

выполнения боевых приемов.

По окончанию первого этапа обучения курсант должен владеть основными приемами задержания, уметь применять их в силовом пресечении противоправных действий в упрощенных условиях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Нохрин, М.Ю. Повышение специальной физической подготовленности курсантов вузов ФСИН России для действий в экстремальных условиях: монография / М.Ю. Нохрин, В.Д. Медведков. – Пермь : Пермский институт ФСИН России, 2014. – 153 с.
2. Нохрин, М.Ю. Универсальная структура методики формирования навыков боевых приёмов борьбы / М.Ю. Нохрин, А.С. Михайлов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 8 (162). – С. 145–148.
3. Изучение техники основных бросков самбо на занятиях по «Боевым приемам борьбы» с курсантами образовательных организаций ФСИН России / М.Ю. Нохрин, А.А. Смирнов, А.В. Мельников, В.К. Сейсебаев, А.В. Огарышев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта имени П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 1 (203). – С. 277–281.

REFERENCES

1. Nokhrin, M. and Medvedkov, V. (2014), “Improvement of special physical readiness of cadets of higher education institutions of the Federal penitentiary service of Russia for actions in extreme conditions” Monograph, Perm Institute of the Federal penitentiary service of Russia, Perm.
2. Nokhrin, M. and Mikhailov, A (2018), “Universal structure of methods of formation of skills of fighting techniques of struggle”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, Vol. 162, No. 6, pp. 145–148.
3. Nokhrin, M., Smirnov, A., Melnikov, A., Seisebaev, V., and Ogaryshev A (2022), “Studying the technique of basic sambo throws in classes on “Combat techniques of wrestling” with cadets of educational organizations of the Federal Penitentiary Service of Russia”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, Vol. 203, No. 1, pp. 277–281.

Контактная информация: nohrin.mihail2013@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 17.10.2023

УДК 796.01

АНАЛИЗ ЭЛЕМЕНТОВ И СПЕЦИФИКА СОЦИАЛЬНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАТУСА СПОРТСМЕНА

Каджик Мартиросович Оганян, профессор, Карина Каджиковна Оганян, доцент, Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

Введение. В современном обществе отсутствует ясное понимание процесса институционализации статуса спортсменов. Одними из главных показателей профессионализма спортсмена являются высокие спортивные достижения. Эта деятельность несет за собой материальное и нематериальное вознаграждение. Обратная сторона успеха спортсмена заключается в том, что спорт требует много времени, сил, как физических, так и энергетических затрат.

Цель исследования – анализ элементов и специфика социального, профессионального статуса спортсмена.

Результаты исследования и их обсуждение. Генезис статуса спортсмена на основе статуса олимпийца заключается в анализе периода античности и современности; проблемы пост профессиональной адаптации спортсменов включают в себя физиологический, социальный и психологический аспекты. Около половины спортсменов высокого класса предпочитают резко заканчивать карьеру, уходить из спорта непобежденными. Все это делает необходимым разработку технологий социальной адаптации спортсменов в социуме. Одним из важных показателей психологической адаптации является само отношение личности

Выводы. В современном мире повышается необходимость психологического сопровождения профессиональных спортсменов после ухода из спорта, в частности: развивать механизмы процесса адаптации в национальной системе спортивной подготовки на основе выявленных научных факторов; направленно обеспечивать образовательную ориентацию к постепенному завершению спортивной карьеры; обучать по ходу психологического сопровождения экс-спортсменов приемам коррекции переживаний; создавать условия для социально-творческой активности завершивших спортивную карьеру; обеспечить возможность бывшим профессиональным спортсменам систематически проходить медицинское обследование и физическую реабилитацию на базе врачебно-физкультурных диспансеров.

Ключевые слова: социальный статус спортсмена, профессиональный статус спортсмена, статус олимпийца, Олимпийские игры, калокатия, Международный олимпийский комитет, пост профессиональный адаптация спортсмена, психологическое сопровождение, экс спортсмены.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.10.p289-294

ANALYSIS OF THE ELEMENTS AND THE SPECIFICITY OF THE ATHLETES SOCIO-PROFESSIONAL STATUS

*Kadzhik Martirosovich Oganyan, professor, Karina Kadzhikovna Oganyan, docent, Lesgaft
National State University of Physical Culture, Sports and Health, St. Petersburg*

Abstract

Introduction. In modern society, there is no clear understanding of the process of institutionalization of the status of athletes. One of the main indicators of an athlete's professionalism is high sports achievements. This activity brings tangible and intangible rewards. The downside of an athlete's success is that sport requires a lot of time, effort, both physical and energy costs.

