в системе В.П. Кривцуна (64 с), К.П. Бутейко (31 с), а наименьшее время – в системе «Бодифлекс». В дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой – нет задержки дыхания, а в дыхательной гимнастике Бутейко отсутствует двигательный компонент.

Таким образом, для оздоровления студентов наиболее приемлемыми, на наш взгляд, является дыхательные гимнастики «Бодифлекс», А.Н. Стрельниковой и В.П. Кривцуна

1. Шкирьянов, Д.Э. Предпосылки внедрения дыхательных гимнастик в физическое воспитание студентов медиков / Д.Э. Шкирьянов, А.В. Тур // Актуальные проблемы физической культуры и спорта: материалы 6 международной научно-практической конференции, Чебоксары, 17 ноября / Чувашский гос. пед. ун-т им. И.Я. Яковлева. – Чебоксары, 2016. – С .1061–1065.

2. Кривцун, В.П. Теоретическое обоснование модифицированных дыхательных упражнений А.Н. Стрельниковой и К.П. Бутейко /В.П. Кривцун //Наука – образованию, производству, экономике: материалы XVШ (65) Региональной науч.-практ. конф. преподавателей, научных сотрудников и аспирантов, Витебск, 13–14 марта, 2013 г,. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2013. – Том 1. – С. 516–518.

К ВОПРОСУ ОБ ОТНОШЕНИИ УЧАЩИХСЯ-СПОРТСМЕНОВ К ПРОБЛЕМЕ ДОПИНГА

Шмат П.А.

учащаяся 11 «Б» класса ГУО «Витебское государственное училище олимпийского резерва», г. Витебск, Республика Беларусь

Научные руководители – Малах О.Н., канд. биол. наук, доцент; Голощапова К.В., учитель биологии

Высокая плотность и объем учебно-тренировочного процесса спортсменов, обучающихся в училищах олимпийского резерва (УОР), требуют значительных умственных и физических усилий от учащихся, что не может не отразиться на их функциональных особенностях и здоровье. Способы и методы допинговой стимуляции спортсменов сегодня стали более нивелированными [2, с. 60], что требует более пристального их изучения. В связи с этим целью настоящего исследования было выявить уровень осведомленности учащихся-спортсменов относительно допинга в спорте.

Материал и методы. В исследовании приняли участие 20 учащихся 10-11 классов, обучающихся в УОР. Возраст респондентов составил 17-22 года. Уровень спортивной квалификации – от 1 взрослого разряда до мастера спорта в избранном виде спорта. Для получения информации об отношении учащихся-спортсменов к проблеме допинга им была предложена анкета [1].

Результаты и их обсуждение. Более половины опрошенных убеждены в необходимости постоянного допинг-контроля. Остальные разделились практически поровну: часть респондентов высказалась касательно проведения выборочного допинг-контроля, другая часть не смогла ясно высказаться по данной проблеме. Примечательно, что никто из опрошенных не высказал критического отношения к допинг-контролю. Синхронно по отношению к предыдущему вопросу распределились позиции респондентов по поводу оправданности дискриминационных санкций, применяемых к спортсменам, уличенным в применении допинга. Большая часть учащихся считает, что применяемые санкции вполне оправданы, остальные в равных пропорциях затрудняются в оценке корректности применяемых санкций или считают санкции либо слишком суровыми, либо слишком мягкими.

Весьма показательна позиция респондентов в отношении допинга в их собственной жизни. Большинство респондентов убеждено в том, что человек, не имеющий отношения к спорту, может прибегнуть к допингу. Малый процент респондентов считает, что люди делают это достаточно часто. Среди опрошенных большая часть не прибегает к допингу в принципе, остальные используют допинг редко.

В качестве основных причин применения допинга учащимися-спортсменами по мере убывания называются поддержание высокого жизненного тонуса, поддержание (обретение) хорошей физической формы, стремление вылечиться от болезни, желание поэкспериментировать, желание справиться со сложными жизненными ситуациями, желание улучшить настроение и пример окружающих.

Противоречивость респондентов по заявленной проблеме хорошо проявляется в характере трактовки роли допинга в спорте. При однозначно негативном отношении к допингу всех опрашиваемых более половины воспринимают его как зло, незначительная часть как вынуж-

Репозиторий ВГУ

денная необходимость. Около 60% респондентов считают целесообразным обсуждать проблему допинга в спорте на уровне общества, 33,3% придерживается противоположной позиции, 6,7% еще не определились.

Из внушительного массива информации о спорте опрашиваемых прежде всего интересуют спортивные соревнования, в значительно меньшей степени – спортивно-развлекательные мероприятия, аналитический материал и новостные спортивные программы. Иногда они знакомятся со спортивными новостями. Некоторые респонденты спортивной аналитикой не интересуются вообще.

Гипотетически представляя ситуацию о владении всем населением Беларуси наиболее полной информацией о допинге, респонденты считают, что это помогло бы: влиять в лучшую сторону на жизнь спортивного сообщества, более внимательно относиться к применению разнообразных препаратов в собственной жизни каждого человека, приобщить большее число людей к здоровому образу жизни.

Заключение. Практически все учащиеся-спортсмены понимают пагубность применения допинговых средств и необходимость допинг-контроля.

1. Гататуллин, А.Г., Цымбалюк, Е.А. Результаты мониторингового исследования отношения белорусских спортивных болельщиков к проблеме допинга в спорте / А.Г. Гататуллин, Е.А. Цымбалюк // Мир спорта. – 2013. - №4 (53). – С. 60-68.

2. Цымбалюк, Е.А. Содержание анкетного опроса респондентов на тему «Отношение белорусских спортивных болельщиков к допинга в спорте» / Е.А. Цымбалюк // XIII Международная научная сессия по итогам НИР за 2012 год «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту»: материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 20 марта-30 мая 2013 г. / Белорус. гос. ун-т физической культуры. – Минск: БГУФК, 2013. – Ч. 1 – С. 208-211.

Репозиторий ВГУ