

8. Noncontact anterior cruciate ligament injuries: risk factors and prevention strategies / L.Y. Griffin, J. Agel, A.M. J. Ibohm, E.A. Arendt, R.W. Dick, W.E. Garrett // J Am Acad Orthop Surg. – 2000. – Vol. 8. – P. 141–50.
9. Prevalence of chondral defects in athletes' knees: a systematic review / D.C. Flanigan, J.D. Harris, T.Q. Trinh, R.A. Siston, R.H. Brophy // Med Sci Sports Exerc. – 2010. – Vol. 42. – P. 1795–801.
10. Return to sport following anterior cruciate ligament reconstruction surgery: a systematic review and meta-analysis of the state of play / C.L. Ardern, K.E. Webster, N.F. Taylor, J.A. Feller // Br J Sports Med. – 2011. – Vol. 45. – P. 596–606.
11. Wijdicks C.A. Injuries to the Medial Collateral Ligament and Associated Medial structures of the Knee / C.A. Wijdicks, C.J. Griffith / J. Bone Joint Surg. Am. – 2010. – Vol. 92. – P. 1266–1280.

**Бойко Ирина Андреевна,  
Национальный Университет Физического воспитания и спорта Украины**

### **ИНТЕГРАЦИЯ ОЛИМПЕЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ПРОЦЕСС ПОДГОТОВКИ ВОЛОНТЕРОВ ОЛИМПЕЙСКИХ ИГР И ПАРАЛИМПЕЙСКИХ ИГР (НА ПРИМЕРЕ XXII ЗИМНИХ ОЛИМПЕЙСКИХ И XI ЗИМНИХ ПАРАЛИМПЕЙСКИХ ИГР)**

*Анализ литературных данных позволяет судить о том, что сегодня достаточно хорошо описана социальная значимость волонтерской деятельности, определены обязанности олимпийских и паралимпейских волонтеров, в то же время программы подготовки волонтеров Олимпийских и Паралимпейских игр остаётся актуальным вопросом научных исследований.*

*Анализ опыта проведения XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпейских зимних Игр 2014 г. позволяет судить, что процесс работы с волонтерами можно условно разделить на 4 этапа: агитационная работа, направленная на привлечение волонтеров; отбор волонтеров; дистанционная подготовка волонтеров; проведение обучения непосредственно на объектах.*

*Анализ программы обучения волонтеров XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпейских зимних Игр позволяет говорить о наличии трёх блоков, соответственно посвящённых: особенностям проведения Олимпийских и Паралимпейских игр; общим особенностям работы волонтеров; особенностям работы на конкретном объекте.*

*Исследования позволяют говорить о том, что олимпийское образование занимает важное место в подготовке волонтеров Олимпийских и Паралимпейских игр и может быть интегрирован в процесс их обучения путём изучения вопросов истории Игр, обсуждения олимпийских идеалов и ценностей, практикумов по личностному взаимодействию и т.д.*

**Ключевые слова.** Олимпийские игры, волонтеры, программы подготовки.

### **Бойко Ірина Андріївна. Інтеграція олімпійської освіти в процес підготовки волонтерів Олімпійських і Паралімпійських ігор (на прикладі XXII зимових Олімпійських та XI зимових Паралімпійських ігор).**

*Аналіз літературних даних дозволяє судити про те, що сьогодні досить добре описана соціальна значимість волонтерської діяльності, визначені обов'язки олімпійських і паралімпійських волонтерів, в той же час програми підготовки волонтерів Олімпійських і Паралімпійських ігор залишається актуальним питанням наукових досліджень.*

*Аналіз досвіду проведення XXII Олімпійських зимових і XI Паралімпійських зимових Ігор 2014 р дозволяє судити, що процес роботи з волонтерами можна умовно розділити на 4 етапи: агітаційна робота, спрямована на залучення волонтерів; відбір волонтерів; дистанційна підготовка волонтерів; проведення навчання безпосередньо на об'єктах.*

*Аналіз програми навчання волонтерів XXII Олімпійських зимових і XI Паралімпійських зимових Ігор дозволяє говорити про наявність трьох блоків, відповідно присвячених: особливостям проведення Олімпійських і Паралімпійських ігор; загальних особливостей роботи волонтерів; особливості роботи на конкретному об'єкті.*

