

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ, СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ ТА АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ



ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДА КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКОГО ТЕЙПИРОВАНИЯ В ПРОГРАММЕ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ФУТБОЛИСТОВ ПОСЛЕ АРТРОСКОПИЧЕСКИХ ОПЕРАЦИЙ НА КОЛЕННОМ СУСТАВЕ

Щербина Денис

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,
областной врачебно-физкультурный диспансер г. Донецк

Анотація

Грунтуючись на ступені відповідності клініко-морфологічних проявів остеоартрозних пошкоджень колінного суглобу у спортсменів-футболістів основними напрямками використання кінезо тейпов в практиці спортивної медицини та реабілітації спортсменів, обґрунтовано доцільність включення даного методу до програми фізичної реабілітації футболістів після артроскопічних операцій на колінному суглобі. У статті надані основні особливості використання даного методу в різні періоди реабілітації тематичних пацієнтів.

Ключові слова: артроскопія, кінезіологічне тейпування, фізична реабілітація, футболісти.

Annotation

Based on the degree of compliance of clinical and morphological manifestations osteo arthritic lesions of the knee joint in athletes, footballers main areas of use kinesis clans in the practice of sports medicine and rehabilitation of athletes , expedience inclusion of this method in physical rehabilitation program after players arthroscopic knee surgery . The features of the use of this method in different periods of rehabilitation case patients.

Key words: arthroscopy, kinesiology taping, physical rehabilitation, football players.

Постановка проблеми и ее актуальность. Научные исследования констатируют, что футбол является одним из самых травма опасных видов спорта [2, 3, 4]. Прирост травматических повреждений связан со спецификой тренировочной и соревновательной деятельности, которая присуща данному виду спорта [3]. По данным В. Н. Платонова (2006) в данном виде большинство спортивных травм (75-80 %) можно классифицировать как легкие и умеренные [4]. Их лечение может быть проведено в течение нескольких дней; 10-15 % травм требуют достаточно длительного лечения, 5-10 % травм носят тяжелый характер, требуют оперативного вмешательства и делают проблематичной дальнейшую карьеру спортсменов [5]. По мнению П. Альетти, Д. Зачеротти, П. Биасе (2003) наиболее распространенными травмами в данном виде спорта являются повреждения суставов – около 60 % общего количества травм. Наиболее подвержены травмам мениски и связки [1]. При этом травматические повреждения хрящевой поверхности возникают, как правило, у спортсменов, которые уже имеют остеоартрозные деформа-



ции различной площади и локализации [7]. Вышеуказанные патологические изменения возникают в результате микротравм на фоне интенсивных физических нагрузок тренировочного процесса при отсутствии лечебных и реабилитационных мероприятий [6].

Реабилитация спортсменов-футболистов после травматических повреждений коленного сустава (КС), которые возникают на фоне остеоартрозных изменений, является проблемой многопрофильной и актуальной [1,2,3]. Что обусловлено увеличением количества спортсменов с данной патологией, усугублением степени тяжести травматических повреждений, разнообразием клинико-морфологических проявлений патологического процесса [4]. Особое значение данная проблема приобретает в возрастном аспекте, так как в последнее время возраст футболистов, которые получили травмы такого рода, значительно помолодел [5]. Данный факт легко объясним – находясь на пике спортивной формы, спортсмены имеют более высокий уровень мотивации, поэтому они продолжают тренировочный процесс даже при наличии микротравм, связанных с ними жалоб и болевых ощущений. Итогом становится травма КС, которая, как правило, возникает в период соревнований и требует артроскопического лечения и длительной реабилитации, что может привести к снижению достигнутого уровня работоспособности и потере спортивной формы [1, 3]. Это объясняет поиск путей повышения эффективности имеющихся реабилитационных программ тематических пациентов.

Цель работы – научно обосновать использование метода кинезиологического тестирования в программе физической реабилитации футболистов после артроскопических вмешательств на коленном суставе.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы по проблеме исследования, инструментальные и функциональные методы исследования коленного сустава.

Связь работы с научными планами и темами. Исследовательская работа выполнена согласно «Сводного плана научно-исследовательской работы НУФВС Украины на 2011-2015 годы» по направлению 4.4. «Усовершенствование организационных и методических принципов программирования процесса физической реабилитации при дисфункциональных нарушениях в разных системах организма человека» (№ государственной регистрации – 0111U001737).

