

## Детское сердце. Таланты – в опасности - удав Отрывок из статьи

Теперь несколько слов о проблемах тренировки детей. Парадокс в том, что талантливого ребенка загубить даже проще, чем обыкновенного. Приходит ребенок, у него нормальное сердце, он с 10-12 лет начинает тренироваться, и сердце у него пока нормальное. Потом начинается пубертатный период (период полового созревания), мышцы быстро растут, а сердце не успевает расти. Если этот человек талантливый, то у него ОМВ очень много (медленные быстро становятся окислительными, а быстрых у него вообще нет), то есть это классический стайер, талант. Один на миллион человек. Сердце пока маленькое, а мышцы великолепные. Так вот, такой человек может на пульсе 200 бегать буквально часами. Сердце маленькое, оно при этом закисляется, находится в состоянии дефекта диастолы, а мышцы не закисляются. Проходит 13 лет, 14, 15, 16 лет, дистрофия миокарда уже есть, но он чемпион России в легкой атлетике, в лыжных гонках... с дистрофией миокарда. Потом исполняется 16 - 17 лет, надо идти в сборную команду, а у него сердца нормального нет, всё. Поэтому у нас в легкой атлетике вообще нет бегунов. Потому что все ребята проходят через детские спортивные школы. А так, чтобы как Куц пришел из морского флота и пошел бегать в 21 год, таких людей вообще у нас нет. А все, кто приходят из детских спортивных школ, они все изуродованные, у них плохие сердца. Так я объясняю ту ситуацию, которая возникла у нас в легкой атлетике. Думаю, что в лыжном спорте будет то же самое. А может и еще хуже, потому что там и руки, и ноги работают. Кислорода нужно огромное количество, все время величины пульса огромные (170 - 200 уд/мин), и они легко могут сердца испортить.

Вопрос: - А что же тогда делать? - Тяните резинку, технику ставьте, в футбол играйте. А иногда, очень редко, участвуйте в соревнованиях один раз в 2 недели, раз в неделю, не чаще. Тогда не будет никаких проблем, результаты будут хорошие, и сердце будет сохранено. Постепенно объемы будут наращиваться, сердце будет догонять мышцы, и после 15 - 16 лет можно начать работать с сердцем. Скажем, 2 - 3 года выполняют «вкатывание», сердце растягивают, и к 19-20 годам можно приступить к тренировке в основном мышц (снизить объемы нагрузок). Если человек талантлив, природа наградила его изначально большим сердцем и хорошими мышцами, то к этому возрасту это будет готовый МСМК.

СЕЛУЯНОВ Виктор Николаевич (1946 г.р.)

Заведующий лабораторией фундаментальных проблем теории физической и технической подготовки спортсменов высшей квалификации Российской

государственной академии физической культуры; профессор кафедры естественнонаучных дисциплин и информационных технологий РГАФК.

----- parent

слав, к сожалению(а может, к счастью) наука ушла слегка вперед. И придя в 21 год в спорт довить уже давно нечего. Новые методики, новая фармакология, новые приборы и ГРАМОТНОЕ участие в развитии ребенка и тренера, и родителей - вот залог того, что и с сердцем, и с головой, и с остальными органами у ребенка все будет в порядке. Удачи.

ЗЫ: Вы все-таки в Нижний?

Удачи. Игорь

----- Swetic

Удав, а что Вы хотели этим сказать? т.е. Ваше отношение к вопросу? и какого года выпуска статья?

приходят дети сейчас тренироваться (в плавание, к примеру), отнюдь НЕ В 10-12 ЛЕТ, а с 6-7. в 12 можно в шахматный спорт идти тренироваться, да и то, может поздновато будет. говоря о циклических видах спорта, предполагается, что дорасти до \"спортивного сердца\" можно к 12-13 годам, но это строго индивидуально.

у моего ребёнка полная блокада правой ножки пучка Гиса, с рождения, как только диспансеризация словит этот факт - будут мучить... но у него это НОРМА 😊 и я никогда не встечала пловца с дистрофией миокарда.

----- parent

у моего старшего было РWP(это синусный узел). К каждым соревнованиям - отдельный допуск, но только спорт и дал нормально развиваться. Кстати, может, климат у нас такой, но сейчас каждый второй в бассейне с этим синдромом. а может, в диспансере только эти признаки ловят. Удачи.

----- ВикторияВ

А у нас ПМК Iст. Был 5 мм. Так нам наоборот сказали - плавать и плавать. Сказали, что клапан будет закрываться с ростом сердца, а плавание только этому способствует. Через год, т.е. сейчас пролапс уже 4мм.

----- удав

Статья для информации родителям, срока давности не имеет.

