

2. Не всегда соблюдалась правильная последовательность действий при оказании первой помощи.
3. Студенты испытывали трудности при наложении повязки-косынки.
4. При проведении иммобилизации, моделирование шины проводили на поврежденной конечности.
5. При наложении шины не использовали мягкий изолирующий материал между шиной и конечностью.

ВЫВОДЫ

Таким образом, преимуществом данного метода обучения является активное участие всей студенческой группы и приобретение опыта работы в экстремальных полевых условиях. Использование методов игровой технологии с элементами импровизации, моделированием ситуаций, облегчит студентам изучение дисциплины «Основы Медицинских Знаний» и должно способствовать совершенствованию навыков оказания первой помощи при неотложных состояниях. Подобные соревнования дают возможность повысить качество образования, уровень подготовки кадров в области физической культуры и спорта с учетом требований национальной системы квалификаций.

ЛИТЕРАТУРА

1. Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации : Федеральный закон № 323 от 21 ноября 2011г. (ред. от 03.08.2018)// Министерство здравоохранения РФ : [сайт]. – URL: <https://minzdrav.gov.ru/documents/7025-federalnyy-zakon-323-fz-ot-21-noyabrya-2011-g> (дата обращения: 13.05.2022).

2. Алёхин Г.Г. Первая помощь как особый вид помощи / Г.Г. Алёхин. // Молодой ученый. – 2018. – № 43 (229). – С. 31–32. – URL: <https://moluch.ru/archive/229/53396/> (дата обращения: 13.05.2022).

REFERENCES

1. Ministry of Health of the Russian Federation (2011), “About the main principals of citizens health security in Russia Federation”, *Federal order of № 323, 2011/11/21*, available at: <https://minzdrav.gov.ru/documents/7025-federalnyy-zakon-323-fz-ot-21-noyabrya-2011-g> (accessed 13.05.2022).

2. Alehin, G.G. (2018), “The first aid as a special Kind”, *Young scientist*, No 43 (229), pp. 31–32, available at: <https://moluch.ru/archive/229/53396/> (date accessed 13.05.2022).

Контактная информация: i.bolotova@lesgaft.spb.ru

Статья поступила в редакцию 04.07.2022

УДК 796.81

**ОБ ОСОБЕННОСТЯХ ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКИХ ВУЗОВ
РОССИИ К ЗАНЯТИЯМ СПОРТИВНОЙ БОРЬБОЙ И О ГЛУБИНЕ ИХ
ПОЗНАНИЙ В ОБЛАСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**
*Петр Владимирович Бородин, кандидат педагогических наук, доцент, Татьяна Влади-
мировна Моор, кандидат педагогических наук, доцент, Валерия Олеговна Ярошенко,
старший преподаватель, Дальневосточный государственный медицинский университет,
г. Хабаровск; Вячеслав Григорьевич Тютюков, доктор педагогических наук, профессор,
Дальневосточная государственная академия физической культуры, г. Хабаровск; Андрей
Викторович Захаров, кандидат педагогических наук, доцент, Дальневосточный юридиче-
ский институт МВД РФ, г. Хабаровск; Александр Емельянович Павлов, доктор педаго-
гических наук, доцент, Бурятский государственный университет имени Доржи Банзаро-
ва, г. Улан-Удэ*

Аннотация

В статье представлены результаты анкетирования студентов, обучающихся в медицинских вузах России и занимающихся спортивной борьбой. Данное опросное исследование было осуществлено во время проведения всероссийских ведомственных соревнований по дзюдо. Предназначение этого исследования состояло в получении информации, касающейся отношения данной категории респондентов к занятиям спортивной борьбой, организуемым в системе физического воспитания медицинских вузов, расположенных в разных регионах страны, в определении направлений его возможного совершенствования для повышения их «физкультурной образованности». Были получены ответы на вопросы, касающиеся особенностей проведения тренировочного процесса по спортивной борьбе, в том числе и во время самоизоляции, вызванной новой коронавирусной инфекцией (COVID-19).