Обсуждение результатов исследования. Нами были проанализированы данные углубленного медицинского обследования 40 игроков футбольных и мини-футбольных клубов, в возрасте 18-40 лет, которые в течение более чем двух лет состояли на диспансерном учете у врача-травматолога, по поводу остеоартрозных изменений КС и в последующем были прооперированы, так как обострение хронического процесса в период максимальных нагрузок, сделало невозможной дальнейшую тренировочную и соревновательную деятельность.

Проведенное исследование позволило установить, что остеоартрозные изменения были зарегистрированы у 6 футболистов в возрасте 18-25 лет, 14 человек – в возрастной группе 26-33 года и у 20 игроков – в группе 34-40 лет. При этом по мере роста спортивного стажа и мастерства у обследованных спортсменов увеличивалась площадь и локализация дефекта гиалинового хряща коленного сустава от $2,86 \pm 0,38$ см 2 – у спортсменов в возрасте 18-25 лет, до $4,78 \pm 2,55$ см 2 – у спортсменов в возрасте 34-40 лет. Соответственно увеличилось количество сочетанных дефектов.

Если у спортсменов молодого возраста были поражены только отростки бедренной кости, то в старшей возрастной группе – сочетанные дефекты (плато большеберцовой и отростки бедренной кости) были зарегистрированы – у 12 спортсменов.

Наличие остеоартрозных изменений привело к ограничению функции коленного сустава и сократительной способности мышц поврежденной конечности, что было подтверждено данными функционального исследования по шкале Lysholm и ВАШ, а также данными миотонометрических исследований мышц травмированной конечности.

Все вышеуказанные причины побудили нас искать новые средства и методы, которые позволят повысить эффективность реабилитационного процесса и сократить его сроки.

На современном этапе развития спорта в практике спортивной медицины нашел широкое применение метод кинезиологического тейпирования. Данный метод на протяжении последних лет успешно используется на различных этапах реабилитации спортсменов после травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата, в странах Европы и Америки. Кинезио-тейпинг является уникальной методикой, которая обладает целым рядом лечебных свойств, не ограничивая при этом свободу движений в коленном суставе, что очень важно на период восстановления нарушенных функций [8]. В основу метода положено использование особой эластичной клейкой ленты, выполненной из 100% хлопка и покрытой гипоаллергенным клеящим слоем на акриловой основе, который активизируется при температуре тела. Эластичность тейпов позволяет растягивать их на 30-60% от своей первоначальной длины. По толщине и эластичности они приближены к свойствам человеческой кожи (эпидермису).



Хлопковая основа тейпов способствует более лучшему испарению и дыханию кожи, а также быстрому высыханию тейпа, что свидетельствует в пользу его преимуществ перед классическими тейпами [9].

В результате многочисленных клинических исследований [8, 9] было выявлено несколько направлений использования метода кинезио-тейпинга:

1. За счет натяжения кожи обеспечивается поднятие фасции и мягких тканей, увеличивая пространство между мышцей и кожей, тем самым обеспечивая улучшение кровотока и лимфооттока в зоне повреждения и, как следствие, ускорение процессов восстановления.

2. Обеспечение сенсорной стимуляции, возможность ограничить движение травмированного участка, не сдавливая мягких тканей.

3. Улучшение субъективных ощущений (чувство поддержки, фиксации), через увеличение стимуляции кожных механорецепторов.

4. Стимулирует нервные рецепторы, облегчая боль и усиливая проприорецепцию (ощущение положения частей собственного тела).

5. Способствует скорейшему рассасыванию гематом.

6. Увеличение выносливости мышц во время продолжительной нагрузки.

Все вышеперечисленные свойства кинезо-тейпинга соответствовали клинико-морфологическим проявлениям патологии КС, которая была зарегистрирована у обследованных нами футболистов, что позволило включить данный метод в разработанную нами программу физической реабилитации.

Кинезо-тейпы использовались нами – курсами, начиная с момента выписки пациента из стационара и до момента возобновления тренировочной деятельности.

Однако при этом различались методика наложения тейпа, степень фиксации мышц и фасций, продолжительность курса кинезотейпирования.

В первом периоде кинезо-тейп накладывался по веерообразной методике сроком на 6 суток, что улучшало лимфодренажную функцию и способствовало уменьшению отека и болевых ощущений.

