

УНИФИКАЦИЯ СПОРТИВНЫХ ТЕРМИНОВ В СОВРЕМЕННОЙ СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЕ

Е.Л. МИХАЛЮК

*Запорожский государственный медицинский университет,
г. Запорожье, Украина, evg.mikhalyuk@gmail.com*

В настоящее время существует много несоответствий в формулировании некоторых понятий, которые касаются педагогических, дидактических, медицинских и спортивных формулировок, встречаемых в современной спортивно-медицинской литературе не только в Украине. Подобное часто дезориентирует ученых при обсуждении полученных результатов своих научных исследований. Настоящая статья направлена на унификацию терминологии в современной спортивной медицине.

Цель работы – обратить внимание специалистов-исследователей спортивной медицины и педагогов-тренеров к проблеме формулировки понятия тренированности, градации спортсменов по признакам успешности и не успешности в спорте, а также актуальность исследований у ветеранов спорта.

Методика и объекты исследования. В статье использованы источники специальной научной спортивно-медицинской литературы, собственные наблюдения и исследования за действующими спортсменами и лицами, прекратившими активные занятия спортом, т.е. ветеранами спорта.

Результаты и их обсуждение. На заре развития врачебного контроля за занимающимися физической культурой и спортом (так до начала 70-х годов XX столетия в Советском Союзе называлась спортивная медицина) проводился врачебный осмотр и сравнение полученных результатов между спортсменами всех специализаций. Чаще всего в группах сравнения находились спортсмены различных видов спорта, а иногда и разного пола, которых с целью выяснения влияния физических нагрузок на организм занимающихся физкультурой и спортом сравнивали по изучаемым показателям с лицами, не занимающимися спортом. Несмотря на это, некоторые исследователи называли и называют последних «нетренированные лица». К сожалению, в учебнике «Фізична реабілітація, спортивна медицина», изданом в 2014 году [10], также используется этот термин.

Подобная формулировка в настоящее время вызывает удивление, поскольку игнорируется спортивная терминология, когда авторы забывают о том, что тренированными или нетренированными могут быть только спортсмены [5]. Нами понятие «тренированные лица» предполагает состояние спортсмена, находящегося в хорошей спортивной форме (чаще всего в соревновательном периоде), а нетренированные – это состояние спортсмена в начале подготовительного периода или после вынужденного периода отдыха, связанного с травмами или заболеваниями. Кстати, подтверждением этому является определение известных специалистов в педагогике спорта высших достижений А.Н.Блеера с соавт. [1], свидетельствующее о том, что «тренированность – это состояние организма, определяющее уровень физической подготовленности спортсмена, которая является следствием тренировки».

Известно, что одним из разделов работы спортивного врача является вопрос допуска к занятиям спортом и, соответственно, квалифицированные рекомендации относительно каким именно видом спорта целесообразно заниматься конкретному лицу исходя из его морфологических и функциональных данных. Порой ошибка врача в решении этого вопроса может привести, в лучшем случае, к занятию не тем видом спорта и потере времени, а в худшем случае – к возникновению заболеваний, а порой и жизнеопасной патологии и т.д. Таким образом, спортивному врачу необходимо иметь не только высокую медицинскую квалификацию, но и быть широко эрудированным в области спорта, знать особенности и специфику отдельных видов спорта, требования, предъявляемые к организму в связи с этой спецификой. С этой целью в учебной программе курсов усовершенствования врачей по лечебной физкультуре и спортивной медицине имеется раздел, посвященный теории и практике физического воспитания и спорта. Будущим специалистам предлагается изучить вопросы, касающиеся учения о спортивной тренировке, познать специальную формулировку, позволяющую разговаривать с тренером на «одном языке». Иногда, общаясь с некоторыми врачами или коллегами-учеными, ощущаешь отсутствие понимания, казалось бы, общепринятых спортивных терминов. Это же касается и понятия «нетренированные лица».

Несколько позже, после предложенной А.Г.Дембо с соавт. в 1966 году группировке видов спорта [3], в которой все виды спорта рассматривались с позиции направленности тренировочного процесса на развитие тех или иных физических качеств, а физиологические закономерности используемых в тренировочном процессе упражнений одинаковы, появляются научные работы, учитывающие эти рекомендации. В то же время, нам встретилась научная работа в которой автор [11], сравнивает данные представительниц спортивной аэробики высокого класса (МСМК, МС, КМС), тренирующихся по 18 часов в неделю на протяжении нескольких лет, со студентками, занимающимися физической культурой в объеме учебной программы по 2 часа в неделю и, таким образом, судит о влиянии физических нагрузок на функциональное состояние спортсменок, отмечая при этом, их превосходство.