Ключевые слова: медицинские вузы, студенты занимающиеся борьбой, анкетирование, учебная деятельность, учебно-тренировочный процесс.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2022.8.p37-45

ABOUT THE PECULIARITIES OF THE ATTITUDE OF STUDENTS OF MEDICAL UNIVERSITIES OF RUSSIA TO SPORTS FIGHTING AND ABOUT THE DEPTH OF THEIR KNOWLEDGE IN THE FIELD OF PHYSICAL AND SPORTS ACTIVITY

Peter Vladimirovich Borodin, the candidate of pedagogical sciences, docent, Tatyana Vladimirovna Moore, the candidate of pedagogical sciences, docent, Valeria Olegovna Yaroshenko, the senior teacher, Far State Medical Eastern Federal University, Khabarovsk; Vyacheslav Grigoryevich Tyutyukov, the doctor of pedagogical sciences, professor, Far East State Academy of Physical Culture, Khabarovsk; Andrey Viktorovich Zakharov, the candidate of pedagogical sciences, docent, Far Eastern Law of the Russian interior Ministry, Khabarovsk; Aleksandr Emel'yanovich Pavlov, the doctor of pedagogical sciences, docent, Buryat State University named after Dorzhi Banzarov, Ulan-Ude

Abstract

The article presents the results of the survey of students studying in medical universities in Russia and engaged in wrestling. This survey was conducted during the All-Russian departmental competitions in judo. The purpose of this study was to obtain information regarding the attitude of this category of respondents to wrestling classes organized in the system of physical education of medical universities located in different regions of the country, to determine the directions for its possible improvement to improve their "physical education". Answers were received to questions regarding the specifics of the training process, its content and intensity in everyday life and during self-isolation caused by a new coronavirus infection (COVID-19).

Keywords: medical universities, students involved in wrestling, questioning, educational activities, educational and training process.

ВВЕДЕНИЕ

Последние два десятилетия по праву можно считать периодом бурного развития научно-технической индустрии, а точнее цифровых (компьютерных) технологий, как в нашей стране, так и во всем мире, которая охватила все отрасли жизнедеятельности общества. Роботизация и компьютеризация навсегда изменили и облегчили жизнь каждого человека. Однако, с другой стороны, произошла негативная трансформация человечества, прежде всего его бытия на ментальном уровне. В особенности такая картина отчетливо наблюдается у молодых людей, не мыслящих свою жизнь без компьютеров, телефонов и гаджетов, на которые они тратят все свободное время. Таким образом, молодежь меньше стала активно «двигаться» (заниматься физической культурой и спортом), и это отрицательно сказалось на уровне их физического здоровья. Многочасовое присутствие за компьютерными играми, просмотрами разного рода информации и виртуальным общением с помощью мобильного устройства в течение всего дня, в котором чаще всего отсутствуют барьеры этических норм, негативно отразились на уровне их психического и духовного

здоровья, морально-нравственных ценностей, воспитания и культуры [3, 8, 10].

Не находясь в стороне от этих проблем и студенты медицинских и фармацевтических вузов России. У более 30% абитуриентов, поступающие в вышеуказанные вузы имеются различные отклонения со стороны здоровья. В исследованиях, выполненных В.Б. Мандриковым (2002), С.А. Моисеенко (2006), Е.Н. Селюжицкой (2008), В.Д. Прошляковым, А.С. Никитиным (2015), П.В. Бородиным, (2017, 2021), А.В. Доронцевым (2017), В.Д. Прошляковым, Т.И. Толстой (2017), Каеровой с соавторами (2019), А.А. Светличной, А.В. Доронцевым (2020) и Н.Н. Царевым (2020), отмечается отрицательная тенденция снижения из года в год уровня здоровья и физической подготовленности студентов-медиков. Главной причиной такого положения является то, что на протяжении всех лет обучения в медицинском вузе, студенты не всегда соблюдают режим учебной работы, питания, сна и отдыха [1, 3, 4, 6–12, 14]. Также на уровень физического здоровья студентов медицинских вузов России отрицательно повлияли периоды самоизоляции (ограничения), вызванной новой коронавирусной инфекцией (COVID-19). В работе А.В. Соколовой с соавторами (2021) установлено, что во время дистанционного обучения у студентов одного из дальневосточных медицинских вузов наблюдалось резкое снижение активной двигательной деятельности [13]. Лишь для немногих из них ведение активной двигательной деятельности становится жизненной необходимостью [1, 3].

