сборной команды БГПУ им. М.Танка по футболу. Анкеты заполнялись ис-