Кроме этого, имеются сообщения, в которых сравниваются данные, полученные у представительниц гимнастики с представителями игровых видов спорта, единоборцев с представителями тяжелой атлетики, представительниц спортивной аэробики с бегунами на дистанции 800 метров и т.д. В последнем случае автор [2] сравнивает данные спортсменов, выполняющих упражнения спортивной аэробики, которые вызывают глубокие функциональные сдвиги в организме спортсмена и сопровождающиеся аритмичным дыханием, с бегом на 800 м, являющимся примером экстремальной физической деятельности в зоне смешанного (аэробно-анаэробного) энергетического обеспечения. Хотя, по нашему мнению, не совсем корректно сравнивать данные спортсменов ациклического и циклического вида спорта лишь по длительности соревновательного движения, которое составляет приблизительно 2 минуты. Подобные сравнения показателей у спортсменов с лицами, не занимающимися спортом или спортсменами, которые в тренировочном процессе развивают различные физические качества, нам представляются некорректными.

В последние годы появились работы, в которых некоторые авторы осуществляют сравнения полученных результатов у спортсменов, которые «успевают» в спорте и «не успевают». Нам думается, что исследователи в таком случае должны, прежде всего, анализировать спортивные результаты по итогам соревнований. В этом плане показательно исследование, проведенное И.А.Кузнецовой и С.И.Кудиновой [4]. Авторы учитывали выступления спортсменов на соревнованиях в течение двух зимних соревновательных сезонов с данными показателей вариабельности ритма сердца (ВРС), показав, что у успешно выступивших спортсменов накануне соревнований некоторые показатели ВРС были предпочтительнее в сравнении с менее успешными спортсменами.

Известно, чтобы оценить успех спортсмена, необходимо зафиксировать исходный спортивный результат, провести соответствующие исследования функционального состояния в одном тренировочном периоде, например в подготовительном, а затем, получив данные результаты выступления в соревновательном периоде, осуществить аналогичное повторное обследование, т.е. проследить в динамике произошедшие сдвиги функционального состояния спортсмена.

Всем должно быть понятно, что в начале подготовительного периода спортивные результаты у абсолютного числа спортсменов будут находиться на относительно низком уровне, и это не удивительно. Далее, под воздействием тренировочных нагрузок, длящихся в разных видах спорта от 3-х до 9-10 месяцев, происходит, чаще всего, улучшение функционального состояния спортсменов, физических качеств (показателей силы, быстроты, выносливости и т.д.), технических кондиций, что должно, при определенных условиях, приводить к улучшению спортивного результата. Под определенными условиями мы понимаем отсутствие травм, заболеваний, нарушение режима, явлений перетренированности и перенапряжения.

Однако сам факт того, что при нормально поставленном тренировочном процессе происходит улучшение функционального состояния у всех спортсменов, приводящее к росту спортивного результата, отрицать нельзя, при этом, деление спортсменов на «успевающих», то есть, улучшающих спортивные результаты и на «неуспевающих», то есть, не улучшающих спортивные результаты, не приводя конкретные результаты соревнований, – явно надуманное понятие.

Далее, справедлив вопрос, в какую из предлагаемых групп (успевающих или неуспевающих) отнести спортсмена, который в соревновании показал такой же или даже худший результат, чем в подготовительном периоде, но при этом победил на крупных соревнованиях?

Сюда же, по нашему мнению можно отнести случаи, когда спортсмен, несмотря на то, что находился в хорошей «спортивной форме», выступил неудачно в соревнованиях, вследствие того, что «перегорел» психологически.

Отдельно следует остановиться на изучении показателей функционального состояния у ветеранов спорта. Нашими исследованиями было показано [6-8], что корректными могут быть такие

сравнения у ветеранов с их одногодками, которые никогда не занимались спортом, с целью изучения положительных или отрицательных воздействий на организм человека физических нагрузок конкретного вида спорта. Полученная трактовка стойких изменений функций у ветеранов спорта может способствовать клинической оценке подобных изменений у тренирующихся спортсменов. Возможны сравнения между группой ветеранов одного вида спорта и пола, прекративших активные занятия спортом, но продолжающих заниматься физическими упражнениями в поддерживающем режиме с группой ветеранов спорта, ведущих малоподвижный образ жизни. И, наконец, актуальны сравнения между ветеранами спорта и действующими спортсменами, которые имеют одинаковые личные спортивные результаты [9]. Подобные сравнения несут полезную информацию, когда они осуществляются только в видах спорта, где присутствуют спортивные результаты, выраженные в метрах, сантиметрах, секундах, килограммах, т.е. в легкой атлетике, плавании, гребле, тяжелой атлетике и т.п.

Таким образом, мы считаем, что сравнения изучаемых показателей у спортсменов могут быть по возрасту, стажу занятий конкретным видом спорта, спортивной квалификации, полу, длине (у представителей игровых видов спорта), массе тела (у единоборцев, тяжелоатлетов, представителей гиревого спорта, отдельные виды гребли), периоду тренировочного процесса, а в спортивных играх еще и по амплуа (нападающий, вратарь и т.д.).