Однако, с окончанием профильного вуза молодой врач, приступая к своей трудовой деятельности должен быть эмоционально устойчивым, физически и психически выносливым, иметь хорошо развитую моторику кистей рук и обладать достаточной статической и динамической силой отдельных мышечных групп и т.д. Так, в работе П.В. Бородина (2017) отмечена положительная динамика роста вышеперечисленных качеств у данной категории людей за счет использования средств и методов спортивной борьбы в процессе физического воспитания в медицинском вузе. Автор считает, что спортивная борьба является уникальным «инструментом» для развития вышеуказанных компонентов для будущей профессиональной деятельности и формирования ключевых знаний в области основ спортивной педагогики и смежных дисциплин. О том, что спортивная борьба находит широкое применение в системе отечественного физического воспитания, свидетельствуют научные труды В.М. Игуменова, А.И. Завьялова, С.В. Калмыкова, А.А. Карелина, А.Н. Купцова, Д.Г. Миндиашвили, Г.С. Туманяна, Ю.А. Шахмурадова и др. Авторы работ отмечают профессионально-прикладную значимость спортивной борьбы в связи с наличием в ее арсенале большого разнообразия упражнений [4]. Следует иметь в виду и то, что выпускники медицинских вузов должны обладать определенным уровнем «физкультурной образованности», которую они должны реализовывать в своей будущей профессиональной деятельности [2].

Среди студенчества медицинских вузов страны весьма популярны ведомственные всероссийские спортивно-массовые соревнования по вольной борьбе и дзюдо [2]. О последнем из них (всероссийском чемпионате по дзюдо) и пойдет речь, во время которого было проведено анкетирование среди участников соревнований по ряду вопросов, касающихся особенностей проведения учебно-тренировочного процесса по спортивной борьбе в медицинских и фармацевтических вузах России.

МЕТОДИКА

Анкетирование избранной категории респондентов было проведено с 17 по 18 апреля 2022 г. в городе Рязань, во время VI всероссийского чемпионата по дзюдо среди студентов медицинских и фармацевтических вузов России. В опросе приняло участие 76 респондентов, которые представили следующие вузы: РНИМУ им. Пирогова (г. Москва), РязГМУ им. академика И.П. Павлова (г. Рязань), СтГМУ (г. Ставрополь), КубГМУ (г. Краснодар), БГМУ (г. Уфа), ИГМА (г. Ижевск), Тюменский ГМУ (г. Тюмень), КГМУ (г. Казань), СГМУ имени В.И. Разумовского (г. Саратов) и ДВГМУ (г. Хабаровск). Средний возраст участников всероссийского турнира составил $20,06 \pm 2,5$ лет.

Добавим, что подобное исследование было проведено в городе Махачкале с 24 по 26 октября 2019 г. во время всероссийского турнира по вольной борьбе среди студентов медицинских и фармацевтических вузов России. Основной целью того исследования состояло в получении информации, касающейся отношения студентов-медиков, занимающиеся борьбой, к учебно-тренировочному процессу и определения у них познаний в области теории и методики подготовки борцов [2]. В этой же статье дополнительно было уделено внимание еще и вопросам, касающимся особенностей проведения тренировочного процесса во время самоизоляции, вызванной новой коронавирусной инфекцией COVID-19.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

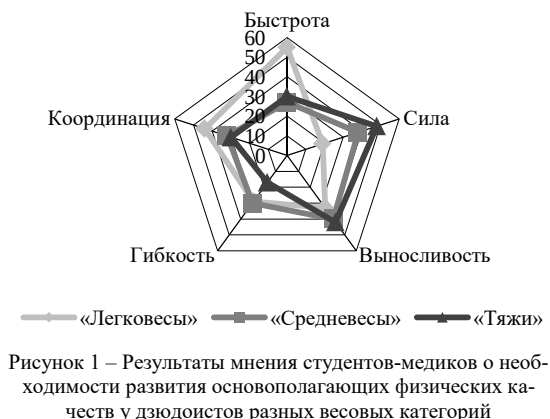
В результате обработки данных анкетирования было определено, что 64% респондентов являются представителями дзюдо, 23% опрошенных студентов-медиков занимаются борьбой самбо и 13% обучающихся – вольной и греко-римской борьбой. Общий стаж занятий единоборствами участников турнира составил $6,35 \pm 2,01$ лет. Из общего числа опрошенных 63% респондентов являются спортсменами первого разряда, 30% кандидатами в мастера спорта Российской Федерации. Спортивное звание «Мастер спорта России» имеют 7% респондентов. Данный вопрос не подразумевал подробную детализацию присуждения спортивной квалификации (спортивных разрядов и званий) по какому-нибудь виду спортивной борьбы.

