

**УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА
СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,
СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**МАТЕРІАЛИ VI ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ
17-18 листопада 2022 року**

Одеса
Букаєв Вадим Вікторович
2022

УДК 370.15+371.302.81+613

C916

*Друкується згідно з рішенням Вченої ради Державного закладу
“Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського”*

Протокол № 5 від 24.11.2022

Джуринський П. Б. доктор педагогічних наук, професор, директор навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації, Університету Ушинського – голова оргкомітету;

Башавець Н. А. доктор педагогічних наук, професор кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського; заступник – голови оргкомітету;

Дразіна Є. В. кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Р. Урбан, професор, Голова вченої ради Інституту фізичної культури Щецинського університету (Польща);

М. Крету, професор, факультет фізичного виховання та спорту, Університет Пітешті (Румунія);

Афтімічук О. Є. доктор педагогічних наук, професор. ДУФВіС (м. Кишинів, республіка Молодова);

Ігнатенко С. О. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Дроздова К. В. кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського.

Кучеренко Г. В. кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського.

Богатов А. О. викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського.

Рецизенти:

Соколова Ганна Борисівна – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри дефектології та фізичної реабілітації, в.о. декана медичного факультету Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського».

Кошура Андрій Вікторович - Кандидат педагогічних наук Доцент кафедри медицини катастроф та військової медицини Буковинський державний медичний університет Чернівці

Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини
C916 : матеріали VI інтернет-конференції (м. Одеса, 17-18 листопада
2022р.). – Одеса. : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2022. – 221 с.

У збірнику матеріалів конференції розглянуті всебічні аспекти організації занять з фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

At the conference proceedings are considered comprehensive aspects of physical education and sports.

УДК 370.15+371.302.81+613.7

© Заклад вищої освіти
«Університет Ушинського», 2022

діяльність спортивних клубів – це виконання суб'єктом історично-конкретних суспільних функцій, необхідних для існування та розвитку суспільної системи.

Для організації діяльності спортивних клубів необхідно дотримуватися таких принципів оптимізації: відповідність; економічність; регламентність; самоконтроль; інтегральність; адаптивність.

Література:

1. Заїченко Л.І. Спортивний клуб в умовах комерціалізації: організаційно-правова форма: [Наукова доповідь]. Х: Юрайт, 2015. 144 с.

2. Куроченко І. Правові, організаційні та методичні засади фізичної культури і спорту в Україні: навчальний практикум. Ірпінь: Видавництво Національного університету ДПС України, 2016. 596 с.

3. Стахів І. М. Регулювання ринку спортивно-оздоровчих послуг в Україні: монографія. Львів: УП, 2017. 200 с.

4. Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження Стратегії розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року» від 4 листопада 2020 р. №1089. Київ. Доступно: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1089-2020-%D0%BF#Text>

ДОПІНГ У СПОРТІ ТА ЙОГО ПОШИРЕННЯ СЕРЕД ГРУП РИЗИКУ

Артем'єва Л. О. Джуринський П. Б.

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», м. Одеса, Україна

Актуальність. Зараз допінг став глобальною проблемою, яка супроводжує міжнародні спортивні події в усьому світі. Міжнародні спортивні федерації на чолі з Міжнародним олімпійським комітетом протягом останніх років намагалися зупинити поширення цієї проблеми, але безрезультатно. Очікувалося, що завдяки освітнім програмам, тестуванню та підтримуючому медичному лікуванню ця поведінка зловживання психоактивними речовинами зменшиться. На жаль, цього не сталося. Насправді професійні спортсмени зловживають новими, потужнішими та невиявленими допінговими методами та речовинами, а також розвинули складні мережі розповсюдження. Професійні спортсмени часто є зразком для наслідування підлітків і молоді, які часто імітують їхню поведінку, включаючи зловживання наркотиками.

Кредо Олімпіади говорить: «В іграх головне не перемога, а участь. Головне не перемогти, а добре боротися». Якою б благородною не була ця мета, вона має мало спільного з реальністю сучасного спортивного світу. Спортсмени винагороджуються за перемоги практично на всіх рівнях змагань.

Друге місце розглядається як «перший програш». Враховуючи цю реальність, не дивно, що спортсмени та тренери жертвуватимуть і ризикуватимуть чимало, щоб отримати конкурентну перевагу та підвищити продуктивність будь-якою ціною. Підвищення результативності в олімпійському та професійному спорті тепер стало медичною, етичною та правовою проблемою для сучасних спортсменів та спортивних організацій.