Re: Детское сердце. Таланты - в опасности - VALKMAN

**Цитата: удав от 28 Февраля 2007, 15:19:47**

Статья для информации родителям, срока давности не имеет.

Я думаю, имелось ввиду, когда и где статья была опубликована.

----- AI

Статья (а точнее отрывок) вырвана из контекста, обсуждать ее в таком виде по меньшей мере странно.

Можно, с таким же успехом, обсуждать, как правильно делать старт, если в бас. нет воды...

----- Swimmer48

**Цитата: ВикторияВ от 28 Февраля 2007, 11:22:27**

А у нас ПМК Ist. Был 5 мм. Так нам наоборот сказали - плавать и плавать. Сказали, что клапан будет закрываться с ростом сердца, а плавание только этому способствует. Через год, т.е. сейчас пролапс уже 4мм.

пролапс это не опасно! у нас девушка была в группе с пролапсом по МС плавала 😊

----- ВикторияВ

Так я и не говорю, что опасно. Я все прекрасно знаю. Я говорю о том, что плавание наоборот способствует его закрытию.

----- тат

**Цитата: AI от 28 Февраля 2007, 16:01:39**

Статья (а точнее отрывок) вырвана из контекста, обсуждать ее в таком виде по меньшей мере странно.

Можно, с таким же успехом, обсуждать, как правильно делать старт, если в бас. нет воды...

Статью обсуждать не буду,...лично встречалась с Селуяновым,он тестировал моих спортсменов,полностью согласна с автором.Все его высказывания проверены на опыте.Ни к чему хорошему не приводит форсирование тренировочного процесса в детском возрасте.Совершенно верно высказывание:" Тяните резинку,играйте в футбол и так далее....."Конечно при такой системе не получишь приличного результата

в детском возрасте,НО.....есть шанс вырастить хорошего спортсмена,способного выступать среди взрослых. А Если идти по более простому пути, то есть вымучивать,натаскивать ребенка на ни кому не нужный детский результат, то шанс получить спортсмена высокого класса,способного защищать честь страны на ЧМ и ОИ можно потерять полностью! С чем мы(вы) сталкиваемся в реальной жизни практически во всех видах спорта.

----- Slava

Моей исполняется 11 лет 4.03. До первого взрослого осталось меньше двух секунд( на 100 спина),а я был бы рад ,чтобы она выполнила первый разряд в следующем сезоне.Пусть все идет своим чередом!!!

----- тат

**Цитата: Slava от 01 Марта 2007, 23:43:50**

Моей исполняется 11 лет 4.03. До первого взрослого осталось меньше двух секунд( на 100 спина),а я был бы рад ,чтобы она выполнила первый разряд в следующем сезоне.Пусть все идет своим чередом!!!

.....вот именно ,об этом и речь! Хочется,очень хочется, что бы было сразу и быстро,а там..... трава не расти и .....пусть все идет свои чередом....Жестоко....тем более по отношению к своему ребенку.Очень хочется пообщаться с Вами,когда вашей дочке будет хотя бы 18 лет.....

----- ИРИНА

Тат, с глубоким к Вам уважением, но разговор с родителем на тему сумасшедшего роста результатов ребенка, чаще не по возрасту, совершенно бесполезен. Повторюсь- ВСЕ И СЕЙЧАС. Это там с кем-то, но с нами такого произойти не может. Читаю сводку результатов - помолчу, только динамика и время покажет. Ведь никто не пишет, когда и как сходят при необоснованных нагрузках в плавании. ВСЕ ТОЛЬКО О ВЫСОКИХ ДОСТИЖЕНИЯХ. А что в жизни и здоровье после бывает.... молчат.!!!! Это еще раз наводит на мысль, что на форуме одни родители детей, которые сейчас плывут.

----- and

Вопрос к \"Удаву\". Мы (родители), стараемся помочь детям в тренировках (создаем условия для тренировок), а вот проблема с сердцем, с его

контролем роста и реакции на нагрузки - не закрыт. Подскажите где и как можно организовать качественный и объективный контроль, обследование детей (16 и 12 лет)?

----- Белый Кит

**Цитата: and от 14 Марта 2007, 11:39:33**

Вопрос к \\\\\"Удаву\\\\\\". Мы (родители), стараемся помочь детям в тренировках (создаем условия для тренировок), а вот проблема с сердцем, с его контролем роста и реакции на нагрузки - не закрыт. Подскажите где и как можно организовать качественный и объективный контроль, обследование детей (16 и 12 лет)?

Не Удав, поэтому отвечаю за себя.

В моём прошлом нас (спортсменов) еЖЕМЕСЯЧНО!!! обследовали ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ во врачебно-физкультурном диспансере. Полный комплекс физиологических наблюдений. Каждый месяц.