Полноценно совмещать учебу в медицинском вузе с занятиями спортивными единоборствами могут 56% участников всероссийского турнира по дзюдо. Одновременно с этим 26% опрошенных студентов указали на то, что это возможно, но только при достаточном уровне базовой общеобразовательной подготовленности, а 18% респондентов отметили, что это возможно, при наличии базового среднего профильного (медицинского или фармацевтического) образования.

Далее, 64% студентов утвердительно ответили, что смогут организовать и провести полноценное занятие по виду спортивной борьбы, которым они занимаются. После изучения специализированной литературы, 25% респондентов смогут провести учебно-тренировочное занятие по спортивному единоборству, а 11% участников всероссийского турнира по дзюдо затруднились ответить на поставленный вопрос. Дополнительно к этому, было определено, что самостоятельно смогут составить комплекс утренней гигиенической гимнастики и рациональную диету, дать консультацию по закаливанию организма, сделать массаж другому лицу или самомассаж 94, 92 и 89% студентов-спортсменов соответственно.

Отвечая на один из вопросов анкеты, респонденты должны были определить оптимальный объем недельной тренировочной нагрузки, который приемлем для студентов-медиков, занимающихся борьбой. Так, до 48% респондентов полагают, что даже в неспециализированном вузе заниматься борьбой следует примерно 4 раза в неделю. Такое расписание тренировочных занятий считают приемлемым студенты медицинских вузов Ставрополя, Краснодар, Уфы и Хабаровска. При этом 41% респондентов указали на то, что оптимальным было бы посещать тренировки 3 раза в неделю. Тренироваться по 5 раз в неделю и более считают 7 и 4% студентов соответственно. Подавляющее большинство студентов (96%) считают, что тренировочное занятие должно по времени проходить от 1,5 до 2 часов.

Основная масса исследуемых студентов указали, что быстрота, сила и выносливость являются основополагающими физическими качествами для борцов. Однако участники опроса считают, что у представителей «легковесов» (легких весовых категорий) преимущественно нужно развивать быстроту и координацию, у «средневесов» и «тяжелых» – силу и выносливость (рисунок 1).



студентов-борцов выполняют удержание сбоку за шею или туловище, а также обратное удержание сбоку с захватом руки и плеча. Болевые (в основном на руку) и удушающие приемы чаще всего предпочитают выполнять 33% студентов. Манера (стиль) ведения борьбы у 55% испытуемых – атакующая, а у 45% – контратакующая.

Далее было выявлено наличие у участников соревнований по дзюдо познаний в области основ спортивной тренировки борцов. Так 92% испытуемых отмечают, что их наставники (педагоги-тренеры) на всех этапах тренировочного процесса гармонично реализуют различные методические положения ведущих отечественных и зарубежных школ борьбы. При этом у них сложилось мнение, что лучше всего развивать и совершенствовать общую физическую подготовленность (ОФП) в переходном периоде (40% времени от общего его числа, затрачиваемого на тренировки), а специальную физическую подготовку (СФП) – в предсоревновательном и соревновательном периодах, планируя на каждом из них по 30% тренировочного времени. Совершенствованию технико-тактической подготовки (ТТП) больше всего уделяется внимание на тренировках предсоревновательного периода, а теоретической и психологической подготовки (ТиПП) – в соревновательном периоде (рисунок 2).