Во втором периоде увеличивалась площадь наложения тейпов. Тейп накладывался ленточно, по ходу мышечных волокон. Усиливалось натяжение кожных покровов на пораженной конечности, что способствовало увеличению биоэлектрической активности мышц травмированной конечности, активной амплитуды движений в КС и что не маловажно фиксировало прооперированный сустав от нежелательных резких движений.

В третьем периоде, при подключении упражнений, имитирующих движения, специфические для данного вида спорта, кинезо-тейп накладывался ежедневно в виде фиксирующих полос, с целью увеличения проприорецепции.

Далее кинезо-тейпы рекомендовались нами к использованию в повседневной тренировочной деятельности с целью профилактики повторного травмирования.

Таким образом, методика использования кинезиологического тейпирования в программе физической реабилитации футболистов после артроскопических операций на коленном суставе зависела от целей периода реабилитации и соответствовала степени ограничения функции прооперированного сустава.

Выводы

1. Анализ научных материалов и результаты собственных исследований, свидетельствуют о том, что на современном этапе развития футбола увеличивает-

ся удельный вес спортсменов с остеоартрозными изменениями коленного сустава, что сопровождается усугублением степени тяжести травматических повреждений, разнообразием клинико-морфологических проявлений патологического процесса, который, впоследствии, требует к артроскопического лечения и длительной реабилитации.

2. Изучение степени соответствия свойств кинезо-тейпов клинико-морфологическим проявлениям патологии коленного сустава у футболистов позволило рекомендовать данный метод к использованию в программе физической реабилитации футболистов после артроскопии коленного сустава.

3. Метод кинезиологического тейпирования использовался курсами на протяжении всего реабилитационного процесса. Методика наложения тейпов, площадь фиксации мышц и связок и продолжительность курса тейпирования были различными и соответствовали задачам периода реабилитации.

Перспективы дальнейших исследований в данном направлении связаны с оценкой эффективности разработанной программы физической реабилитации на восстановление нарушенных функций коленного сустава у спортсменов футболистов.

Литература:

1. Зазірний І. М. Хірургічне лікування травматичних ушкоджень колінного суглобу. – К.: «Здоров'я», 2010. –175 с.
2. Левенець В. Н. Актуальні питання спортивного травматизму / В. М. Левенець// Спортивна медицина. – 2004. – № 1-2. – С.84-92.
3. Лобов А. С. Особенности функционального состояния ОДА и кровообращения нижних конечностей у футболистов: автореф. на соискание научной степени канд. биол. наук:



- 13.00.03 «Молекулярная биология» / А. С. Лобов. – Краснодар: Кубанский ГУФКСиТ, 2006. – 21 с.
4. Платонов В. Н. Травматизм в спорте: проблемы и перспективы их решения / В. Н. Платонов // Спортивная медицина – 2006. - № 1. – С. 36 -43.
 5. Пустовойт Б. А. Комплексная реабилитация спортсменов после артроскопических вмешательств на коленном суставе / Б. А. Пустовойт, С. А. Николаев // Спортивная медицина. – 2007. - № 3. – С. 74 -77.
 6. Clegg D. O. Glucosmine, chondrotitin sulfate, and the two painful knee osteoarthritis / [D. O. Clegg, D. I. Reda, Cl. Harris et. al] // N. Engl. J. Med. – 2006.- № 354 (8). P. 795-808.
 7. Elias D. A. Acute lateral patellar dislocation at MR imagine: injury patterns of medial patellar soft-tissue restraints and osteohondral injures of the inferomedial patella. / D. A. Elias, L. M. Waite, D.C. Fithial // Radiology. – 2002. – 225. P. 526-531.
 8. Thelen M. D., Dauber J.A., Stoneman P.D. The clinical efficacy of kinesio tape for shoulder pain: a randomized, double-blinded, clinical trial. J. Orthop Sports Phys Ther. 2008, vol.38, №7, pp.389-395.
 9. Słupik A, Dwornik M, Białoszewski D, Zych E. Effect of Kinesio Taping on bioelectrical activity of vastus medialis muscle. Preliminary report. Ortop Traumatol Rehabil. 2007, vol.9, №6, pp.644-651.