*Дослідження дозволяють говорити про те, що олімпійська освіта займає важливе місце в підготовці волонтерів Олімпійських і Паралімпійських ігор та може бути інтегрований в процес їх навчання шляхом вивчення питань історії Ігор, обговорення олімпійських ідеалів та цінностей, практикумів з особистісного взаємодії і т.д.*

**Ключові слова.** Олімпійські ігри, волонтери, програми підготовки

### **Boyko Irina. Integration of Olympic education in the preparation process for the volunteers of the Olympic and Paralympic Games (on the example of the XXII Winter Olympic and XI Paralympic Winter Games).**

*Analysis of published data gives an indication of the fact that today is well described by the social significance of volunteering, defined responsibilities of the Olympic and Paralympic volunteers, while training programs for volunteers of the Olympic and Paralympic Games remains an important issue of research.*

*Analysis of the experience of the XXII Winter Olympic Games and XI Paralympic Winter Games in 2014 gives an indication that the working process with volunteers can be divided into 4 stages: campaigning; selection of volunteers; remote training of volunteers; providing training directly on site.*

*Analysis of the training program of volunteers XXII Olympic Winter and XI Paralympic Winter Games suggests the presence of three blocks, respectively devoted to: the peculiarities of the Olympic and Paralympic Games; general features of volunteer work; especially the work on a specific subject.*

*Studies suggest that Olympic education plays an important role in the preparation of the volunteers of the Olympic and Paralympic Games, and can be integrated into the process of learning by examining issues history of the Games, the Olympic ideals and the discussion of values, on personal interaction and workshops etc.*

**Keywords.** Olympic Games, volunteers, training programs

**Актуальность.** В современных условиях волонтерское движение становится одной из основных форм проявления социальной активности граждан мира; волонтерские организации существуют в более 175 странах. Волонтеры активно участвуют в спортивном и олимпийском движении.

Активная деятельность в подготовке волонтеров наблюдается в странах, которым доверено проведение Игр Олимпиад и зимних Олимпийских игр. Ярким свидетельством этого являются XXII зимние Олимпийские и XI зимние Паралимпийские игры в 2014 г. [3].

Анализ литературных данных позволяет судить, что сегодня имеется значительное количество публикаций, посвященных истории развития волонтерского движения, обоснована социальная значимость работы волонтеров, имеются отдельные работы в которых описаны функциональные обязанности волонтеров на Олимпийских играх, при этом, программы подготовки волонтеров, которые обеспечивают помощь в проведении Игр Олимпиад и зимних Олимпийских игр остаётся мало исследованным вопросом. Поэтому, изучения опыта и программ подготовки волонтеров последних, проводимых, на данный момент Олимпийских игр, представляет особую актуальность в условиях развития современного олимпийского движения [5, 6].

**Цель** – обоснование значимости олимпийского образования в программах подготовки волонтеров (на примере XXII зимних Олимпийских и XI зимних Паралимпийских игр).

**Методы исследования:** анализ специальной литературы, документальных материалов, материалов сети интернет; историко-логический; методы сравнения и сопоставления материалов.

**Результаты исследований** позволяют судить о том, что в проведении XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпийских зимних игр были задействованы 25 тыс. волонтеров, которых отобрали из 200 тыс. желающих (конкурс составлял 8 человек на одно место). Среди отобранных было около 60% женщин и 40% мужчин, в возрасте от 18 до 80 лет (средний - 25 лет). Среди добровольцев было 928 волонтеров «серебряного возраста», средний возраст которых составлял - 62 года. Их было отобрано из 3 тыс. желающих [4].

Исследования позволяют говорить о том, что процесс работы с волонтерами на XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпийских зимних Играх 2014 года в г. Сочи был разделен на 4 этапа (рис 1).