The purpose of the study is to analyze the elements and the specifics of the social, professional status of an athlete.

Results of the study and their discussion. The genesis of the athlete status based on the status of an Olympian lies in the analysis of the period of antiquity and modernity; problems of post-professional adaptation of athletes include physiological, social and psychological aspects. About half of high-class athletes prefer to abruptly end their careers, leave the sport undefeated. All this makes it necessary to develop technologies for the social adaptation of athletes in society. One of the important indicators of psychological adaptation is the very attitude of the individual.

Conclusions. In the modern world, the need for psychological support of professional athletes after leaving sports is increasing, in particular: to develop the mechanisms of the adaptation process in the national system of sports training based on the identified scientific factors; purposefully provide educational orientation to the gradual completion of a sports career; to teach ex-sportsmen the methods of correction of experiences in the course of psychological support; create conditions for social and creative activity of those who have completed their sports career; provide an opportunity for former professional athletes to systematically undergo medical examination and physical rehabilitation on the basis of medical and physical education dispensaries.

Keywords: athlete's social status, athlete's professional status, Olympian's status, Olympic Games, kalokagatiya, International Olympic Committee, athlete's post-professional adaptation, psychological support, ex-athletes.

ВВЕДЕНИЕ

Большие спортивные достижения требуют от спортсмена колоссальных временных и энергических затрат, предполагающих постоянные тренировки, соревнования [10]. По результатам групповых интервью, в споре высоких достижений необходимо соответствующее профессиональное отношение к этому [9].

Цель исследования – анализ элементов и специфика социального, профессионального статуса спортсмена.

Генезис статуса спортсмена на основе статуса олимпийца: античность и современность. Исследователи подчеркивают, что именно в древнегреческом обществе агон и атлетические состязания имели решающее значение. Особая роль отводилась изучению

традиций и церемонии чествования победителя.

На основе исторических материалов, важно отметить высокий социальный статус, который объясняется сакральным смыслом Олимпийских Игр. В современном обществе эта сакральность уже утрачена, но определенные традиции сохранены [5, 6, 8, 13].

Немаловажной целью становится формирование идеала личности олимпийца как «совершенного человека», согласно концепции Пьер Кубертена. Ещё Древнегреческие мыслители сформулировали идеал калокагатии, который подразумевает совершенную личность, сочетающую внешние достоинства с внутренними, духовными, нравственными качествами, гармонию тела и души.

Пьер де Кубертен характеризует идею «совершенного человека» в выражении «Возвышенный дух в развитом теле». К сожалению, на сегодняшний день к концепции гуманистического идеала олимпийца стремятся не все спортсмены. В настоящее время спортсменов олимпийцев почитают как людей преодолевающих пороги пределов человеческих возможностей. Зачастую спортсмены тратят юность и молодость на достижение спортивного результата, и к окончанию карьеры не знают дальнейший путь [11, 7].

Например, высококвалифицированные спортсмены Клаудиа Хайль, Роберт Энке, Юлия Пипер, Джерет Петтерсон, Петр Девяткин, Владимир Куц, Елена Мирошина и другие, не смогли адаптироваться к жизни после спорта, покончив с собой, и список можно продолжить.

Международный олимпийский комитет (МОК) предлагает программу, способствующую более легкой адаптации к жизни после спорта для высококвалифицированных спортсменов. Гуманистический облик спортсмена, его социальный статус, прежде всего зависит от желания самого спортсмена развиваться гармонично.

Проблемы пост профессиональной адаптации спортсменов физиологический, социальный и психологический аспекты. Уход из спорта, завершение спортивной карьеры для атлетов высокой квалификации порождает в большинстве случаев серьезные проблемы, порой драматические как для индивидуума, так и для спорта в целом [1].

Завершение профессиональной спортивной деятельности всегда связано с состоянием личности, которое характеризуется как кризисное: существенно возрастает психическая нагрузка на организм, повышается опасность психических перенапряжений [2, с. 301].