О ПЕРСПЕКТИВАХ ДАЛЬНЕЙШИХ ИССЛЕДОВАНИЙ ПО ПРОБЛЕМАМ РАЗВИТИЯ ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА: РАЗМЫШЛЕНИЯ ПО ИТОГАМ ЧЕМПИОНАТА МИРА ПО ФУТБОЛУ-2014 В БРАЗИЛИИ



Приходько Владимир

Днепропетровский государственный институт физической культуры
и спорта

Анотація

Розглянуто перспективу подальшої розробки окремих аспектів теорії спорту, в частині перенесення акцентів з планування та організації навчально-тренувального процесу на забезпечення всієї системи підготовки спортсменів. Виділена видатна роль швидкості, не тільки як фізичної якості, але як основи ментальної підготовки спортсменів.

Ключові слова: підготовка спортсменів у командних видах спорту, швидкість, ментальна підготовка спортсменів.

Annotation

The prospects for further development of specific aspects of the theory of sport, in part to shift its focus to the planning and organization of the training process to ensure the entire system of training athletes. Highlighted the outstanding role of speed, not only as a physical quality, but as the basis of mental training of athletes.

Key words: training athletes in team sports, speed, mental preparation of athletes.

Постановка проблемы и анализ последних исследований.

Можно с уверенностью утверждать, что Украина уделяет достаточное внимание исследованиям и совершенствованию методик учебно-тренировочного процесса в спорте. Ряд ученых, посвятивших свое научное творчество различным аспектам теории спорта (В. М. Костюкевич, Г. А. Лисенчук, И. Г. Максименко, Н. А. Носко, В. Н. Платонов, Л. П. Сергиенко, В. Н. Шамардин, О. А. Шинкарук и другие), известны далеко за пределами нашей страны. Их работы позволили сформировать обоснование стройной отечественной системы организации многолетней подготовки спортсменов в разных видах спорта.

Казалось бы, имеющиеся теоретические и методические разработки должны выводить украинских спортсменов, в том числе и по игровым видам спорта, в число ведущих команд мира, однако так не происходит. К примеру, футболисты сборной Украины наблюдали игры из Бразилии по телевизору, а сборные Коста-Рики и Колумбии, чьи научные достижения в области спорта никому не известны, уверенно побеждали грандов мирового футбола.

При этом анализ игры, продемонстрированной этими командами, дает основание утверждать, что победа Коста-Рики, Чили, Колумбии, Мексики и ряда других команд над соперниками с более высоким рейтингом был обеспечен, прежде всего, быстротой (речь об оценке ситуации, принятии решений о необходимых именно сейчас технико-тактических действиях и об их стремительном и уверенном выполнении в условиях ограниченного времени). Именно в этом компоненте наши медленные футболисты сегодня заметно уступают командам новой волны. Но именно эту сторону, речь идет о «ментальной подготовке», и не рассматривают наши ученые [1, 3, 4, 5].

Кроме того, становится все более очевидным, что на спорт, как область экономической жизни, лишь опосредованно влияет общая экономическая ситуация в мире. Известно, что мощный экономический и финансовый кризис, развившийся в 2008 году, привел к снижению не только продаж товаров и услуг, но также к снижению зарплат в различных отраслях, но это не произошло в спорте. Профессиональный спорт, предоставляющий востребованное состоятельным средним классом зрелище, пока не подвержен



Рейтинг футбольных клубов Украины по показателям бюджета

| Футбольный клуб | 2011/12 бюджет, млн. долл. | 2013/14 бюджет, млн. долл. |
|------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| Шахтер (Донецк) | 94,1 | 193,0 |
| Динамо (Киев) | 60,0 | 85,0 |
| Днепр (Днепропетровск) | 80,0 | 55,0 |
| Металлист (Харьков) | 40,0 | 53,0 |
| Черноморец (Одесса) | 5,0 | 41,0 |
| Карпаты (Львов) | 8,0 | 10,8 |
| Металлург (Донецк) | 15,0 | 10,2 |
| Арсенал (Киев) | 9,0 | 10,1 |
| Ворскла (Полтава) | 10,0 | 10,0 |
| Волынь (Луцк) | 8,0 | 9,2 |

общемировым колебаниям в экономике, что заметно стимулирует молодежь из небогатых стран «искать счастья» в схватках на спортивных ристалищах, прикладывая максимум усилий к тому, чтобы, повышая мастерство, войти в команды богатых лиг, в том числе по популярным, игровым видам спорта.

Возникает вопрос: действительно ли в отечественной теории спорта раскрыты все узловые проблемы, решение которых обеспечивает достижение высокого спортивного результата; не упущена ли часть из тех сторон подготовки, которые оказывают большее влияние на спортивный результат?