Насамперед це пов'язано з кількістю грошей, які отримуються з перемогою в сучасній спортивній індустрії. Багатомільйонні контракти, гонорари за виступи, міжнародне схвалення та спортивний мерчандайзинг становлять мільярдну індустрію, яка пропонує сьгоднішнім спортсменам, їхнім спонсорам та оточенню нечувані раніше фінансові прибутки.

Підвищення спортивних результатів можна досягти за допомогою різних дієт, тренувань і наполегливої праці. Однак цього можна досягти з часів давніх змагань за допомогою різноманітних фізіологічних, механічних і фармакологічних методів допінгу. Зі збільшенням грошових призів і винагороди за перемогу зросло зловживання методами підвищення ефективності.

Сьогодні жоден вид спорту не позбавлений шахрайства з використанням незаконного підвищення продуктивності. Керуючись мільйонами доларів, які зараз регулярно доступні для перемоги у спортивних змаганнях, неетичні фармацевти, медичні працівники, тренери та спортивні організації таємно, а часом і без згоди своїх спортсменів, працюють над розробкою складних допінгових програм, які оптимізували б результативність, часто навіть ризикуючи здоров'ям спортсменів. Тепер ці самі допінгові програми переміщуються з ринку професійного спорту до нашої молоді та інших груп ризику з тривожною швидкістю.

Існує кілька сотень форм відомих і потенційно більш невідомих допінгових речовин і методів, якими зловживають професійні спортсмени в усьому світі. Препарати для підвищення продуктивності не є унікальними для сучасних спортивних змагань. Гриби, рослини та суміші вина та трав використовувалися давньогрецькими олімпійськими спортсменами та римськими гладіаторами, які змагалися в Цирку Максимус, починаючи з 776 року до нашої ери.

Різні рослини використовувалися через їхній стимулюючий ефект у змаганнях на швидкість і витривалість, а також для маскуванню болю, що дозволяло травмованим спортсменам продовжувати змагання.

На Олімпійських іграх 1904 року марафонець Томас Хікс вжив суміш брендів та стрихніну і ледь не помер. Суміші стрихніну, героїну, кокаїну та кофеїну широко використовувалися спортсменами, і кожен тренер або команда

розробили свої унікальні секретні формули. Це було звичайною практикою, поки в 1920-х роках героїн і кокаїн не стали доступними лише за рецептом. У 1930-х роках саме амфетаміни замінили стрихнін як стимулятор для спортсменів. Коли впала Берлінська стіна, була розкрита програма уряду Східної Німеччини щодо підвищення продуктивності шляхом ретельного призначення стероїдів та інших препаратів молодим спортсменам.

Ці добре задокументовані та контрольовані експерименти із застосуванням гормонального допінгу на підлітках-спортсменах, проведені Східнонімецькою спортивною медичною службою, дали врожай золотих медалістів (переважно молодих жінок, оскільки вони більш різко реагували на чоловічі гормони). В подальшому ці спортсмени страждали від серйозних захворювань, включаючи передчасну смерть.

Світ гостро усвідомив масштаби та користь допінгу в спорті, коли Бена Джонсона позбавили золотої медалі на Олімпіаді в Сеулі 1988 року за використання стероїду. Медична комісія Міжнародного олімпійського комітету (МОК) у 1967 році склала список заборонених речовин і запровадила антидопінгове тестування спортсменів на Мюнхенських іграх 1972 року. У цей момент було зрозуміло, що допінг справді працює і, якщо його не помітять, він виграє золоті медалі. Допінг став настільки поширеним в олімпійському спорті, що деякі стверджували, що всі рекорди слід скасувати або призупинити, доки всі форми допінгу не будуть виявлені та припинені. Протягом 1980-х і 1990-х років підпільні допінгові програми поширювалися від спорту до спорту під керівництвом сучасних, хоч і неетичних, фармацевтів і професіоналів спортивної медицини. У 1999 році МОК організував Всесвітню конференцію з допінгу в спорті у відповідь на шокуюче відкриття французькою поліцією під час Тур де Франс 1998 року величезної кількості препаратів для підвищення продуктивності. Саме на цій зустрічі було засновано незалежну глобальну агенцію — Всесвітнє антидопінгове агентство (WADA). Його місія полягала в тому, щоб працювати незалежно від МОК, спортивних організацій та урядів, і вести боротьбу з допінгом у спорті.

Незважаючи на роки агресивного антидопінгового тестування міжнародними спортивними федераціями, такими як велоспорт, легка атлетика та футбол, скандали щодо зловживання стероїдами за участю високопоставлених спортсменів продовжують бути новинами на перших сторінках у всьому світі.

Також стає очевидним те, що потенційними стероїдами зловживають не лише спортсмени. Зловживання стероїдами також може включати ширшу популяцію неспортсменів, які мають проблеми з поведінкою та можуть

експериментувати з цими тепер легкодоступними препаратами для підвищення ефективності.