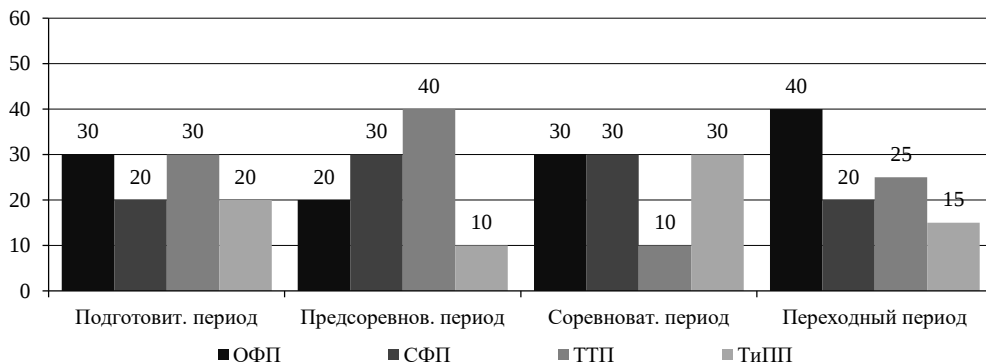


Рисунок 2 – Распределение видов подготовки по периодам тренировочного цикла у борцов медицинских вузов (в %)

Ввиду достаточно большого числа случаев, связанных с отстранением российских спортсменов из-за реальных и надуманных нарушений антидопинговых правил, нас заинтересовало отношение респондентов к приему в спорте запрещённых препаратов, способов и методов, повышающих спортивные результаты. Так, 81% участников исследования ответили, что международные и общероссийские антидопинговые правила должны всенепре-

менно соблюдаться. Тем не менее, 11% студентов указали, что соблюдение антидопинговых правил необходимо лишь в профессиональном спорте, а 8% респондентов указали, что применение запрещенных препаратов возможно в системе медико-восстановительных мероприятий. Всем участникам опросного исследования (100%) известно, что спортсмены, которые применяют запрещенные препараты нарушают олимпийский принцип честной игры, (создаются неравные условия перед честными спортсменами), к тому же допинг оказывает побочный эффект на весь организм. Вдобавок было выявлено, какой процент испытуемых студентов используют для улучшения своих спортивных результатов биологические активные добавки. Так, 17% студентов-борцов в своей спортивной деятельности используют аминокислоты, углеводно-белковые смеси и изотонические напитки, 34% – витаминно-минеральные комплексы, а 7% спортсменов одновременно используют и то, и другое. Не используют спортивные добавки 42% респондентов.

После была получена информация о том, как участники всероссийского турнира по дзюдо видят решение проблемы, касающейся организации и содержания тренировочного процесса во время пандемии. Общеизвестно, что во время дистанционного и гибридного обучения, вызванного новой коронавирусной инфекцией (COVID-19), большинство студентов медицинских вузов России были привлечены на помощь в медучреждения [5]. Так, 91% студентов-борцов получили свое «боевое крещение» в инфекционных (ковидных) отделениях больниц, скорой медицинской помощи, детских и взрослых поликлиниках. Среди них 53% респондентов в указанный период трудились в качестве среднего медицинского персонала (медбрат), 18% – младшего медицинского персонала (санитар), а 15% были вовлечены в волонтерское движение по просвещению населения достоверной информацией о заболевании COVID-19 и федеральную «горячую линию 122». Лишь 9% медиков-борцов не были вовлечены в работу в «красной зоне».

Было выявлено, что, несмотря на все ограничения, вызванные COVID-19, 42% опрошенных студентов полагают о возможном продолжении тренировочного процесса (3 раза в неделю и более), но с соблюдением всех правил, которые требуются во время пандемии. Тем не менее, 58% респондентов считают, что в этот период времени можно пренебречь активными занятиями борьбой (менее 3 раз в неделю) ввиду большой умственной и физической нагрузки, вызванной учёбой в вузе и работой в медицинских учреждениях в «красной зоне», а также большого риска заражения новой коронавирусной инфекцией.