Цель статьи заключается в том, чтобы представить некоторые актуальные рефлексии, возникшие при просмотре игр ЧМ по футболу 2014 г., выделить на уровне теоретического анализа часть перспективных проблем для их дальнейшего рассмотрения в рамках отечественной теории спорта.

Методы исследования: анализ специальной литературы и материалов Интернета; педагогические наблюдения; изучение содержания игр и результатов выступления команд стран на ЧМ по футболу в Бразилии; рефлексия и понимание как элементы креативного мышления ученого.

Результаты исследований и их обсуждение. Прежде обратимся к возможностям ретроспективной рефлексии, позволяющей реконструировать события прошлого и настоящего в интересах объективной оценки изучаемых явлений. Рассмотрим сравнительный отчет УЕФА по лицензированию футбольных клубов, входящих в высшие дивизионы, по итогам 2012 года [8].

В этом отчете выделена та важная тенденция, что большие зарплаты помогают выигрывать и спортивные трофеи. Вопреки мнению о том, что в футболе не

всё можно купить за деньги, отчет УЕФА показывает, что большие зарплаты это почти 100% залога успеха. В сезонах-2011/12 и 2012/13 лишь однажды в чемпионатах «большой пятёрки» клуб, имеющий самую большую зарплатную ведомость, не попал в число первых двух команд по итогам сезона – такая участь постигла «Милан» в 2013, ставший третьим. В России «Зенит» также оба этих года был в числе двух лучших, а в чемпионатах Украины, Турции, Нидерландов, Португалии, Шотландии, Бельгии, Греции, Швейцарии, Болгарии, Хорватии, Сербии, Словении и Белоруссии самая большая зарплатная ведомость стабильно берёт золото.

К числу немногих исключений сезона 2012/13 следует отнести «Жилину», имеющую самый большой бюджет зарплат в чемпионате Словакии. Команда стала лишь седьмой в чемпионате 12 команд, а всего в европейском футболе за два последних сезона лишь в 15% случаев тратящий на зарплаты больше остальных клуб не попал в тройку призеров.

В Украине тенденция такая же: клубы, имеющие более высокие бюджеты и суммарную «трансферную цену» своих игроков, находятся по итогам чемпионата в премьер-лиге выше своих соперников. Что касается рейтинга бю-

джетов ведущих клубов украинской премьер-лиги по состоянию на сезон 2011/12 и 2013/14, то он был таким (табл. 1).

Существенным достижением команд премьер-лиги является достаточно эффективная трансферная политика. В результате трансферной политики за последнее время наибольшая общая стоимость игроков достигнута в «Шахтере»: 159,7 млн. евро на 30 игроков, т.е. 5 млн. 323 тыс. евро на одного. Наименьшая средняя стоимость одного игрока премьер-лиги у «Металлурга» Запорожье, а именно 9 млн. 100 тыс. евро на 22 игрока [2].

Однако другой стереотип – «кубковый футбол отличается от чемпионатов» отчетом УЕФА подтверждается. Самая большая зарплатная ведомость берёт Кубок страны лишь в трети случаев, причём если брать

15 самых сильных лиг, то влияние денег на футбол ещё меньше – лишь четыре из 15 самых затратных клубов выигрывали национальный кубок.

Если обратиться к итогам финалов кубка независимой Украины [7, 9], то картина будет схожей с той, что и в странах Европы (табл. 2).

Важно проанализировать данный феномен и установить, какие именно факторы опред-



Таблица 2
Результаты финальных игр кубка Украины (1992 – 2013/14 годы)

