

УРОВЕНЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ ТРЕНЕРОВ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ ПО ТЕННИСУ И САМБО

Л. К. Дворецкий, А. В. Степаньков, Г. П. Косяченко

*Белорусский государственный университет физической культуры,
г. Минск, Республика Беларусь
e-mail: belsportdlk@mail.ru*

В данной статье рассматриваются результаты научных исследований по изучению уровня профессионального здоровья тренеров Республики Беларусь по теннису и самбо – слушателей института повышения квалификации Белорусского государственного университета физической культуры.

This article examines the results of scientific research on the level of professional health of trainers of the Republic of Belarus in tennis and sambo – students of the Institute of Advanced Training of the Belarusian State University of Physical Education.

Ключевые слова: уровень функционального состояния; тренеры по теннису и самбо; программно-аппаратный комплекс «Омега-С»; показатели функционального состояния; статистические показатели.

Keywords: level of functional state; tennis and sambo trainers; software and hardware complex "Omega-S"; indicators of functional state; statistical indicators.

Актуальность. В нынешних условиях современного общества существует большое количество людей, которые подвержены к различным соматическим, неврологическим и психическим расстройствам. В эту большую по составу и характеру труда группу людей относят: спасателей, сотрудников правоохранительных органов, летчиков, работников железнодорожного транспорта, военнослужащих и прочие категории, чья деятельность тесно связана с постоянным нахождением в условиях стрессовых и непредвиденных ситуаций [2]. Сюда же, по нашему мнению, можно отнести и профессию тренер по виду спорта.

Пребывание тренеров в подобных условиях вносит значительное число факторов риска развития пограничных синдромов, которые при отсутствии должной коррекции приводят к формированию различных клинических заболеваний [1].

Проблема профессионального здоровья сегодня приобретает особую актуальность. Понятие профессионального здоровья интегрирует сложные взаимоотношения человека с профессиональной средой и является мерой согласованности социальных потребностей общества и возможностей человека в условиях профессиональной деятельности.

Введение понятия «профессиональное здоровье» явилось отражением потребности общества в определении возможностей организма человека

применительно к условиям профессиональной деятельности. Необходимо особо подчеркнуть гуманистический характер этого научного подхода, так как он направлен на обеспечение безопасности жизнедеятельности, сохранение здоровья, работоспособности и профессионального долголетия человека в процессе трудовой деятельности. Особую актуальность вышесказанное имеет в отношении людей, чья профессиональная деятельность протекает в стрессовых условиях, к такой деятельности исследователи относят педагогическую [2, с. 93–104].

Традиционно профессиональное здоровье рассматривается как возможность выполнять свою работу и строить карьеру при сохранении баланса в жизни, как желание внести свой вклад, оказать положительное влияние на общество в целом [1–3]. Это интегральная характеристика функционального состояния организма человека по физическим и психическим показателям.

Ведущим критерием, показателем профессионального здоровья, по мнению специалистов, является профессиональная работоспособность. Понятие «профессиональная работоспособность» связывает в естественный комплекс *функциональное состояние организма*, его изменения в том или ином виде деятельности, физиологическую и психологическую цену этой деятельности, эффективность профессиональной деятельности и, следовательно, психическое, физическое и социальное благополучие человека [3].

Показателем снижения уровня работоспособности и ее следствием является профессиональное выгорание.

Под синдромом профессионального выгорания исследователи представляют состояние эмоционального, умственного и физического истощения, вызванное хроническим стрессом, чаще всего на работе [2].

Четкий алгоритм профилактических мероприятий при проведении диспансеризации спортсменов требует новых подходов и к организации профилактики тренерских кадров.

Таким образом, актуальность выбранной темы не вызывает сомнений.

Цель работы – изучить уровень профессионального здоровья тренеров Республики Беларусь по теннису и самбо.

Для выполнения поставленной цели нами использовались следующие методы:

- анализ литературы;
- анализ материалов удаленного ресурса;
- педагогические наблюдения;
- тестирование программно-аппаратным комплексом «Омега-С»;
- математическая статистика.

Все исследование проводилось в 3 этапа. На первом этапе (сентябрь 2022 г.) – осуществлялась постановка цели и задач, определялись методы исследования, проводился анализ литературных данных. На втором этапе (сентябрь–ноябрь 2022 г.) – осуществлялось непосредственное тестирование функционального состояния тренеров Республики Беларусь по теннису и самбо. На третьем этапе

(декабрь 2022 г.) – проводился сбор, обработка и анализ полученных материалов, осуществлялось осмысление полученных данных, велась подготовка и написание статьи.

В ходе исследования нами были взяты под наблюдение две группы тренеров, в сумме 24 человека, из них: 12 тренеров по теннису и 12 тренеров по самбо, из них, в исследовании приняло участие 47 % женщин и 53 % мужчин. По спортивной квалификации тренеры распределились следующим образом: высшей квалификации – 16 %, первой категории – 52 %, второй категории – 32 %. Тренеры без категории в данном исследовании участие не принимали.

Тестирование профессионального здоровья тренеров проводилось с помощью программно-аппаратного комплекса «Омега-С».

В результате тестирования определялось 5 основных показателей:

- адаптация организма к физическим нагрузкам;
- тренированность организма;
- энергетическое обеспечение организма;
- психоэмоциональное состояние тренера;
- интегрированный показатель «уровень состояния здоровья».

Программно-аппаратный диагностический комплекс «Омега-С» состоит из сертифицированного оборудования «Динамика» (ТУ9442-001-50904116-2005), предназначенного для комплексного исследования функционального состояния организма человека.