Їхньою мотивацією може бути не спортивне вдосконалення, а косметичні цілі та цілі формування тіла. Щоб зберегти молодість, спортсмени можуть експериментувати з гормонами, яких заохочує маркетинг «антистаріння», тоді як дівчата-підлітки, які бажають довгих худорлявих образів «дорослих жінок», можуть використовувати стероїди для зменшення жиру та підвищення м'язового тону.

Сучасний спорт і недоречна фіксація медіа на славі, багатстві та виграші будь-якою ціною ненавмисно створили зростаючий ринок допінгових речовин. Ці речовини, якими колись зловживали лише елітні спортсмени, явно поширюються в школах та оздоровчих клубах по всьому світу. Їх приймає ціле нове покоління молодих клієнтів, які щодня бачать у газетах повідомлення про спортивних ікон, звинувачених у зловживанні наркотиками лише для того, щоб продовжувати грати, побивати рекорди та здобувати статки.

Цими ж препаратами для підвищення продуктивності також зловживають підлітки, які не займаються спортом і мають ширші проблеми поведінки та ризику для здоров'я. Крім того, цими препаратами зараз зловживають підлітки чоловічої та жіночої статі в косметичних цілях, намагаючись досягти сексуального вигляду, який рекламують ЗМІ.

Постійні освітні програми, розроблені для цих груп ризику національними олімпійськими організаціями та спортивними федераціями, є важливими першими кроками для стримування цієї небезпечної поведінки.

Медичні працівники, вчителі, тренери та спортивні організації повинні бути поінформовані про цю постійну проблему підлітків і груп ризику та сприяти її вирішенню шляхом відкритого, чесного обговорення.

Найважливіше те, що професійні спортсмени повинні служити зразком для наслідування та промовцями спорту і способу життя без наркотиків. Цю позицію мають активно підтримувати засоби масової інформації, власники команд і міжнародні спортивні федерації, забезпечуючи послідовне керівництво та адвокацію антидопінгових програм у спорті, незалежно від витрат і наслідків.

Література:

1. Акуленко Т. М. Особливості відповідальності за вживання допінгу в спорті: міжнародно-правовий аспект. Підприємництво, господарство і право. 2019. № 10. С. 208-2013.

2. Барабанова В. Б. Допинг в спорте как социальная проблема. *Международный журнал экспериментального образования*. 2010. № 11. С.176-178.

3. Глущенко Н. В. Проблемы употребления допинга в спорте. *Физическая культура и спорт*. 2007. № 6. С. 69-71.

4. Долбишева Н. Г. Організаційна структура та основні функції діяльності Міжнародного конвенту «СпортАккорд». *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2015. № 3 (47). С. 35-40.

5. Измайлова О. В., Щербак Ю. Є. Допінг і боротьба з ним : метод. посіб. Полтава : ПДПУ ім. В.Г. Короленка, 2005. 72 с.

6. Корж В. П., Башкин И. Н. Допинг вчера, сегодня и завтра. Николаев : Стель-Инфо, 2006. 200 с.

7. Короткий Т. Р., Хендель Н. В. Міжнародні стандарти у сфері боротьби з допінгом. *Вісник Південного регіонального центру Національної академії правових наук України*. 2020. № 23. С. 148-154.

8. Назаренко Л. Д., Костюнина Л. И., Тимошина И. Н. Проблемы использования допинга в спорте. *Педагогико-психологические и медикобиологические проблемы физической культуры и спорта*. 2016. № 4. С. 107-116.

ЗНАЧИМОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ «ПСИХОФИЗИОДИАГНОСТИКА ФИТНЕССА» ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В МАГИСТРАТУРЕ

Афтимичук О. Е.

Государственный университет физического воспитания и спорта
Республики Молдова

Аннотация. В статье представлено назначение и содержание дисциплины «Психофизиодиагностика фитнеса», являющейся частью учебной программы обучения в Магистратуре по специализации «Технологии и менеджмент фитнеса». Курс ориентирован на подготовку фитнес тренеров к исследовательской и профессиональной деятельности с людьми разного возраста, пола, физического развития и подготовленности, социального статуса, имеющими различные цели и интересы в занятиях фитнесом.

Ключевые слова: учебная программа, психологическая и психофизиологическая диагностика, фитнес.

Annotation. The article presents the purpose and content of the discipline «Psychophysiodiagnosis of Fitness », which is part of the curriculum in the Master's program in the specialization «Technology and Management of the Fitness». The course is aimed at preparing fitness trainers for research and professional activities with people of different ages, genders, physical development and preparedness, social status, who have different goals and interests in fitness.