Анализ результатов углубленного медицинского осмотра спортсменов высшей квалификации (221 МС и 12 МСМК) в возрасте 31–45 лет после завершения карьеры в различных видах спорта позволил установить, что по уровню общей хронической заболеваемости сердечно-сосудистой системы, психическими болезнями и эндокринными нарушениями полученные показатели были достоверно выше аналогичных, выявленных у их ровесников, бывших спортсменов массовых разрядов ($p < 0,01$)⁷ [3, с. 93].

В исследовании у 364 спортсменов высокой квалификации (мужчин и женщин) уже в раннем пост спортивном периоде было обнаружено, что у 66% изменился характер питания при сохранении высококалорийного суточного рациона [2, 3].

Анализ влияния отдельных факторов (возраст, стаж занятий, спортивная квалификация) на состояние здоровья 228-ми бывших высококвалифицированных спортсменов и спортсменок выявил, что все опрошенные исследуемые полагают, что интенсивные физические нагрузки и травмы, которыми богата спортивная жизнь, отрицательно сказались на их здоровье.

Обследование 156-ти бывших спортсменок высокой квалификации второго периода зрелого возраста (40–46 лет) с применением комплекса современных технологий оценки адаптационных функций выявило низкую в сравнении со значениями нормы в данном возрастном диапазоне степень сохранности ОМЦ, пониженную репродуктивную функцию [4, с. 49].

Вышеприведённые результаты исследований свидетельствуют о необходимости разработки специальных мер реабилитации здоровья спортсменов после завершения

карьеры в профессиональном спорте [3].

Прекращение спортивной деятельности изменяет привычные особенности жизненного уклада, в новых условиях социальный статус высококвалифицированного спортсмена понижается, и надо вновь за него бороться. Масштабное социологическое исследование с участием 1500 отечественных спортсменов-олимпийцев (начиная с 1952 г.) показало ряд характерных особенностей социальной адаптации бывших титулованных спортсменов [2].

По данным опроса экс-спортсменов высшей квалификации, членов национальных сборных команд России по ряду видов спорта, было установлено четыре направления адаптации их к новым социальным реалиям. К первому направлению были отнесены госслужащие и администрация (20%); ко второму – тренеры, учителя физической культуры и ученые (44%); к третьему – выбравшие профессию в зависимости от полученного образования, не связанного со спортом (24%); четвертое направление характеризуется отсутствием стабильной работы (12%) [4].

Одним из важных факторов ухода из спорта является своевременность. Своевременность – это качественная и индивидуальная характеристика отношения человека к жизни во времени [1].

Адаптация спортсмена к социальной жизни «вне спорта» зависит от уровня достигнутых им результатов: чем больше успехи, тем сложнее адаптация. Процесс повторной социализации экс-спортсменов порой сопровождается и негативными компонентами ре социализации. Исследователями было выявлено, что 23% бывших высококвалифицированных спортсменов не работают и не учатся [12, с. 96].

Около половины спортсменов высокого класса предпочитают резко заканчивать карьеру, уходить из спорта непобежденными, считая унижением для себя снижение спортивных результатов, проигрыши соревнований. Все это делает необходимым разработку технологий социальной адаптации спортсменов к окружающей жизни.

Одним из важных показателей психологической адаптации является само отношение личности. При исследовании 228-ми бывших спортсменов и спортсменов высокой квалификации были выявлены негативные изменения самосознания, приводящие к нарушению Я-концепции личности (снижение уверенности и само принятия, высокая конфликтность и самообвинение), 29% обследованных имели низкий уровень самоуважения. Данные характеристики самосознания «тормозят» процесс адаптации личности к новой жизненной ситуации [10].

ВЫВОДЫ

Негативные тенденции в проявлении невротических состояний, в спектре испытываемых эмоций, в снижении жизненной мотивированности диктуют необходимость психологического сопровождения профессиональных спортсменов после ухода из спорта:

- развивать механизмы процесса адаптации в национальной системе спортивной подготовки на основе выявленных научных факторов;
- направленно обеспечивать образовательную ориентацию к постепенному завершению спортивной карьеры;
- обучать по ходу психологического сопровождения экс-спортсменов приемам коррекции переживаний;
- создавать условия для социально-творческой активности завершивших спортивную карьеру;
- обеспечить возможность бывшим профессиональным спортсменам систематически проходить медицинское обследование и физическую реабилитацию на базе врачебно-физкультурных диспансеров.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бразевич С.С. Управление социальными рисками в процессе завершения профессиональными спортсменами карьеры и поиске новой социальной роли вне спорта/ С.С. Бразевич, Д.С. Бразевич, Ж.С. Сафронова // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 6. – С. 92–94.