Рис. 1. Этапы процесса работы с волонтерами XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпийских зимних Игр 2014 года

**Анализ** программы работы с волонтерами XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпийских зимних игр позволяет говорить о том, что для их отбора и подготовки во всех регионах Российской Федерации было создано 26 волонтерских центров «Сочи - 2014». Каждый из центров готовил от 500 до 2000 волонтеров в зависимости от установленной квоты. Предусматривалась очная и дистанционная формы обучения. В период, когда волонтер не проходил очное обучение (между модулями), организовывался дистанционный курс - рассылка информационных материалов, онлайн-модули, конкурсы и другие виды обучения. Модули рассчитывались на различные периоды времени: от нескольких часов до нескольких дней. Занятия в рамках модуля проводились как непрерывно (5 дней подряд), так и более растянуто во времени (например, каждую субботу). В каждом волонтерском центре был сформирован свой график проведения обучения, который включал в себя как минимум 36 часов бесплатного обучения [1,7].

Программа обучения добровольцев состояла из трех основных частей (рис 2), и была дополнена спецкурсом английского языка с упором на олимпийскую тематику.

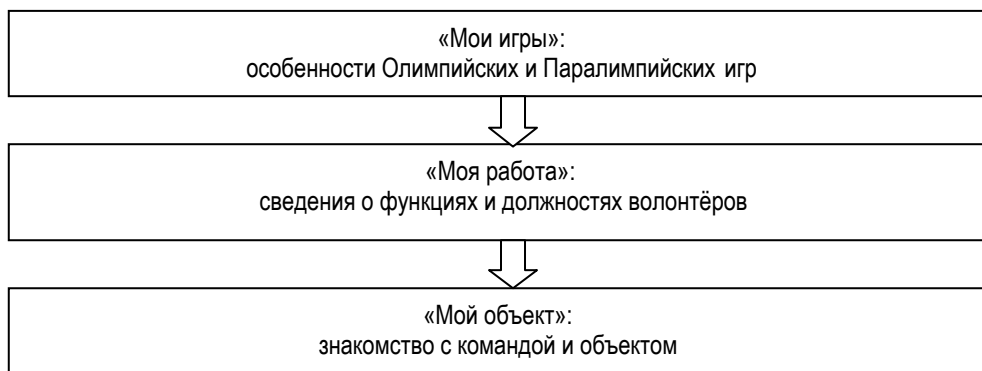


Рис. 2. Последовательность программы обучения волонтеров XXII Олимпийских и XI Паралимпийских зимних игр 2014 г.

На первом этапе обучения «Мои игры», весной 2013 г., волонтеры ознакомились с историей и ценностями Игр, с городом Сочи, узнали об особенностях олимпийских и паралимпийских зимних видов спорта, получили общее представление о работе на главном спортивном мероприятии, а также сделали виртуальный 3D тур по олимпийским объектам Сочи. Продолжительность программы курса составляла всего три дня. Тренеры курса рассказывали добровольцам о спортивных трассах и стадионах, расположенных в Прибрежном и Горном кластерах (территория проведения игр). Занятия в рамках модуля проводились в интерактивной форме, благодаря чему участники с легкостью запоминали теоретический материал.

Второй этап - курс «Моя работа» проводился с сентября по декабрь 2013 г. На функциональном тренинге добровольцы получили сведения о роли и задачи конкретного функционального направления на Играх, а также правилах работы в рамках этой функции. Также волонтеры приобрели профессиональные знания и навыки, необходимые для эффективного выполнения своих должностных обязанностей на Играх. В январе - феврале 2014 г. в Сочи за несколько дней до Игр, волонтеры прошли последний этап обучения - курс «Мой объект» - непосредственно на том олимпийском объекте, где предполагалась их работа, познакомились с руководителем и командой объекта, с его особенностями. После каждого этапа обучения волонтеры должны были пройти три тестирования.

Процедуры отбора и обучения зависели от функциональных обязанностей, которые будет выполнять волонтер. Подготовка волонтеров проходила по 11 направлениям: «Транспорт», «Медицина», «Допинг-контроль», «Обслуживание делегаций и команд, протокол, лингвистические услуги», «Технологии», «Церемонии», «Коммуникации и пресса», «Административная деятельность и аккредитация», «Сервис», «Обслуживание мероприятий и работа со зрителями», «Паралимпизм». Тренинги проводились по следующим направлениям: общие вводные тренинги раскрывающие суть и значимость Олимпийских и Паралимпийских игр; тренинги, направленные на развитие личностных качеств и необходимых волонтеру навыков (в т.ч. взаимодействие с людьми с инвалидностью); инструктажи, посвященные отдельным особенностям организации и проведения Игр, принятой политике, правилам работы; тренинги по конкретному направлению деятельности и конкретной позиции; инструктажи, посвященные особенностям работы объектов.

