

6. Kartelishev, A.V., Rumyantseva A.G., Smirnova of N. S. Ozhireniye at children and teenagers. The reasons and modern technologies of therapy and prevention - M.: A binomial - 2013.-279 pages.

7. Krasnoperova, O. I., Smirnova E.N., Chistousova G.V. The factors promoting forming of obesity at children and teenagers//Obesity and a metabolism. - 2013. - No. 1 - 18-21 pages.

8. Petrova, E.A., Shmelyova S.V., Golenkov A.V. Psychology - 2013. - М - RGSU Publishing house. - The textbook with UMO signature stamp - 349 pages.

9. Strizhakov, A.N., Strugatsky V. M., Shakhlamova M. N., Shmelyova S. V. The principles and stages of recovery therapy after pipe pregnancy//Obstetrics and gynecology. – 1996, No. 3, page 9-11.

10. Shmelyova, S. V. Medico-social resettlement. Textbook. For students of the higher educational institutions which are trained in the direction of preparation 040400.62 "Social work" (bachelor) / Moscow, 2013. RGSU publishing house. It is gray. Social formation of the 21st century - 206 pages.

11. Makhov, A.S., Stepanova O.N., Shmeleva S.V., Petrova E.A., Dubrovinskaya E.I. Planning and organization of sports competitions for disabled people: Russian experience//Biosciences Biotechnology Research Asia. 2015. T.12. No. 1. - P.877-886.

МАКЕЕВА В.С.

Орловский государственный

Университет им. И.С. Тургенева, г. Орел

АЛЕКСЕЕВА Н.А.

Российский государственный

социальный университет, г. Москва

ДОПИНГ И ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ

Аннотация. Дается характеристика одной из наиболее актуальных проблем - применения допинга в спорте. Авторами разработана анкета по выявлению отношения к допингу подростков, занимающихся различными видами спорта. В процессе исследования установлен уровень знаний опрошенных респондентов и их отношение к этому явлению.

Ключевые слова: допинг, опрос, отношение, знания о допинге, допустимость в спорте.



MAKEEVA V.S.,

The Orel state

university of I.S. Turgenev, Orel

ALEKSEEVA N.A.

Russian State Social University, Moscow

DOPING AND YOUTH SPORTS

Annotation. The characteristic of one of the most pressing problems pro - doping in sport. The authors developed a questionnaire for the NIJ-identified attitudes towards doping adolescents engaged in various sports. The study established the level of knowledge of the respondents and their attitude to this phenomenon.

Keywords: doping, survey, attitude, knowledge about doping, the admissibility of the sport.

В наши дни спорт - это не только здоровье и радость победы. Спорт – сфера деятельности человека, отличительными особенностями которой являются: состязательный характер спортивной деятельности и направленность на проявление максимальных физических и психических возможностей спортсмена. Но также спорт - это большая политика и большие деньги. А когда речь идет о больших деньгах, трудно оставаться честным до конца. Погоня за славой, денежным вознаграждением, заставляет спортсменов прибегать к стимулирующим средствам, пренебрегая своим здоровьем, проще говоря, употреблять допинг [4, с.28; 7].

Согласно определению МОК, допингом считается введение в организм спортсменов любым путем препаратов, искусственно повышающих работоспособность и спортивный результат.

Как известно, стимулирующие средства (алкоголь, травы и галлюциногенные грибы) использовали еще атлеты Древней Греции. В наши дни применение допинга стало одной из наиболее актуальных проблем в мировом спортивном движении. А в последнее время участились случаи применения запрещенных веществ в детском и молодежном спорте.



В основе проблемы лежит противоречие между тем, что детский спорт должен быть здоровым и честным спортом и тем, что молодые спортсмены употребляют допинг, не задумываясь о последствиях.

Борьба с допингом особенно в детском спорте должна сводиться не только к функциям контроля и наказания. Очень важной составляющей является просветительская и образовательная работа со спортсменами, тренерами, спортивными врачами, детьми. Если ребенок с самого начала своих занятий спортом знает, чем грозит применение допинга, он на него сам никогда не пойдет. Однако нельзя сказать, что на данный момент сделано все, чтобы свести применение допинга к минимуму. Количество проб на допинг должно постоянно увеличиваться, не говоря о том, что до спортсменов нужно постоянно доводить тот факт, что «чудесные препараты» наносят просто огромный ущерб здоровью и могут грозить даже смертью.

Допинг (англ. doping, от dore — давать наркотики), фармакологические средства, способствующие при введении в организм экстренной временной стимуляции его физической и нервной деятельности.

