

Федеральное  
агентство  
по физической культуре  
и спорту

Всероссийский  
научно-  
исследовательский  
институт  
физической  
культуры и спорта  
(ВНИИФК)

# естник СПОРТИВНОЙ НАУКИ

В номере:

---

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА  
СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

---

СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

---

ОЗДОРОВЛЕНИЕ НАСЕЛЕНИЯ

---

ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА

---

ТРУДЫ МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ

---

**№ 2/2007**

Выходит  
один раз  
в квартал

## **Содержание**

### **Теория и методика спорта высших достижений**

- Ердаков С.В.* Влияние больших нагрузок на продолжительность жизни сильнейших профессиональных велосипедистов мира 2

- Хайрулин А.Р., Энов О.Г.* Профессиограмма спортивного судьи на примере спортивных единоборств 8

### **Спортивная медицина**

- Махарова Н.В., Пинигина И.А., Захарова А.А., Иорданская Ф.А.* Дистрофия миокарда на фоне физического перенапряжения у спортсменов в условиях Крайнего Севера 12

- Стернин Ю.И., Сизякина Л.П.* Иммунологические аспекты спортивной деятельности 16

- Пашинцев В.Г.* Влияние нагрузки различной направленности на частоту сердечных сокращений дзюдоистов 21

### **Оздоровление населения**

- Кабачков В.А., Куренцов В.А.* Профилактика наркомании среди несовершеннолетних средствами физической культуры и спорта 25

- Грец Г.Н., Барков С.В., Симутина Е.А.* Формирование мотивации к здоровому образу жизни в процессе физического воспитания студентов медицинского колледжа с отклонениями в состоянии здоровья 31

### **Психология спорта**

- Рыжкова Л.Г., Моисеев А.Б., Левашов П.Н.* Психодиагностика и оценка подготовленности квалифицированных фехтовальщиц на саблях 34

- Романчук А.П.* К вопросу типирования сенсомоторных реакций у спортсменов 38

### **Труды молодых ученых**

- Адаменко И.Ю.* Методика применения специально подготовительных упражнений при обучении техники таэквон-до 43

- Бойчук Д.В.* Влияние вредных привычек на уровень подготовленности юных борцов 47

- Калинина И.Ф.* Комплексная методика проведения занятий по оздоровительной аэробике со студентками технического вуза 50

- Кашатов Н. В.* Гражданско-правовое регулирование отношений в сфере физической культуры и спорта 55

- Хамподоева М.В.* Проблемы информационного обеспечения физической культуры и спорта (на примере Республики Саха (Якутия)) 58

- Четайкина О.В.* Методика ускоренного обучения технике лыжных ходов 61

- Шапалов С.В., Лигута В.Ф.* Мотивация физкультурно-спортивной деятельности и физическая подготовленность сотрудников Федеральной службы РФ по контролю за оборотом наркотиков 64

- Шуняева Е.А.* Физическое воспитание студентов вуза с различной структурой физической подготовленности 68

**Внимание! Мнение редакции может не совпадать с точкой зрения авторов.  
При перепечатке ссылка на журнал обязательна.**

# ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

## ВЛИЯНИЕ БОЛЬШИХ НАГРУЗОК НА ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЖИЗНИ СИЛЬНЕЙШИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ МИРА

С.В. ЕРДАКОВ, ВНИИФК

### Аннотация

*Рассмотрена проблема влияния больших нагрузок на продолжительность жизни спортсменов-профессионалов. На примере ведущих профессиональных велосипедистов – чемпионов мира, победителей Олимпийских игр и крупнейших многодневных гонок «Тур де Франс», «Джиро Италия», «Вуэльта Испании» – изучены объемы соревновательной нагрузки, период занятий профессиональным спортом и продолжительность их жизни. 21 спортсмен из 82, ушедших из жизни, прожили до 81–96 лет. В статье подробно рассматриваются спортивные биографии отдельных долгожителей профессионального велоспорта.*

### Abstract

*Present study is considering the influence of extended physical workout on the life expectancy of professional sportsmen. Following the example of professional cyclist riders – World Champions, Olympic Games Winners, Leaders in such well-known stage competitions as «Tour de France», «Giro d'Italia», «Vuelta Espana», the extent of competition's workload during their professional life along with their life expectancy were investigated. 21 out of 82 passed away riders lived up to 81–96 years old. Sportive biographies of certain long-livers of professional cycling are studied in detail in the article.*

**Ключевые слова:** профессиональный спорт, нагрузка, продолжительность жизни.

В 1989 г. Федерация велосипедного спорта СССР перешла на путь развития профессионального велоспорта. С 1993 г. чемпионаты мира среди любителей и профессионалов стали проводиться совместно, а с 1996 г. и Олимпийские игры. Контракты российских профессиональных велосипедистов стали измеряться от десятков тысяч до сотен тысяч долларов в год, появилась большая материальная заинтересованность в занятиях профессиональным спортом. Одновременно возникло и много вопросов. Например, начиная с какого возраста спортсмен может переносить такие трудные нагрузки, которые предъявляет «Тур де Франс» и другие крупные гонки? Как долго можно выступать в большом профессиональном спорте? Сколько лет может продолжаться период больших побед? Как эти нагрузки отразятся на здоровье велосипедистов, а впоследствии и на продолжительности их жизни? Ответ

на последний вопрос можно получить после того, как заканчивается жизненный путь спортсменов. Данный анализ сделан за всю историю профессионального велосипедного спорта.

Имеется много абсолютно противоположных мнений о пользе и вреде профессионального спорта. В последнее время активно пропагандируется тезис о том, что профессиональный спорт вредит здоровью. Мы поставили перед собой цель изучить этот вопрос в велосипедном спорте на примере выдающихся велосипедистов мира – победителей Олимпийских игр и чемпионатов мира, а также гранд-туров («Тур де Франс», «Джиро Италия», «Вуэльта Испании»). Мы изучили их спортивную карьеру, спортивные автобиографические данные, включая продолжительность жизни. Учтены данные практически на всех выдающихся велосипедистов.