Попытка обратиться года полтора назад в городской ВФД ( г. Екатеринбург) привела вот к какому результату:

ни за деньги, ни как мы не можем наблюдать Ваших дочек, т.к. у нас практически ВСЁ оборудование в диспансере не работает. Можем снять кардиограмму и взять кровь из пальца, измерить рост/вес . Есть зал ЛФК. + несколько устройств для физиопроцедур. Всё.

И я так и не нашел какого-либо медучереждения. куда можно было бы обращаться на постоянной основе для текущего контроля физиологических показателей. 😞

----- Alex

М. быть в таком случае использовать кардиомониторы типа Полара и по косвенным показателям смотреть динамику и в случае серьезных отклонений от нормы обращаться к специалистам ?

----- удав

Уважаемый and. Сам родитель и сталкиваюсь с теми же проблемами. Отрывок из статьи выложил для родителей, которые занимаются ранним форсированием детей. Сам тоже грешен, но исправляюсь. У нас тренер подготовил не одного МСМК. Недавно проходили местные

соревнования, на которых его воспитанник, молодой парень, свободно плыл 800м по нормативу международника. Часы можно было сверять, каждую сотку по минуте, не считая первой и последней. На ВД, лет 5-ть назад, ничего особенного он не показывал.

Мне кажется, мы (родители) начинаем форсировать события из-за боязни куда-то опоздать, особенно если это подогревается результатами других ребят.

Всему свое время.

----- Swimmer48

**Цитата: удав от 14 Марта 2007, 16:14:06**

Уважаемый and. Сам родитель и сталкиваюсь с теми же проблемами.

Отрывок из статьи выложил для родителей, которые занимаются ранним форсированием детей. Сам тоже грешен, но исправляюсь.

У нас тренер подготовил не одного МСМК. Недавно проходили местные соревнования, на которых его воспитанник, молодой парень, свободно плыл 800м по нормативу международника. Часы можно было сверять, каждую сотку по минуте, не считая первой и последней. На ВД, лет 5-ть назад, ничего особенного он не показывал.

Мне кажется, мы (родители) начинаем форсировать события из-за боязни куда-то опоздать, особенно если это подогревается результатами других ребят.

Всему свое время.

а сколько лет парню?

----- boukat

**Цитировать**

Тат, с глубоким к Вам уважением, но разговор с родителем на тему сумасшедшего роста результатов ребенка, чаще не по возрасту, совершенно бесполезен. Повторюсь- ВСЕ И СЕЙЧАС

**Цитировать**

Мне кажется, сама система спорт школ ( выгоняют за слабые результаты), детские соревнования (ведь награждения только за первые места ), психология ребенка ( когда победитель то ,»что-то дадут«, повышенное внимание родителей, сверстников, тренера(ведь он хвалит только за хорошие результаты) заставляет детей форсировать события. Да и как иначе? Тогда не надо проводить никакие соревнования , а просто отслеживать результаты индивидуально. Вы же не будете объяснять 10 лет ребенку, что у вас « особый путь»? Что это пока он последний, а потом...,может быть..., когда-нибудь...? Да и не все родители рвутся к золотым медалям, надо чтоб сейчас у ребенка был интерес иначе он

просто бросит плавание. 😞

----- LaPa

**Цитата: boykat от 14 Марта 2007, 18:52:42**

Вы же не будете объяснять 10 лет ребенку, что у вас « особый путь»? Что это пока он последний, а потом..., может быть..., когда-нибудь...? Да и не все родители рвутся к золотым медалям, надо чтоб сейчас у ребенка был интерес иначе он просто бросит плавание. 😞

Знаю я одного родителя... хотя наверно правильнее будет написать Родителя, потому как он, не имея ни спортивного ни медицинского образования, воспитал сына-спортсмена. И именно тем самым \\\\"особым путем\\\". Иногда объясняя и рассказывая, иногда показывая на собственном примере, иногда просто аргументируя крепким родительским словом. Сын теперь в российской сборной. правда не по плаванию но это не важно, важно то, что ребенок здоров и у него хорошее спортивное настоящее и будущее.

А вам, родители, самим решать, что и как говорить своим детям, а главное - ЗАЧЕМ.

Для тех, кто хочет почитать не только отрывок

[http://fatalenergy.com.ru/Book/drugie\\_book/serdce/index.php](http://fatalenergy.com.ru/Book/drugie_book/serdce/index.php)

----- Мелисса1

**Цитата: удав от 28 Февраля 2007, 15:19:47**

Статья для информации родителям, срока давности не имеет.