Комплекс «Омега-С» предназначен для оценки состояния здоровья и контроля эффективности лечения. Принцип работы состоит в регистрации и передачи ЭКГ пациента на компьютер, на котором производится обработка данных и расчет показателей.

Особенностью комплекса является легкость и простота его практического применения. Для работы с комплексом не требуется профильного медицинского образования. Для получения всей необходимой информации достаточно регистрации ЭКГ в первом стандартном отведении в течение 5 минут. Тренер может находиться в положениях «сидя» или «лежа».

Возможности:

- экспресс-оценка функционального состояния пациента с распечаткой заключения по результатам обследования;
- выявление пациентов, нуждающихся в дополнительном клиническом обследовании в профильных медицинских учреждениях;
- оценка эффективности традиционных и нетрадиционных методов терапии;
- контроль функционального состояния спортсменов при интенсивных физических нагрузках;
- самостоятельное наблюдение за состоянием здоровья в домашних условиях.

Технология, применяемая в комплексе «Омега-С», одобрена Министерством здравоохранения Российской Федерации, разрешена к использованию в медицинских целях, и защищена патентами и авторскими свидетельствами Российской Федерации.

Программное и аппаратное обеспечение диагностического комплекса соответствует требованиям стандартов измерения, физиологической интерпретации и клинического использования показателей кардиоинтервалометрии, принятым Европейским обществом кардиологов и Северо-Американской ассоциацией электрофизиологии.

Программно-аппаратный диагностический комплекс «Омега-С» соответствует стандартам качества ISO13485:2016.

Результаты исследования. Результаты тестирования функционального состояния организма тренеров позволяют утверждать, что они неравнозначны и имеют отличия в зависимости от вида спорта (таблица).

Таблица – Уровень профессионального здоровья тренеров Республики Беларусь по теннису и самбо, %

Показатели функционального состояния	Статистические показатели	Тренеры по теннису	Тренеры по самбо
Уровень адаптации к физическим нагрузкам, %	M	45,5	46,0
	$\sigma \pm$	18,0	11,8
	$m \pm$	7,5	4,9
Уровень тренированности организма, %	M	53,2	54,0
	$\sigma \pm$	21,0	22,5
	$m \pm$	8,8	9,4
Уровень энергетического обеспечения, %	M	48,0	39,0
	$\sigma \pm$	19,0	18,9
	$m \pm$	7,9	7,9
Уровень психоэмоционального состояния, %	M	47,5	41,0
	$\sigma \pm$	18,8	18,2
	$m \pm$	7,8	7,6
Уровень «состояния здоровья», %	M	48,5	45,0
	$\sigma \pm$	19,2	17,0
	$m \pm$	8,0	7,0

Необходимо подчеркнуть то, что достоверность обследования этих 2 групп тренеров весьма высока. Так, у тренеров по теннису она составила в среднем 91,0 %, а у тренеров по самбо – 93,9 %. Это говорит о том, что полученным результатам исследования можно верить, и они имеют «высокий» уровень достоверности.

Установлено, что по 2 первым показателям («уровень адаптации к физическим нагрузкам» и «уровень тренированности организма») показатели у тренеров по теннису и самбо практически одинаковы. Разница составляет соответственно 0,5 % и 0,8 %.

В наибольшей степени различия наблюдаются в таких показателях, как: «уровень энергетического обеспечения организма» (у тренеров по теннису 48,0 %, а у тренеров по самбо – 39,0 %, разница составляет 9,0 %) и «уровень

психоэмоционального состояния» (у тренеров по теннису этот показатель равен 47,5 %, а у тренеров по самбо – 41,0 %, отличие составляет 6,5 %).

Несколько меньше отличие наблюдается в таком показателе, как «уровень состояния здоровья». У тренеров по теннису он равен 48,5 %, а у тренеров по самбо – 45,0 %, разница составляет 3,5 %.

Выводы.

1. Уровень профессионального здоровья тренеров по теннису и самбо примерно одинаков. Так, у тренеров по теннису он составил 48,5 %, а у тренеров по самбо – 45,0 %. Отличие составило всего 3,5 %. Важно отметить, что эти показатели являются не высокими, ниже среднего.

2. Проведение скрининга тренеров по теннису и самбо, на наш взгляд, является необходимым и обязательным мероприятием, которое нужно проводить так же, как и у спортсменов – 2 раза в год. Тренеры, по нашему мнению, обязаны проходить скрининг, так как это позволит выявить заболевания на ранних стадиях для их последующего уточнения и осуществления немедленного обращения к специалистам узкого профиля.

3. Необходимо создание системы мер ранней диагностики для последующей коррекции факторов риска развития соматических и психических заболеваний у тренеров по различным видам спорта.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Бараковских, К. Н. Уровень профессионального здоровья тренеров детско-юношеских спортивных школ Свердловской области / К. Н. Бараковских // Проблемы качества физкультурно-оздоровительной и здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций : сб. ст. 6-й Междунар. науч.-практ. конф. ; под общей ред. Н. В. Третьяковой. Екатеринбург, 26 мая 2016 г. / Рос. гос. профес.-педагог. ун-т. – Екатеринбург, 2016. – С. 18–24.

2. Малярчук, Н. Н. Профилактика профдеформаций / Н. Н. Малярчук. – Тюмень : Тюм. гос. ун-т, 2013. – 292 с.

3. Понятие профессионального здоровья [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://lektsii.org/5-70977.html>. – Дата доступа: 15.12.2022.