Установлено, что до улучшения эпидемиологической обстановки целесообразно проводить тренировочные занятия в лесопарковой зоне с целью поддержания базовой подготовки борца (общего уровня функционального состояния и физической подготовленности), и на это указало 53% опрошенных студентов. По их мнению, в этот период времени нужно выполнять бег на длинные дистанции (до 10 км) и упражнения для развития физических качеств с помощью «уличных тренажеров» (турник, брусья и т.п.), упражнения для развития взрывной силы (прыжки и бег на короткие дистанции), отжимания, приседания с весом, подъем туловища вперед из положения лежа на спине т.п. С помощью резинового амортизатора нужно выполнять отработку имитационных технико-тактических действий борца. Однако 42% респондентов допускают возможности продолжения тренировочного процесса в борцовском зале, несмотря на пик заболеваемости COVID-19. Для этого, как они считают, каждый борец должен пройти вакцинацию, выдержать указанный срок от воздержания физических нагрузок и приступить к тренировкам или полностью восстановиться после перенесения заболевания с предъявлением установленной справки. Оставшиеся 5% студентов считают, что в указанный выше период, нужно проводить тренировки в домашних условиях. Для поддержания формы они предлагают выполнять ОРУ, упражнения для развития силы с использованием резинового амортизатора, гантелей, гири и гибкости с помощью гимнастического коврика, степ-платформы, скамьи и т. п. В этом случае содержание, дозировка и интенсивность «домашней тренировки» должна контролироваться тренером с использованием информационных компьютерных сервисов (к примеру, Cisco

Webex Meeting) или мобильных приложений (WhatsApp, Telegram).

Вне зависимости от того, какая система пострадала (бронхолегочная, сердечно-сосудистая, центральная и периферическая нервная системы, желудочно-кишечный тракт и т. д.), после выздоровления от коронавирусной инфекции 39% респондентов смогут самостоятельно проводить комплекс реабилитационных мероприятий. Однако 32% опрошенных допускают, что смогут выполнять подобные мероприятия, но после консультации узких специалистов и инструкторов, а 29% – будут выполнять реабилитационные мероприятия только в специализированных учреждениях.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное исследование среди студентов медицинских вузов России, занимающихся спортивными видами единоборств, позволило выявить ряд вопросов, касающихся организации их учебно-тренировочного процесса. Выявлено, что целесообразно проводить тренировочные занятия 3 раза в неделю с продолжительностью не более 2 часов. Данный график тренировок окажет положительное воздействие на качество учебной деятельности студентов-медиков. В содержании занятий на разных этапах тренировочного процесса необходимо давать сбалансированную, но индивидуализированную нагрузку в зависимости от подготовки спортсмена и периода учебного года. Участники всероссийского турнира по дзюдо обладают базовыми знаниями в области основ спортивной тренировки борцов. Уровень их спортивной подготовки следует считать достаточно высоким, он существенно отличается (в лучшую сторону) от начинающих борцов, они владеют достаточно обширным технико-тактическим арсеналом. Основная масса опрошенных студентов смогут самостоятельно провести тренировку по борьбе и оказать консультативную помощь по вопросам ЗОЖ.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анализ показателей уровня физического развития и физической подготовленности студентов Дальневосточного государственного медицинского университета / П.В. Бородин, Т.В. Моор, Н.А. Цуман, В.Г. Тютюков, А.А. Небураковский, А.В. Захаров // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 9 (199). – С. 44–50.
2. Особенности отношения студентов-медиков, занимающихся спортивной борьбой к учебно-тренировочной деятельности и состояние их «физкультурной» образованности / П.В. Бородин, В.Г. Тютюков, А.А. Небураковский, А.В. Захаров, В.А. Клименко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 2 (180). – С. 58–63.
3. О состоянии физического развития и физической подготовленности студентов медицинских вузов России / П.В. Бородин, С.А. Моисеенко, В.О. Ярошенко, В.Г. Тютюков, А.А. Небураковский, А.Л. Крамаренко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 9 (199). – С. 36–44.
4. Бородин, П.В. Совершенствование методики физического воспитания студентов медицинского вуза на основе использования информационных технологий : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Бородин Петр Владимирович. – Улан-Удэ, 2017. – 26 с.
5. «Глобальный бой»: как студенты медицинских вузов прошли через COVID-19 // ТАСС.RU : [сайт]. – URL: <https://tass.ru/obschestvo/8761485> (дата обращения: 31.07.2022).
6. Доронцев А.В. Показатели физической подготовленности и уровень функциональных резервов у первокурсников астраханского государственного медицинского университета / А.В. Доронцев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 5 (147). – С. 34–37.
7. Каерова Е.В. Диагностическое тестирование физической подготовленности и параметров физического здоровья студентов первого курса медицинского вуза / Е.В. Каерова, А.А. Шестёра, И.С. Степанова, Е.А. Козина // Современные проблемы науки и образования. – 2019. – № 1. – URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=28473> (дата обращения: 20.08.2021).
8. Мандриков В.Б. Методология профилирования физического воспитания студентов медицинских вузов в: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Мандриков Виктор Борисович. – Волгоград, 2002. – 40 с.