Посещение тренингов было обязательным. В случае, если была уважительная причина пропуска, нужно было заранее предупредить волонтерский центр и попросить о возможности пройти пропущенный модуль с другой группой. Для волонтеров, проживающих далеко от волонтерских центров, был разработан образовательный портал для дистанционного обучения. На портале были представлены специально подобранные литературные источники по основам олимпийского движения, олимпийской философии, истории Олимпийских и Паралимпийских игр и т.д., также видеоматериалы, видео уроки.

Подготовку персонала Игр осуществляла специальная команда профессиональных тренеров. Каждый тренер прошел обучение по программе «Поставщик Игр Сочи 2014» компании EXECT Business Training и получил соответствующий сертификат, подтверждающий право обучать волонтеров Игр. Результаты прохождения тренингов заносятся в базу данных Оргкомитета «Сочи 2014». Документом, подтверждающим прохождение тренингов и зачисления в волонтерскую команду, была аккредитация для работы на Играх. Как показывает международный опыт, привлечение, набор и подготовка потенциальных волонтеров должны начинаться задолго до Олимпийских игр. Поэтому уже за шесть лет до начала Игр в Сочи Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма который является профилирующим вузом начал подготовку населения Краснодарского края к выполнению обязанностей волонтеров.

Вместе с тем, как от метили ведущие специалисты, обучение волонтеров и их преподавателей строилось на основе олимпийского образования и совпадало с философией и принципами олимпизма.

Основными целями олимпийского образования волонтеров, по мнению специалистов [2] являются: распространение научных знаний об олимпизме, адаптированных к специфике различных отраслей медицины, истории, экономики, психологии, педагогики, информационных технологий, управления, анимации и сферы обслуживания, а также вклад в общее развитие молодежи с передачей необходимых знаний для того, чтобы волонтеры чувствовали уверенность при выполнении своих обязанностей. Программа подготовки волонтеров XXII Олимпийских и XI Паралимпийских зимних Игр 2014 года в г. Сочи состояла из трех уровней: личностного, образовательного и технологического.

Личностный уровень определял полное осознание работы, выполняемой волонтерами, деятельность в соответствии с идеалами и ценностями олимпизма, достижение образовательных целей олимпийского движения.

Образовательный уровень включал в себя изучение истории античных и современных Олимпийских игр, принципов олимпизма, информации о спортивных дисциплинах, истории города Сочи, олимпийского туризма и специфики сферы обслуживания при организации Олимпийских игр.

Технологический уровень содержал лекции, обсуждения, разработку интернет-сайтов о волонтерах, включение лекций по тематике Олимпийских игр в учебные планы факультетов социально-культурного сервиса различных вузов. Проводимые исследования на основе изучения международного опыта, позволили выделить основные технологии отбора и подготовки волонтеров, программы обучения которых к Олимпийским играм 1980-2008 гг. включали в себя от 50 до 150 часов теоретических занятий, тренингов в малых группах и отработку навыков на небольших соревнованиях.

#### **ВЫВОДЫ:**

1. Анализ литературных данных позволяет судить о том, что сегодня достаточно хорошо описана социальная значимость волонтерской деятельности, определены обязанности олимпийских и паралимпийских волонтеров, в то же

время программы подготовки волонтеров Олимпийских и Паралимпийских игр остаются актуальным вопросом научных исследований.

2. Анализ опыта проведения XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпийских зимних Игр 2014 г. позволяет судить, что процесс работы с волонтерами можно условно разделить на 4 этапа: агитационная работа, направленная на привлечение волонтеров; отбор волонтеров; дистанционная подготовка волонтеров; проведение обучения непосредственно на объектах.

3. Анализ программы обучения волонтеров XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпийских зимних Игр позволяет говорить о наличии трёх блоков, соответственно посвящённых: особенностям проведения Олимпийских и Паралимпийских игр; общим особенностям работы волонтеров; особенности работы на конкретном объекте.

