

- гостинично-ресторанного бизнеса». Распоряжение Мэра Москвы от 16.05.2000 № 519-РМ.
- Постановление Совета Министров СССР от 30.10.1966 № 789 «О подготовке кадров для работы с иностранными туристами». docs.cntd.ru;
 - Распоряжение Правительства Москвы от 24 марта 2004 года № 504-РП «О Московской академии туристского и гостинично-ресторанного бизнеса при Правительстве Москвы».
 - Распоряжение Правительства Москвы № 1390-РП от 05.07.2010.
 - Распоряжение Правительства Москвы № 587-РП от 31 марта 2010 года «Об изменении предмета деятельности и переименовании ГОУ ДОСН ШВСМ по прикладным видам спорта».

References

- «O sozdanii instituta povysheniya kvalifikatsii rukovodyashchikh rabotnikov i spetsialistov Glavinturista pri Sovete Ministrov SSSR», Rasporyazhenie Soveta Ministrov SSSR ot 07.10.1975 # 2273-r base.garant. 74943885 ["On the establishment of an institute for advanced training of executives and specialists of Chief Department for Foreign Tourism under the Council of Ministers of the USSR", Order of the Council of Ministers of the USSR dated 07.10.1975 No. 2273-r base.garant. 74943885].
- «O preobrazovanii instituta povysheniya kvalifikatsii rukovodyashchikh rabotnikov i spetsialistov Glavinturista pri Sovete Ministrov SSSR v Vysshuyu kommercheskuyu shkolu Goskominturista SSSR». Prikaz Goskominturista ot 06.02.1990 # 25 ["On the transformation of the institute for advanced training of executives and specialists of Chief Department for Foreign Tourism under the Council of Ministers of the USSR into the Higher Commercial School of the State Committee for Tourism of the USSR." Order

of the State Committee on Tourism from 06.02.1990 No. 25]. Pravo.gov.ru

- «O preobrazovanii Vysshey shkoly po turizmu i gostinichnomu hozyaystvu v Moskovskuyu akademiyu turistskogo i gostinichno-restorannogo biznesa». Rasporyazhenie Mera Moskvyy ot 16.05.2000 # 519-RM ["On the transformation of Higher School of Tourism and Hotel Management into Moscow Academy of Tourism, Hotel and Restaurant Business." Order of the Mayor of Moscow dated May 16, 2000 No. 519-RM].
- Postanovlenie Soveta Ministrov SSSR ot 30.10.1966 # 789 «O podgotovke kadrov dlya raboty s inostrannymi turistami» [Resolution of the Council of Ministers of the USSR of 10/30/1966 No. 789 "On training of personnel to work with foreign tourists."]. docs.cntd.ru;
- Rasporyazhenie Pravitelstva Moskvyy ot 24 marta 2004 goda # 504-RP «O Moskovskoy akademii turistskogo i gostinichno-restorannogo biznesa pri Pravitelstve Moskvyy» [Order of the Moscow Government dated March 24, 2004 No. 504-RP "On Moscow Academy of Tourism, Hotel and Restaurant Business under Moscow Government"]. Order of the Moscow Government No. 1390-RP dated 05.07.2010.
- Rasporyazhenie Pravitelstva Moskvyy # 587-RP ot 31 marta 2010 goda «Ob izmenenii predmeta deyatel'nosti i pereimenovaniy GOU DOSN ShVSM po prikladnym vidam sporta» [Order of the Moscow Government No. 587-RP dated March 31, 2010 "On changing the subject of activity and renaming GOU DOSN SH-VSM for applied sports"].

✉ Информация для связи с автором: 01qwer@list.ru

Поступила в редакцию 26.08.2021 г.

УЧЕНЫЕ – ПРАКТИКАМ

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ФУТБОЛИСТОВ 13-14 ЛЕТ

УДК/UDC 796.33

Кандидат биологических наук, доцент **Е.Т. Колунин**¹

¹Тюменский государственный университет, Тюмень

Ключевые слова: футболисты, функциональное состояние, дыхательная система, сердечно-сосудистая система, максимальное потребление кислорода.

Введение. Игровая деятельность современных футболистов предъявляет высокие требования к функциональным возможностям дыхательной и сердечно-сосудистой системам игроков [1].

Цель исследования – определить функциональное состояние футболистов 13–14 лет.

Методика и организация исследования. Функциональная диагностика футболистов 13–14 лет осуществлялась на базе института физической культуры ТюмГУ при помощи газоанализатора Cosmed Quark на тредмиле Lado и включала в себя оценку функциональных возможностей дыхательной и сердечно-сосудистой систем. В исследовании принимали участие 15 воспитанников центра подготовки спортивного резерва футбольного клуба «Тюмень» 2007 года рождения.

Результаты исследования и их обсуждение. Как показало исследование, у шести футболистов ЖЕЛ находится на уровне выше нормы, у двух человек на уровне нормы, а у семи человек ниже нормы.

Проведенное спирометрическое исследование показало, что лишь у пяти из 15 игроков изучаемые нами показатели функции внешнего дыхания выше нормативных значений. Средняя ЧСС наступления АэП у испытуемых составила 138 уд/мин, однако разброс среди членов команды достаточно высок: от 115 до 170 уд/мин. Среднее потребление кислорода на уровне АэП составило

28,46 мл/мин/кг. По мере увеличения нагрузки окислительные мышечные волокна перестают справляться с утилизацией лактата и наступает момент анаэробного порога – рекрутирования окислительных и промежуточных мышечных волокон, средний пульс которого по команде составил 162 уд/мин, а потребление кислорода – 35,4 мл/мин/кг.

Отклонения от средних значений между членами команды гораздо ниже, чем отклонения в показателях аэробного порога, что свидетельствует о примерно одинаковых уровнях развития анаэробного типа энергообеспечения.

Выводы. Проведенное исследование показало, что функциональное состояние отдельных футболистов находится значительно ниже нормы. В то же время высокая вариабельность функционального состояния дыхательной и сердечно-сосудистой систем среди футболистов 13–14 лет подчеркивает необходимость и важность использования методов дифференциации и индивидуализации при планировании и организации тренировочного процесса.

Литература

- Кузнецов Р.Р. Выявление различий в морфофункциональных признаках и физической подготовленности у юных спортсменов, специализирующихся в футболе и мини-футболе / Р.Р. Кузнецов // Теория и практика физ. культуры. – 2014. – № 6. – С. 6-9.
- Колунин Е.Т. Промежуточный анализ результатов конвергирования средств гимнастики в процесс начальной подготовки футболистов / Е.Т. Колунин. // Теория и практика физ. культуры. – 2017. – № 12. – С. 78-82.

✉ Информация для связи с автором: kolunin2@mail.ru

Поступила в редакцию 22.09.2021 г.