| Сезон | Победитель Кубка | Счет | Финалист |
|-----------|------------------|----------------|--------------|
| 1992 | Черноморец | 1 : 0 | Металлист |
| 1992/93 | Динамо К. | 2 : 1 | Карпаты |
| 1993/94 | Черноморец | 0 : 0 п. 5 : 3 | Таврия |
| 1994/95 | Шахтер | 1 : 1 п. 7 : 6 | Днепр |
| 1995/96 | Динамо К. | 2 : 1 | Нива Вц. |
| 1996/97 | Шахтер | 1 : 0 | Днепр |
| 1997/98 | Динамо К. | 2 : 1 | ЦСКА |
| 1998/99 | Динамо К. | 3 : 0 | Карпаты |
| 1999/2000 | Динамо К. | 1 : 0 | Кривбасс |
| 2000/01 | Шахтер | 2 : 1 | ЦСКА |
| 2001/02 | Шахтер | 3 : 2 | Динамо К. |
| 2002/03 | Динамо К. | 2 : 1 | Шахтер |
| 2003/04 | Шахтер | 2 : 0 | Днепр |
| 2004/05 | Динамо К. | 1 : 0 | Шахтер |
| 2005/06 | Динамо К. | 1 : 0 | Металлург З. |
| 2006/07 | Динамо К. | 2 : 1 | Шахтер |
| 2007/08 | Шахтер | 2 : 0 | Динамо К. |
| 2008/09 | Ворскла | 1 : 0 | Шахтер |
| 2009/10 | Таврия | 3 : 2 | Металлург Д. |
| 2010/11 | Шахтер | 2 : 0 | Динамо К. |
| 2011/12 | Шахтер | 2 : 1 | Металлург Д. |
| 2012/13 | Шахтер | 3 : 0 | Черноморец |
| 2013/14 | Динамо К. | 2 : 1 | Шахтер |

еляют успех выступления клубов в чемпионате и кубковых соревнованиях, ведь в обоих случаях в этих соревнованиях выступают одни и те же игроки? Считаем, что преимущество в играх продолжительного чемпионата страны получают команды, которые, как минимум, имеют:

- значительное количество игроков примерно одного, достаточно высокого уровня мастерства, что позволяет выполнять ротацию состава в случае пропусков игр какой-то частью футболистов по причине травм и вынужденного пропуска игр из-за удалений и перебора желтых карточек;

- более «глубокая» скамейка позволяет, также, выставлять на очередной матч тех игроков, которые больше подходят по своим игровым качествам к встрече с очередным

соперником, включая возможность реализовать тот или иной тактический замысел на игру или побережь ведущих исполнителей для более ответственных поединков;

- более высококлассных и дорогостоящих игроков, чье высокое индивидуальное мастерство, чаще, чем в случаях с просто хорошими исполнителями, позволяет решать исход матча.

Все указанное и позволяет на протяжении длительного сезона собрать ту сумму очков, которые определяют высокое итоговое место команды.

В кубковых турнирах логика успеха в значительной степени иная и конечный результат команды определяется, помимо указанных выше (они тоже работают, хотя и менее заметно), рядом других факторов:

- способностью команды наилучшим образом подготовиться и реализовать план на конкретную игру (если они предусмотрены – на две игры на своем поле и поле соперника), которые обязательно должны завершиться победой, в отличие от чемпионата ошибку исправить нельзя;

- способностью проявить морально-волевые качества и навязать, в том числе потенциально более сильному противнику, свою манеру на данную игру, способностью биться за победу не жалея ни себя, ни соперника, как у нас говорят «победить за счет морально-волевых качеств».

Именно в этом, втором случае наиболее заметны те свойства отдельных игроков и команд в целом, которые, на наш взгляд, все более рельефно проявляют себя как тенденции дальнейшего развития игровых видов спорта.

Чтобы зафиксировать эти тенденции, обратимся к возможностям перспективной рефлексии, позволяющей «заглянуть в будущее», проявить то, пока что неявное, но уже объективно существующее внутри изучаемых процессов, в данном случае процессов подготовки ведущих спортивных команд. Итак, на наш взгляд, объективные тенденции и важные аспекты, которыми должны быть дополнены уже поработанные положения отечественной теории спорта, тенденции, которые должны расширить наши представления о содержании подготовки юных спортсменов и игроков «команд мастеров», включая сборные команды страны различных возрастов, таковы.

Первая. Приоритет получает не тема совершенствования учебно-тренировочного процесса, она остается как бы внутри, представляя собой ядро, сущность обсуждаемого явления, но объемлющей рамкой объективно выступает многогранный процесс подготовки спортсменов и команд.



Вторая. Это означает, что если мы будем по-прежнему рассматривать тренера всего лишь как специалиста, обеспечивающего высокое качество учебно-тренировочного процесса, мы не перейдем к более высокому уровню организации и управления, а именно к обеспечению оптимальной организации всего многогранного содержания подготовки спортсменов и команд. Объективно важно, при такой постановке вопроса, видеть в современном специалисте спорта профессионала, которого уже давно в ряде зарубежных стран называют менеджером. Того, который успешно совмещает способность к планированию учебно-тренировочного процесса с умением укомплектовать состав теми игроками, которые нужны для реализации созданной им концепции игры, подчинить своей воле имеющихся исполнителей, соорганизовать в слаженно-действующий механизм всех специалистов, отвечающих за информационное, материально-техническое, медицинское, психологическое и другие блоки, обеспечивая команды.