4. Исследования позволяют говорить о том, что олимпийское образование занимает важное место в подготовке волонтеров Олимпийских и Паралимпийских игр и может быть интегрирован в процесс их обучения путём изучения вопросов истории Игр, обсуждения олимпийских идеалов и ценностей, практикумов по личностному взаимодействию и т.д.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Гордилова О. Волонтерство і громадянське суспільство в Росії / О. Гордилова // Політ. менеджмент . - 2008. - № 6. - С. 122-131. - Бібліогр.: 8 назв. - укр.
2. Мутко В.Л. Год молодежи в России в 2009 году // [http://www.ruy.ru/mol\\_news.html?did=1807](http://www.ruy.ru/mol_news.html?did=1807): Официальный сайт Российского союза молодежи. – 03.10.2008.
3. Volunteers of "Sochi 2014"//Mode to access: vol.sochi2014.com.
4. Coordinating Committee for International Voluntary Service. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ccivs.org>.
5. Rogge, J. Volunteerism // Olympic Review, December-January. – 2001. – Vol. XXVII, No. 42. – P. 3.
6. Lanzoni, I. The Volunteers during and after the Olympic Games: Youth Camp and Olympic Education School Programmes from / I. Lanzoni, D. Lykogianni // <http://olympicstudies.uab.es/volunteers/lanzoni.html>.
7. Brettell, D. The Sydney volunteers // Olympic Review, December-January. – 2001. – Vol. XXVII, No. 42. – P. 37-43.

**Бондар Ярослав, Бондар Анна**

**Національний університет фізичного виховання і спорту України Вінницький державний педагогічний університет ім. Михайла Коцюбинського**

#### ОСОБЛИВОСТИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У БАСКЕТБОЛІСТІВ

У статті розглянуто особливості розвитку фізичної підготовки у баскетболі. Визначено основні поняття фізичних здібностей, таких як: сила, швидкість (швидкісно-силові, вибухова сила), витривалість (швидкісна, силова, загальна), координація (спритність) і гнучкість. Вивчено основні підходи розроблені авторами для розвитку фізичних здібностей на різних етапах багаторічної підготовки у спортсменів в баскетболі. Однак у вивченій літературі ми не знайшли рекомендацій щодо вдосконалення процесу підготовки гравців з урахуванням сучасного стану баскетболу, що зробив за останні роки значний стрибок у своєму розвитку.

**Ключові слова:** фізична підготовка, спортсмени, баскетбол.

#### **Bondar Yaroslav, Bondar Anna. Особенности физической подготовки у баскетболистов.**

В статье рассмотрены особенности развития физической подготовки в баскетболе. Определены основным понятиям физических способностей, таких как: сила, скорость (скоростно-силовые, взрывная сила), выносливость (скоростная, силовая, общая), координация (ловкость) и гибкость. Изучены основные подходы разработанные авторами для развития физических способностей на различных этапах многолетней подготовки у спортсменов в баскетболе. Однако в изученной литературе мы не нашли рекомендаций по совершенствованию процесса подготовки квалифицированных игроков с учетом современного состояния баскетбола.

**Ключевые слова:** физическая подготовка, спортсмены, баскетбол.

#### **Yaroslav Bondar, Bondar Anna Features of physical training of basketball players.**

Team sports games at the present stage of development are characterized by high tension action game that requires the athlete maximum muscular effort and the ability to show a rapid change of the environment. All this is based on a high level of physical fitness of players, which is based on the ability to display each player of the game sportsmanship during competitive activities. At the present stage of development of sports science many leading experts have noted that the development of physical training consists of development of physical qualities. Formed also a methodological position according to which the term "physical quality" is interchangeable with the term "quality motor".

In the article the features of development of physical training in basketball. Vznacheno basic concepts of physical abilities such as strength, speed (speed-strength, explosive strength), endurance (speed, power, total), coordination (agility) and flexibility. Vivendo main approaches to the development by the authors for the development of physical abilities at different stages of many years training of athletes in basketball. Many researchers have noted that physical performance and the functionality of basketball players with different qualifications do not yet meet the level requirements of modern basketball. However, in the studied literature, we found no recommendations for improving the process of training taking into account the current state of basketball has made in recent years, a significant leap in its development.

**Key words:** physical training, athletes, basketball