

**Анализ факторов травматизма у борцов вольного стиля
на этапе углубленной спортивной специализации**

Лутфуллин Р. Р., Зиямбетов В. Ю.

ГОУ ВПО «Оренбургский государственный педагогический
университет»

На сегодняшний день борьба характеризуется очень высоким процентом травм, полученных во время как соревновательной, так и тренировочной деятельности. Исследование, проводившееся на протяжении пяти лет Национальной студенческой спортивной ассоциацией (НССА), показало, что из представителей 13 видов спорта наиболее высокий процент травм был у борцов. Анализ повреждений показал, что чаще всего травмировались коленные суставы, голова, шея, лицо, туловище, спина, плечевые и голеностопные суставы. Общий коэффициент травм составил почти две травмы на одного борца в год [1,с.38].

В этиологии спортивных травм, как при любой другой форме патологии, тесно переплетаются внешние и внутренние факторы, каждый из которых может быть в одних случаях причиной повреждения, в других - условием его возникновения. Нередко внешние причины, вызывая те или иные изменения в организме, создают внутреннюю причину, которая приводит к травме (А.Г. Дембо) [4].

Тяжесть травм неодинакова при занятиях разными видами спорта. В вольной борьбе, например, большое количество травм можно объяснить тем, что борьба - контактный вид спорта, в котором, в отличие от других видов спорта, контактирование происходит практически постоянно. Это обуславливает высокую степень риска травм. Кроме того, для борьбы характерно большое число столкновений. Они имеют место, когда борец пытается осуществить «сваливание». Травмы возникают во время «сваливаний», поскольку они являются «взрывными».