9. Моисеенко С.А. Совершенствование процесса физического воспитания студентов медицинских вузов на основе дополнительных занятий профессионально-прикладной направленности : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Моисеенко Светлана Александровна. – Хабаровск, 2006. – 21 с.
10. Прошляков В.Д. О необходимости формирования у студентов медицинского вуза мотивации к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой и спортом / В.Д. Прошляков, А.С. Никитин // Российский медико-биологический вестник академика И.П. Павлова. – 2015. – № 4. – С. 121–125.
11. Светличина А.А. Особенности планирования уровня физических нагрузок у студентов специальной медицинской группы «А» имеющих сочетанные заболевания сердечно-сосудистой системы и вертебральной области / А.А. Светличина, А.В. Доронцов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 1 (179). – С. 245–250.
12. Селюжицкая Е.Н. Методика повышения физического состояния студенток медицинского вуза, имеющих низкий уровень мотивации к физкультурной деятельности : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Селюжицкая Елена Николаевна. – Хабаровск, 2008. – 23 с.
13. Двигательная активность как один из компонентов здоровья в период дистанционного обучения / А.В. Соколова, Г.А. Могильченко, З.В. Ригель, А.С. Варнина // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 6 (196). – С. 299–303.
14. Царев Н.Н. Динамика морфофункциональных показателей психофизического состояния студентов медицинского института и его оптимизация средствами физической культуры : автореф. дис. ... канд. мед. наук / Царев Николай Николаевич. – Москва, 2020. – 23 с.

REFERENCES

1. Borodin, P.V., Moore, T.V., Tsuman, N.A., Tyutyukov, V.G., Neburakovsky, A.A. and Zakharov, A.V. (2021), "Analysis of indicators of the level of physical development and physical fitness of students of the Far Eastern State Medical University ", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 199, No 9, pp. 44–50.
2. Borodin, P.V., Tyutyukov, V.G., Neburakovsky, A.A., Zakharov, A.V. and Klimenko, V.A. (2020), "Features of the attitude of medical students involved in wrestling to educational and training activities and the state of their "physical culture" education", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 180, No 2, pp. 58–63.
3. Borodin, P.V., Moiseenko, S.A., Yaroshenko, V.O., Tyutyukov, V.G., Neburakovsky, A.A. and Kramarenko, A.L. (2021), "On the state of physical development and physical fitness of students of medical universities in Russia", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 199, No 9, pp. 36–44.
4. Borodin, P.V. (2017), *Improving methods of physical education of medical students based on the use of information technologies*, dissertation, Ulan-Ude.
5. "Global fight": how medical students got through COVID-19, available at: <https://tass.ru/obschestvo/8761485> (accessed: 31 July 2022).
6. Dorontsev, A.V. (2017), "Indicators of physical fitness and the level of functional reserves in first-year students of the Astrakhan State Medical University", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 147, No 5, pp. 34–37.
7. Kaerova, E.V., Shestera, A.A. and Kozina, E.A. (2019), "Diagnostic testing of physical fitness and parameters of physical health of first-year medical university students", *Modern problems of science and education*, available at: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=28473> (accessed: 20.08.2021).
8. Mandrikov V.B. (2002), *Methodology for profiling physical education of medical students*, dissertation, Volgograd.
9. Moiseenko S.A. (2006), *Improving the process of physical education of medical students on the basis of additional classes of professional and applied orientation*, dissertation, Khabarovsk.
10. Proshlyakov, V.D. and Nikitin, A.S. (2015), "On the need to form motivation for a healthy lifestyle and physical culture and sports among students of a medical university", *Russian Medical and Biological Bulletin of Academician I.P. Pavlov*, No 3, pp. 121–125.
11. Svetlicina, A.A. and Dorontsev, A.V. (2020), "Features of the planning level of physical activity of students of special medical group "A" with concomitant cardiovascular disease and vertebral region", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 179, No 1, pp. 245–250.
12. Selyuzhitskaya E.N. (2008), *Methodology for improving the physical condition of female students of a medical university with a low level of motivation for physical activity*, dissertation, Khabarovsk.
13. Sokolova, A.V. Mogilchenko, G.A., Rigel, Z.V. and Varnina, A.S. (2021), "Motor activity as one of the components of health during distance learning", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol.