Государство обязано предлагать хорошие условия, чтобы в профессию детского тренера шли достойные люди. Среди взрослых спортсменов и физкультурников в многочисленных фитнес – клубах, к сожалению, также процветает практика подпольного распространения допинговых препаратов. Зачастую этим занимаются безграмотные медики, тренеры и спортсмены – любители, стремящиеся за короткий срок нарастить мышечную массу, улучшить силовые показатели или решить некоторые другие проблемы.

В настоящее время запущен проект «Концепции развития детско-юношеского спорта на 2009-2015 годы». Однако на сегодняшний день полной и достоверной информации об употреблении допинга в детском спорте не имеется, что возможно объясняется не желанием тренеров делиться данной проблемой и деликатностью самой темы. Для борьбы с допингом была создана специальная антидопинговая организация WADA.

Цель и задачи исследования. Целью нашего исследования является изу-



чение отношения к проблеме допинга у юных спортсменов.

Задачи:

1. Изучить проблему по данным теоретических источников.
2. Провести социологический опрос юных спортсменов.
3. Выявить отношение к допингу у детей, занимающихся разными видами спорта.

Методы исследования: анализ литературных источников, метод сбора информации (анкетирование), метод математической статистики.

Организация исследования: метод сбора информации проводился в: ДЮСШ №1 города Новомосковска, колледже ФКиС. На базе ДЮСШ №1 были опрошены: спортивные гимнасты из них 7 мальчиков и 13 девочек, пловцы из них 9 мальчиков и 4 девочки и 20 борцов. В колледже физической культуры были опрошены 10 пловцов из них 7 мальчиков и 3 девочки, а также 20 легкоатлетов из них 5 мальчиков и 15 девочек, 20 футболистов и 20 мальчиков занимающихся тяжелой атлетикой. В опросе приняли участие юноши и девушки в возрасте от 14 до 17 лет. Всего было опрошено 120 человек. Нами была составлена анкета, по выявлению отношения к допингу подростков занимающихся спортом. Анкетирование проводилось во время отдыха спортсменов и было анонимным. Респондентам были объяснены правила заполнения анкеты. Всего было составлено 7 вопросов. К каждому вопросу предлагалось по 3 варианта ответа. Некоторые из вопросов предполагали свои варианты ответа участников опроса.

Для анкеты были составлен ряд вопросов, на которые предложены 3 возможных варианта ответа: а) да; б) нет; в) воздерживаюсь от ответа

Анкета

«Выявление отношения к допингу у юных спортсменов»

- 1) Знаете ли вы что такое допинг?
- 2) Как вы считаете можно ли обойтись без допинга в большом спорте?
- 3) Употребляли ли вы когда – ни будь допинг?



4) Считаете ли вы возможным употребление допинга?

5) Допустим ли допинг в детском спорте?

6) Связываете ли вы свои дальнейшие достижения в спорте с употреблением допинга?

В последнем вопросе предложены 5 вариантов ответов:

7) Как вы считаете, какой из видов спорта наиболее часто подвержен допингу?

а) биатлон

б) легкая атлетика

в) плавание

г) тяжелая атлетика

д) гимнастика

Метод математической статистики заключался в определении количества ответов на вопросы анкеты из предложенных вариантов. Результаты исследования представлены в таблицах №1 и №2.

Результаты исследования и их обсуждение. Изучив тему работы по литературным источникам, результатам опроса тренеров и подростков занимающихся спортом и проанализировав изученное можно констатировать следующее.

Большинство авторов литературных источников считают, что допинг известен с древних времен, но наибольшее распространение он получил в 20 веке [1, 16-18; 2, с.12; 5; 6;7]. В ряде случаев употребление допинга приводит к летальному исходу.

По мнению ученых, допинг ведет к не обратимым изменениям в организме человека. Наиболее тяжелы последствия это нарушения: сердечно сосудистой системы, дыхательной системы, гормональные изменения.

Научные исследования последних лет в области спорта наглядно демонстрируют нам необходимость разработки и внедрения антидопинговой культуры и политики не только среди профессиональных спортсменов, но среди воспитанников детско-юношеских спортивных школ. Прием



анаболических стероидов подростками может вызвать необратимые изменения: прекращение роста длинных костей, ранее половое созревание, явления вирилизации и гинекомастии.