Поскольку исследования в спортивной медицине, в большей степени, направлены на развитие спорта, т.е. для тренеров и, естественно, для врачей команд видов спорта, то наступает время изучения показателей уже в отдельных дисциплинах легкой атлетике, например бег на короткие, средние или длинные дистанции, прыжки – в высоту и т.д., метания – копья и т.д. А в плавании, кроме дистанции еще и стиль, например – кроль, баттерфляй и т.д. Как один из вариантов, и весьма важных, возможны сравнения показателей у спортсменов, развивающих одинаковые физические качества, например, выносливость у бегунов-марафонцев и представителей шоссейных велогонок, или быстроту, у легкоатлетов-спринтеров и пловцов-спринтеров и т.д.

Что касается исследований у ветеранов спорта, то наиболее важными мы считаем, являются сравнения изучаемых показателей между бывшими спортсменами определенного вида спорта и одного пола, ведущими активный и малоподвижный образы жизни, а также с лицами никогда не занимающихся спортом в плане пользы, или наоборот, вреда занятий конкретным видом спорта в молодом возрасте.

ЛИТЕРАТУРА

1. Блеер, А.Н. Терминология спорта. Толковый словарь-справочник / А.Н. Блеер, Ф.П.Суслов, Д.А.Тышлер. – Москва, 2010. – С.394.
2. Борилкевич, В.Е. Сравнительная физиологическая характеристика спортивной аэробики / В.Е. Борилкевич, Н.Н. Кузьмин, А.А. Сомкин // Теория и практика физической культуры. – 1998, – № 3. – С. 44-46.
3. Дембо, А.Г. К вопросу о группировке видов спорта / А.Г. Дембо, С.Н. Попов, А.М. Тюрин, Ю.М. Шапкайтц // Теория и практика физической культуры. – 1966. – №2. – С.56-58.
4. Кузнецова, И.А. Вегетативная регуляция сердечного ритма и успешность соревновательной деятельности стайеров / И.А.Кузнецова, С.И.Кудинова // Вариабельность сердечного ритма: теоретические аспекты и практическое применение : тез. докл. IV Всероссийского симпозиума с международным участием, 19-21 ноября 2008 г. – Ижевск, 2008. – С.164-167.
5. Михалюк, Е.Л. К вопросу о спортивно-медицинской терминологии понятия «нетренированные лица» / Е.Л. Михалюк // IX Міжнародний науковий конгрес «Олімпійський спорт і спорт для всіх». Тези доповідей. 20-23 вересня 2005 р. – Київ, 2005. – С.809.
6. Михалюк, Е.Л. Медицинский контроль за бывшими спортсменами метателями по данным интегральной реографии и ЭКГ / Е.Л. Михалюк // Медицинские проблемы массовой физической культуры : тезисы I Всесоюзной конференции. – М., 1983. – С.128.
7. Михалюк, Е.Л. Особенности гемодинамики легкоатлетов-метателей после прекращения занятий спортом / Е.Л. Михалюк // Двигательная активность в укреплении здоровья, профилактике и лечении заболеваний взрослых и детей : тезисы докладов III Всесоюзного съезда специалистов лечебной физкультуры и спортивной медицины. – Ростов-на-Дону, 1987. – С.170.
8. Михалюк, Е.Л. Влияние двигательного режима спортсменов, прекративших активные занятия, на состояние центральной и церебральной гемодинамики / Е.Л. Михалюк // Врачебно-физкультурная служба и всеобщая диспансеризация населения : тезисы докладов II респ. съезда по лечебной физкультуре и спортивной медицине. – Киев, 1987. – С.129.

9. Михалюк, Е.Л. Состояние центральной и регионарной гемодинамики у легкоатлетов-метателей в годичном цикле тренировочного процесса : автореферат дисс. на соиск. уч. ст. канд. мед. наук. / Михалюк Евгений Леонидович. 14.0012 – лечебная физкультура и спортивная медицина. – Москва, 1989. – 22 с.

10. Фізична реабілітація, спортивна медицина: підручник для студентів вищих мед. навч. закладів / В.В.Абрамов, В.В.Клапчук, О.Б.Неханевич [та ін.]. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с.

11. Филиппова, Ю.С. Морфофункциональные и психофизиологические особенности спортсменов 19-22 лет, занимающихся спортивной аэробикой / Ю.С. Филиппова, В.Б. Рубанович, Р.И. Айзман // Теория и практика физической культуры. – 2006. – №1. – С.15-21.

UNIFICATION OF SPORTS TERMINOLOGY IN MODERN SPORTS MEDICINE

E.L. MIKHALYUK

Summary

This article consistently addresses issues related to medical examinations of athletes, sports terminology, first of all, such as «untrained person». Emphasizes, that the trained or untrained can only athletes in different periods of the training process. In the examples, the absurdity of comparing the functional state of the runners on the distance of 800 meters with the sports aerobics, sports gymnastics with the sports game, etc., recommendations aimed at the correct comparison of the studied parameters among representatives of different kinds of sports.

The author gives examples, in accordance with which is not quite right to divide the athletes at the «achievers» and «not achievers» in the sport only because of their performance in the competition, without taking into account the dynamics of a sports result.

Separately presented a vision of the author on appropriateness and features of research at the former athletes, who stopped his career and lead different lifestyles in terms of physical activity.

Key words: sport medicine, sports terminology, veterans of sports.

Статья поступила 10 марта 2016г.