Третья. Среди тех сторон учебно-тренировочного процесса, которые все еще не получают в практике подготовки юных футболистов в Украине достаточного внимания, не получают они также приоритетного внимания в ведущих командах по итоговым видам спорта пока условно названная нами «ментальная подготовка» спортсменов. Речь идет о все более очевидной тенденции, когда без соответствующего состояния интеллекта не могут быть использованы пусть даже в полной мере накопленные возможности общей и специальной физической, технико-тактической и других видов подготовки спортсмена.

Четвертая. «Ментальной подготовки» разворачивается на схемах игры, точнее, на понимании технико-тактической действий, используемых при организации

игры при атаке и обороне. Здесь мышление ведущих игроков строится не на вербальной коммуникации, но по единым, хотя и имеющим много вариантов, схемам игры (вспомним, тренеров в хоккее, баскетболе и других видах с блокнотом и фломастером в руках). Это характерно и для зарубежного футбола, в котором не услышишь непрекращающегося весь матч крика тренеров и игроков, как, например, в Украинской первой и второй лигах. Кроме того, и это важно, мышление на основе схем игр позволяет легионерам, в полной мере не освоившим язык новой для них страны, быстро вливаться в новые игровые коллективы и, даже, становиться их лидерами.

Пятая. Одной из наиболее важных тенденций, касающихся совершенствования «ментальной подготовки», для обеспечения которой потребуются как акцентированное использование широко известных приемов, так и создание принципиально новых педагогических практик деятельности спортивных наставников, это первостепенное внимание в игровых видах спорта такому качеству, как быстрота. Речь идет о проявлении этого качества не только в скорости перемещения по полю (площадке) и скорости качественного выполнения подходящего в данный момент технического приема, обеспечивающего успех. Обращаем внимание на быструю оценку постоянно меняющейся ситуации и принятия решения о срочном выполнении технико-тактического приема (когда такой быстрой оценки и действий нет, телекомментаторы говорят, что игрок «смотрит футбол»).

Шестая. Продолжая обсуждать важную роль быстроты в современных спортивных играх, развитие которой должно получить приоритетное внимание независимо от игрового амплуа и антропометрических данных исполнителей, подчеркнем, что

она крайне необходима для оперативного принятия решения о своих результативных действиях, выборе именно того технического приема, который соответствует возникшей ситуации. И, наконец, речь идет о своевременном и качественном выполнении приема.

Седьмая. В ряду задач «ментальной подготовки», если речь идет о сборных, важно быстро и эффективно вернуться к теме патриотического воспитания, начиная от юных спортсменов, заканчивая взрослыми, в том числе «натурализованными» спортсменами. Если они приняли гражданство Украины, или носят не украинскую фамилию, почему при исполнении национального гимна, они молчат и прячут глаза? Можно ли считать, что эти игроки ощущают, переживают то острое чувство, необходимое каждому, кто своим действием, поступком представляет ту страну, которая верит в него?

Выводы

1. Нет основания считать, и результаты участия национальных сборных команд Украины по игровым видам спорта, которые не попадают после отбора в число участников Олимпийских игр [6], и, за редким исключением, имеют весьма скромные успехи в финальных турнирах чемпионатов Европы и мира, что отечественная теория спорта уже в полной мере определила круг тех вопросов, которые должны найти свое отражение в процессе подготовки спортсменов, от групп начальной подготовки, до ведущих клубов.

2. Как показывают объективные данные, в длительных турнирах, какими являются чемпионаты стран, Лига чемпионов или Лига Европы по футболу, преимущество объективно получают те команды, которые имеют «глубокую скамейку», высокооплачиваемых, взаимозаменяемых игроков высокого уровня испол-



нительского мастерства, включая наличие «звезд».

3. В то же время, краткосрочные турниры (это кубковые соревнования по олимпийской и смешанной системе), обычно продолжительностью в пределах одного месяца, дают возможность увидеть те тенденции, которые не вполне очевидны при анализе результатов продолжительных турниров.