196, No 6, pp. 299–303.

14. Tsarev, N.N. (2020), *Dynamics of morphofunctional indicators of the psychophysical state of students of the medical institute and its optimization by means of physical culture*, dissertation, Moscow.

Контактная информация: Borodinpetr@mail.ru

Статья поступила в редакцию 17.08.2022

УДК 37.013:796.81

ОБОСНОВАНИЕ КОМПЛЕКТОВАНИЯ ГРУПП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ С СЕМИ ЛЕТ

Николай Анатольевич Вареников, кандидат педагогических наук, доцент, Сергей Сергеевич Сандраков, преподаватель, Олег Владимирович Губин, старший преподаватель, Григорий Петрович Стазаев, доцент, Воронежская государственная академия спорта, Воронеж; Алексей Викторович Полуян, кандидат педагогических наук, доцент, Военный учебно-научный центр военно-воздушных сил «Военно-воздушная академия» им. Профессора Н.Е. Жуковского и Ю.А. Гагарина г. Воронеж

Аннотация

На сегодняшний день существует огромное количество секций единоборств куда можно отдать ребенка с четырех лет, однако в секции спортивной борьбы набирают только с десяти лет. Ранний набор в современном обществе обусловлен ускоренным физическим и умственным созреванием детей. Так же сегодня существует проблема зависимости детей от гаджетов, поэтому если не привить любовь спорту с раннего детства, то к десяти годам его уже не увлечет спортом. При начале занятий спортивной борьбой с семи лет основными рисками являются осевые нагрузки на неокрепший позвоночник ребенка, связанной с поднятием соперника и тяжестей. Уделение особого внимания страховкам и само страховкам при бросках со стойки, где нужно делать акцент на правильной группировке во время падения, обращать особое внимание на формирование пар по примерно одинаковому уровню развития.

Ключевые слова: спортивная борьба, спортивный отбор.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2022.8.p45-48

RATIONALE FOR COMPOSITION OF INITIAL TRAINING GROUPS IN WRESTLING FROM THE AGE OF SEVEN

Nikolai Anatolyevich Varenikov, the candidate of pedagogical sciences, docent, Sergey Sergeevich Sandrakov, the teacher, Oleg Vladimirovich Gubin, the senior teacher, Grigory Petrovich Stazaev, the docent, Voronezh State Academy of Sports, Voronezh; Aleksey Viktorovich Poluyan, the candidate of pedagogical sciences, docent, Military Educational and Scientific Center "Air Force Academy named after. Professors N.E. Zhukovsky and Y.A. Gagarin", Voronezh

Abstract

To date, there are a huge number of martial arts sections, which your child can join from the age of four. However, in the wrestling section, they recruit only from the age of ten. Early recruitment in modern society is due to the accelerated physical and mental maturation of children. In addition, there is a problem of children's addiction to gadgets, so if you do not instill love for sports from early childhood, then by the age of ten you will not be able to captivate the child with sports. When starting wrestling from the age of seven, the main risks are axial loads on the child's fragile spine, associated with lifting an opponent and weights. The coach should pay special attention to the belays and self-belays when throwing from the stand, where you need to focus on the correct grouping during the fall, pay special attention to the formation of pairs at approximately the same level of development.

Keywords: wrestling, sports selection.