К сожалению, участились случаи, когда отдельные непорядочные или просто безграмотные тренеры в погоне за сиюминутным успехом своих подопечных вводят в их рацион питания биологические добавки, содержащие запрещенные вещества или предлагают откровенный допинг в той или иной форме. Ведь заработная плата и профессиональный статус тренера напрямую зависят от мастерства его учеников. Нанося непоправимый вред здоровью юного спортсмена, подобные «специалисты», кроме всего прочего, воспитывают в нем уверенность в возможности достижения высоких результатов без особого труда, бездумное отношение к своему здоровью, зачеркивают чистоту спортивных идеалов. Многие авторы считают, что наиболее употребляем допинг в биатлоне, тяжелой атлетике и в легкой атлетике. Среди наиболее громких скандалов связанных с употреблением допинга это: скандал с германской легкоатлеткой Хайди Кригер.

Данные анкетирования выявили широкий спектр мнений юных спортсменов, относительно проблемы допинга.

На вопрос знают ли спортсмены что такое допинг 100% гимнастов, борцов, легкоатлетов, тяжелоатлетов, 65% пловцов и 90% спортигровиков дали положительный ответ.

Исследованием выявлено группа поддерживающих допинг. В нее вошли 10% гимнастов, 70% пловцов, 15% борцов, 20% легкоатлетов. Но 100% спортигровиков и 90% гимнастов считают, что допинг в спорте необязателен.

По данным опроса 100% гимнастов, пловцов и спортигровиков никогда не употребляли допинг, но 10% легкоатлетов и 5% борцов принимали допинг, 5% тяжелоатлетов воздержались от ответа.

65% пловцов, 20% борцов, 90% легкоатлетов, 95% тяжелоатлетов, 35% спортигровиков уверены в невозможности достижения высоких спортивных результатов без применения допинга. 100% гимнастов ответили, что



употребление допинга невозможно. 10% тяжелоатлетов, 5% спортигровиков воздержались от ответа.

Большая часть респондентов: 100% гимнастов, 75% пловцов, 90% борцов, 85% тяжелоатлетов и 80% спортигровиков ответили, что допинг в детском спорте не допустим. 10% борцов, 5% спортигровиков воздержались от ответа.

Большинство опрошенных: 100% гимнастов, 70% пловцов, 100% борцов, 85% легкоатлетов, 90% тяжелоатлетов, 90% спортигровиков ответили, что свои спортивные достижения с допингом в дальнейшем не связывают.

И только 5% пловцов, 10% легкоатлетов, 5% спортигровиков признались, что планируют в своей спортивной карьере употреблять допинг; 25% пловцов, 5% легкоатлетов, 10% тяжелоатлетов, 5% спортигровиков воздержались от ответа.

Большинство респондентов ответили, что наиболее часто подвержены допингу это биатлон, легкая атлетика и тяжелая атлетика, на втором плане плавание и гимнастика.

По результатам общего анкетирования спортсменов разных видов спорта получены следующие данные:

1. 81% опрошенных респондентов знают, что такое допинг, 13% не знают и 6% затрудняются ответить.
2. 22, 25% опрошенных считают, что без допинга в большом спорте не обойтись, он не заменим, 72, 25% считают, что без допинга можно обойтись.
3. Большая часть 94% респондентов ответили, что ни когда не употребляли допинг, и 6% признались что применяли допинг.
4. 50% юных спортсменов считают, что употребление допинга возможно для достижения спортивных результатов, 45% считают, что употребление допинга недопустимо, 5% воздержались от ответа.
5. На вопрос допустим ли допинг в детском спорте, 22,25% респондентов ответили да, 71,25% считают, что не допустим и 5% воздержались от ответа.
6. 4% спортсменов связывают свои дальнейшие достижения с употреб-

лением допинга, 87% не планируют связывать свои успехи в спорте с допингом, а 9% воздержались от ответа.

7. Почти все респонденты ответили, что самые популярные виды спорта, такие как: биатлон, легкая атлетика и тяжелая атлетика подвержены употреблению допинга и именно в этих видах наиболее часто возникают допинговые скандалы.

Итак, по результатам общего анкетирования, мы можем констатировать, что допинговая проблема в детском спорте существует (табл.2).

Таблица 2

Результаты анкетирования спортсменов по всем видам спорта

Вопросы	Варианты ответов и количество ответов в %		
	А	Б	В
Знаете ли вы что такое допинг?	111 81%	6 13%	3 6%
Как вы считаете можно ли обойтись без допинга в большом спорте?	90 72,25%	26 22,25%	4 4%
Употребляли ли вы когда – ни будь допинг?	3 5%	116 94%	1 1%
Считаете ли вы возможным употребление допинга?	60 50%	55 45%	5 5%
Допустим ли допинг в детском спорте?	26 22,25%	89 71,25%	5 5%
Связываете ли вы свои дальнейшие достижения в спорте с употреблением допинга?	4 4%	107 87%	9 9%

Ответы на 7 вопрос:

Как вы считаете, какой из видов спорта наиболее часто подвержен допингу?	биатлон	легкая атлетика	плавание	тяжелая атлетика	гимнастика
	112 90%	97 85%;	71 61%	102 87%	67 57%

Примечание: верхняя строчка - количество лиц, ответивших на вопрос, нижняя строчка - % от общего количества участвующих в опросе.