2. Зеновский Е.В. Проблемы постпрофессиональной адаптации спортсменов: физиологический, социальный и психологический аспекты / Е.В. Зеновский // Двадцать седьмая годичная сессия ученого совета Сыктывкарского государственного университета им. Питирима Сорокина: сб. науч. тр. – Сыктывкар : Изд-во Сыктывкарского гос. ун-та им. П.А. Сорокина, 2020. – С. 301–307.
3. Коган О.А. Состояния здоровья высококвалифицированных спортсменов после завершения карьеры в спорте высших достижений/ О. А Коган, С. Д. Галиуллина // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 4. – С. 93–95.
4. Кокоулина О.П. Социально психологическая адаптация спортсменов после завершения профессиональной карьеры/ ОП. Кокоулина, В.А. Иванов, Е.А. Лубышев // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 7. – С. 49–51.
5. Машина В. Е. Социальный статус олимпийщика в Античности и современности/ В.Е. Машина // Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма: материалы Всерос. конф. молодых ученых, аспирантов, магистрантов, соискателей и студентов (Омск, 13–14 декабря, 2017 г.). – Омск : СибГУФК, 2018. – С. 67–73.
6. Оганян К.М. Социологический анализ здорового образа жизни студентов/ К.М. Оганян, К.К. Оганян // Социология и право. – 2019. – № 1 (43). – С. 17–30.
7. Оганян К.М. Социологический анализ ценностных ориентаций и здорового образа жизни студенческой молодежи средствами физической культуры / К.М. Оганян, К.К. Оганян // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: материалы XIII междунар. конф. (Уфа, 21–23 марта 2019 г.). – Уфа: Изд-во Уфинского ГАЕУ, 2019. – С.142–148.
8. Оганян К.М. Здоровье как ценность в современном обществе (по результатам социологического исследования здорового образа жизни студентов) / К.М. Оганян, К.К. Оганян // Общественное здоровье и формирование здорового образа жизни в России и Китае: материалы Российско-китайской соц. конф. (Санкт-Петербург, 14–15 мая 2021 г.). – Санкт-Петербург: Изд-во СПбГУ, 2021. – С. 82–88.
9. Рыскин П.П. Особенности самоидентификации профессиональных спортсменов в современной России / П.П. Рыскин // Мир науки. Социология, филология, культурология. – 2019. – Т. 10, № 1. – С. 1–8.
10. Социально психологическая характеристика спортсменов, завершающих профессиональную карьеру, в процессе адаптации к постспортивной жизни / Р.В. Смирнова, А.Ю. Поддипалин, Г.Х. Мусина-Мазнова, И.В. Тарасова // Актуальные проблемы психологического знания. – 2019. – № 3–4. – С. 102–111.
11. Столяров В.И. Современный олимпизм и олимпийская педагогика: достижения, проблемы, перспективы / В.И. Столяров – Москва : Планета, 2018. – 528 с.
12. Федотова И.В., Ресоциализация в процессе постпрофессиональной адаптации спортсменов высоких квалификационных разрядов в аспекте социологического анализа / И.В. Федотова, М.Е. Стаценко, И.С. Таможникова // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 9. – С. 96–98.
13. Янзина Э.В. Чествование победителей главных общегреческих состязаний: реалии и терминология. Награждение на месте проведения соревнований/ Э.В. Янзина, О.В. Корнеев // Индоевропейское языкознание и классическая филология. – 2017. – № 21. – С. 917–949.

REFERENCES

1. Brazevich, S.S., Brazevich, D.S. and Safronova, Zh.S. (2018), “Management of social risks in the process of completing a career by professional athletes and searching for a new social role outside of sports”, Theory and practice of physical culture. No. 6. pp. 92–94
2. Zenovsky, E.V. (2020), “Problems of post-professional adaptation of athletes: physiological, social and psychological aspects”, Twenty-seventh annual session of the Academic Council of the Syktyvkar State University. Pitirim Sorokin, National conference: collection of articles, pp. 301–307.
3. Kogan, O.A. and Galiullina, S.D. (2019), “The state of health of highly qualified athletes after the completion of a career in high performance sports”, Theory and practice of physical culture. No. 4. pp. 93–95.
4. Kokoulina, O.P., Ivanov, V.A. and Lubyshev, E.A. (2019), “Social and psychological adaptation of athletes after the end of their professional career”, Theory and practice of physical culture, No. 7, pp. 49–51.
5. Mashina, V.E. (2018), “The social status of olympionics in Antiquity and modernity”, Problems of improving physical culture, sports and olympic. Materials of the All-Russian scientific and practical conference of young scientists, graduate students, undergraduates, applicants and students, SibGUFGK, – Omsk,

pp. 67–73.