4. Наиболее важная из них заключается в том, что тема успешной организации учебно-тренировочного процесса уступает место решению проблем комплексной и эффективной организации процесса спортивной подготовки. Учебно-тренировочный процесс, не теряя своего приоритетного значения, теперь является «стержневой частью» многоаспектной спортивной подготовки, которую может обеспечить высокопрофессиональный менеджер.

5. В ряду тех сторон спортивной подготовки и учебно-тренировочного процесса, которые не получили должного развития в отечественной теории спорта, является «ментальная подготовка» спортсменов. Она касается,

во-первых, приоритетного развития такого качества как быстрота, рассматриваемая не только как физическое качество, но и как скорость интеллектуальных процессов, позволяющих игроку оперативно принимать решения и своевременно выполнять технико-тактические действия.

Во-вторых, речь идет о той части сформированного сознания спортсмена, которая позволяет ему проявить себя как патриота своего клуба, своей страны, способного не только «биться на поле», но и проявить лучшие качества личности, часто определяющие итоговый спортивный результат.

Литература:

1. Алексеев В. Н. Система управления процессом развития российского футбола в современных условиях : автореф. дис. ...докт. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / В. Н. Алексеев. – Майкоп, 2009. – 40 с.
2. Волік С. В. Фінансові складові функціонування професійних футбольних клубів України / С. В. Волік // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2013. - № 5 (38). – С. 54-58.
3. Костюкевич В. М. Адаптація футболістів к фізическим загрузкам / В. М. Костюкевич // Наука в олімпійському спорті. – 2007. – № 1. – С. 59-65.
4. Лисенчук Г. А. Управление подготовкой футболистов / Г. А. Лисенчук. – К. : Олімпійська література, 2003. – 271 с.
5. Максименко И. Г. Соревновательная тренировочная деятельность футболистов : [моногр.] / И. Г. Максименко. – Луганск : Знание, 2009. – 258 с.
6. Шинкарук О. Олімпійська підготовка спортсменів в Україні: проблеми і перспективи / О. Шинкарук, М. Дутчак, Ю. Павленко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2013. - № 1. – С. 82-86.
7. fonten75.narod.ru»Kubok.html.
8. <http://www.championat.com/?hl=uk>.
9. ru.wikipedia.org.



**ДНІПРОПЕТРОВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ІНСТИТУТ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ**

Проводить набір в аспірантуру громадян, які мають вищу освіту і кваліфікацію фахівця, магістра за спеціальностями 24.00.01 – Олімпійський і професійний спорт, 24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення», 24.00.03 – Фізична реабілітація.

Навчання в аспірантурі проводиться з відривом і без відриву від виробництва.

Термін навчання з відривом від виробництва – 3 роки, без відриву від виробництва – 4 роки.

Прийом документів проводиться з 1 вересня поточного року

Необхідні документи:

1. Заява.
2. Рекомендація до аспірантури.
3. Клопотання від вузу.
4. Особовий листок.
5. 4 фотокартки.
6. Медична довідка.
7. Копія диплому, копія вкладишу (завірена нотаріусом).
8. Ідентифікаційний код.
9. Реферат по темі на 25-30 стор.

Вступні іспити з 1 жовтня (спеціальність, філософія, іноземна мова).

Зарахування до аспірантури з 1 листопада.

Документи приймаються за адресою: 49094, м. Дніпропетровськ,
вул. Набережна Перемоги, 10, 4 поверх, тел. 46-35-17.



На 1-й сторінці обкладинки:

Шамотіна Олена (I місце) – Майстер спорту міжнародного класу, чемпіонка Світу серед молоді 2014 року, срібна призерка XI юнацького Олімпійського фестивалю, двократна срібна призерка Кубка Європи серед молоді, фіналістка Чемпіонату Світу та Європи, рекордсменка країни серед дівчат до 18 років

На останній сторінці обкладинки:

Шамотіна Олена – на церемонії нагородження переможців у метанні диску на чемпіонаті Світу серед молоді 2014 року (м. Юджин, штат Орегон, США)

Печко Анна – студентка V курсу, Майстер спорту України, чемпіонка зимового командного Чемпіонату України 2014 року, багаторазова призерка Чемпіонату України, переможниця та призерка Міжнародних пробігів (Польща, Франція, Германія)

Лебідь Анастасія – студентка III курсу, Майстер спорту України, багаторазова чемпіонка України, півфіналістка чемпіонату Світу серед юніорів, бронзова призерка чемпіонату Європи серед молоді.