Небольшая часть опрошенных, все же сознались в употреблении допин-



га. А некоторая часть из респондентов считают, что допинг в детском спорте допустим. Большинство спортсменов не связывают жизнь с допингом, потому что знают о последствиях связанных с его употреблением.

Выводы

Изучив состояние темы работы по литературным источникам, результатам социологического опроса, можно сделать следующие выводы:

1) Образовательное направление антидопинговой политики в Российской Федерации требует серьезной дополнительной разработки — большей информированности общества о последствиях употребления допинга.

2) Проблема допинга в детско-юношеском спорте существует. Что говорит, о желании юных спортсменов и особенно их тренеров, любой ценной добиться спортивных результатов.

3) Особо острый вопрос употребления допинга стоит, по мнению юных респондентов в таких видах спорта как: биатлон 90%, легкая атлетика 85% и тяжелая атлетика 87%, авторы литературных источников также считают, что именно в этих видах наиболее часто возникают допинговые скандалы.

Литература

1. Грецов Г.А. Методика профилактики допинга среди молодых спортсменов // Адаптивная физическая культура. № 2 (46), 2011. – СПб., НГУ им. П.Ф.Лесгафта, 2011. – с. 16-18.
2. Дворкин Л.С. Силовые единоборства. Атлетизм, культуризм, пауэрлифтинг, гиревой спорт / Л.С.Дворкин.- Ростов н/Д: Феникс, 2001.-384 с.
3. Рабинер И. Тайны олимпийского золота. Исинбаева, Дементьева и другие / И. Рабинер.- М.: ОЛМА Медиа Групп, 2008.- 384с.
4. <http://ru.wikipedia.org/wiki>
5. <http://www.vidal.ru/patsientam/entsiklopediya/Terapiya/doping.html>
6. <http://www.all-sport.ru/tip/doping/>
7. http://www.sportpharma.ru/s_dop_prob_i_par.htm

References:

1. Grecov G.A. Methods of prevention of doping among young athletes // Adaptivnaya fizicheskaya kul'tura. № 2 (46), 2011. – SPb., NGU im. P.F.Lesgafta, 2011. P. 16-18.
2. Dvorkin L.S. Power Arts. Athleticism, bodybuilding, powerlifting, weightlifting /

L.S.Dvorkin.- Rostov n/D: Feniks, 2001.-384 p.

3. Rabiner I. Secrets of Olympic gold. Isinbayeva, Dementieva and others / I. Rabiner.- М.: OLMA Media Grupp, 2008.- 384p.

4. <http://ru.wikipedia.org/wiki>

5. <http://www.vidal.ru/patsientam/entsiklopediya/Terapiya/doping.html>

6. <http://www.all-sport.ru/tip/doping/>

7. http://www.sportpharma.ru/s_dop_prob_i_par.htm

ТАРАСОВА И.В.

Орловский государственный университет

им. И. С Тургенева, г. Орел

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ ЗДОРОВОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ У СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация. В исследовании формирования мотивации в здоровом стиле жизни старших школьников автор уделила внимание изучению у них ценностных ориентаций, интересов и потребностей. Дается характеристика компонентов, определяющих эффективность формирования мотивации в здоровом стиле жизни. Раскрываются особенности поведенческой составляющей здорового стиля жизни и обучения приемам самоконтроля.

Ключевые слова: физическая активность, стиль жизни, гиподинамия, приемы самоконтроля.

TARASOVA I.V.

Orel State University. I. Turgenev, Orel

PROCEDURE FORMATION OF VALUABLE ORIENTATIONS HEALTHY LIFESTYLE AT THE SENIOR SCHOOLBOYS

Annotation. Healthy lifestyle study of formation of motivation of the senior schoolboys the author drew attention to the study of their value orientations, interests and needs. Characteristics of the components that determine the motivation for the formation of a healthy lifestyle. Features of behavior of the various components of a healthy lifestyle and self-learning methods.

Keywords: physical activity, lifestyle, lack of physical exercise, self-monitoring methods.