6. Oganyan, K.M. and Oganyan, K.K. (2019), “Sociological analysis of a healthy lifestyle of students”, *Sociology and law*, No. 1 (43), pp. 17–30.

7. Oganyan, K.M. and Oganyan, K.K. (2019), “Sociological analysis of value orientations and healthy lifestyle of students by means of physical culture (article)”, *Actual problems of physical culture, sports and tourism: materials of the XIII International scientific-practical conference*, Ufa. State. aviation Tech. Univ. Ufa, pp. 142–148.

8. Oganyan, K.M., Oganyan, K.K. (2021), “Health as a value in modern society (according to the results of a sociological study of a healthy lifestyle of students)”, *Russian-Chinese sociological conference on the topic: "Public health and the formation of a healthy lifestyle in Russia and China."* St. Petersburg, May 14–15, 2021. St. Petersburg: St. Petersburg State University, pp. 82–88.

9. Ryskin, P.P. (2019) “Features of self-identification of professional athletes in modern Russia”, *The world of science. Sociology, philology, cultural studies*, Vol. 10, No. 1, available at: <https://sfk-mn.ru/PDF/15SCSK119.pdf>.

10. Smirnova, R. V. (2019), “Social and psychological characteristics of athletes completing their professional careers in the process of adaptation to post-sport life”, *Actual problems of psychological knowledge*. No 3-4. pp. 102–111.

11. Stolyarov, V.I. (2018) *Modern Olympism and Olympic Pedagogy: Achievements, Problems, Prospects*, Planet, Moscow.

12. Fedotova, I.V., Statsenko, M.E. and Tamozhnikova, I.S. (2019), “Resocialization in the process of post-professional adaptation of athletes of high qualification categories in the aspect of sociological analysis”, *Theory and practice of physical culture*, No. 9. pp. 96–98.

13. Yanzina, E.V. (2017) “Honoring the winners of the main all-Greek competitions: realities and terminology., Awarding at the venue of the competition”, *Indo-European linguistics and classical philology*, No. 21, pp. 917–949.

Контактная информация: koganyan53@mail.ru

Статья поступила в редакцию 08.10.2023

УДК 612.811.4

ПРИМЕНЕНИЕ СРЕДСТВ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РЕАБИЛИТАЦИИ СТУДЕНТОВ С ШЕЙНЫМ ОСТЕОХОНДРОЗОМ

Юлия Андреевна Одинокова, преподаватель, Гузель Альбертовна Бартдинова, старший преподаватель, Зияя Гильмановна Сулейманова, старший преподаватель, Арина Олеговна Пономарева, студент, Башкирский государственный медицинский университет, Уфа

Аннотация

Шейный остеохондроз – прогрессирующее заболевание, при котором поражаются позвонки и межпозвоночные диски, а также приводит к их истощению, деформации и разрушению. В данной статье рассмотрим влияние лечебной физической культуры на профилактику шейного остеохондроза. Её цель – укрепление мышц и связок шеи, снятие болевых ощущений, а также улучшение кровообращения за счёт плавных, замедленных упражнений с небольшой амплитудой.

Целью исследования было определить влияние занятий лечебной физической культурой в профилактике остеохондроза шейного отдела позвоночника у студентов. Исследование проводилось в 2022 году на базе БГМУ г. Уфа, основу занятий в экспериментальной группе составляла лечебная физическая культура.

В ходе работы были использованы следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы по проблеме исследования; исследование подвижности шейного отдела позвоночника: оценка гибкости позвоночника; субъективная оценка выраженности боли: оценка по шкале ВАШ. Авторами доказано, что применение лечебной физической культуры является эффективным средством в профилактике остеохондроза шейного отдела позвоночника.

Ключевые слова: шейный остеохондроз, лечебная физическая культура.