А почему только родителям?. Хотя да. Родителям но еще и тренерам в одном флаконе. Есть немало тренеров-родителей форсирующих подготовку. Хотя как раз они и знают о вреде. А просто родители далекие от спорта так ведут себя зачастую по незнанию. В группе с моим ребенком плавал мальчик 8 лет. У него было 2 тренировки в день + по выходным индивидуально с тренером. Ну поплавал немного впереди других ребят. Родители умилялись. Только вот теперь его обгоняют те кто был сзади. Есть замечательная книга Тимаковой Т.С. Подготовка юных пловцов в аспектах онтогенеза. Неплохо бы родителям с ней познакомиться.

----- ИРИНА

Тема амбиций родителей многократно поднималась на форуме. Амбиции хороши, но чаще они неукратимы! Дети-наше все, поэтому и все и сейчас. Я согласна с этим выражением, тем более, что ДАЖЕ ОБЪЯСНЯЯ РОДИТЕЛЮ, ЧТО НЕКОТОРЫЕ ВЕЩИ НЕ ПО ВОЗРАСТУ РЕБЕНКА- РОДИТЕЛЬ

ОТВЕЧАЕТ-ВСЕ И СЕЙЧАС!!!!

----- Мелисса1

Дети-наше все и поэтому нужно относиться к ним бережнее. Чемпион но с больным сердцем - кому это нужно. Спорт заканчивается рано а жизнь продолжается. И как известно здоровье не купишь ни за какие деньги.

----- parent

**Цитата: Мелисса1 от 08 Июня 2008, 18:58:18**

Дети-наше все и поэтому нужно относиться к ним бережнее. Чемпион но с больным сердцем - кому это нужно. Спорт заканчивается рано а жизнь продолжается. И как известно здоровье не купишь ни за какие деньги. а стать чемпионом и остаться здоровым в наше время, увы, практически невозможно. тут задача, помимо чемпионства, пройти этот путь с наименьшим злом для здоровья.

----- ИРИНА

Тут здоровым может остаться и сердце, а вот психика.....

----- sds

**Цитата: Мелисса1 от 08 Июня 2008, 13:11:13**

**Цитата: удав от 28 Февраля 2007, 15:19:47**

Статья для информации родителям, срока давности не имеет.

А почему .....Есть замечательная книга Тимаковой Т.С. Подготовка юных пловцов в аспектах онтогенеза. Неплохо бы родителям с ней познакомиться.

Книга очень полезная!

У нас тренер спортом никогда не занимался, родители даже были согласны оплатить ему литературу (материалы конференции в Питере). А он сказал, что ему ничего читать не надо, вы бы (родители) лучше детей (9-11 лет) на две тренировки водили, чтобы объем набрать. Вот такая грустная история. 😞

----- Мелисса1

Действительно грустно. Наверное тот тренер который книг не читает и ничем не интересуется и берет объемами с маленького возраста не умея технику ставить.

----- parent

**Цитата: Мелисса1 от 10 Июня 2008, 11:28:55**

Действительно грустно. Наверное тот тренер который книг не читает и ничем не интересуется и берет объемами с маленького возраста не умея технику ставить.

к сожалению, не читающих ничего и считающих себя самыми \"умными и великими, и непонятыми\" тренеров сейчас большинство. те, кто в возрасте, дают все по своему опыту(хорошо или плохо это - вопрос отдельный), молодые тренера зачастую просто их копируют, тем более, что ни сами эти возрастными тренерами и воспитаны... Другая крайность у молодых - начитаются чего попало и давай эксперименты над детьми ставить - тоже опасное занятие. если же есть тренерская школа в бассейне, которая может сочетать опыт и новаторство - вот здесь детям счастье.....

----- Мелисса1

Что может дать такой тренер ребенку который не хочет сам развиваться и идти вперед. Наверное от большой гордыни думает что он уже все знает. У нас тренер тоже учил детей по своему дненику по которому сам когда то тренировался. А что если его тренер в свое время делал ошибки и этот теперь их слепо копирует. Какая от этого польза.

----- Мелисса1

И еще научная группа под боком.

----- sds

Задал как -то вопрос директору ДЮСШ о наличии в школе спортивного врача. Он чуть от смеха не умер. Зачем говорит он вам нужен, вот МС станете в сборную может быть попадете вот тогда за вами врачи и будут присматривать. Так ведь таким подходом никто до этого не доживет. Либо здоровье подорвут, либо бросят.

На соревнования, сборы когда ездим вместо врача берем родителей медиков. А что делать?

Совершенно случайно сделал для себя открытие после разговора с тренером. Он мне говорит твой ребенок в режим у меня не укладывается. Все мол плывут, а он только половину задания терпит. (Замечу что \"все\" это 93-95 г.р., а мой - 97 г.р.). Я у тренера интересуюсь: на каком пульсе плаваете, как восстанавливается? Ответ тренера: \"А это зачем. Сейчас подход другой. Я время указал пусть плывут\" 😊.

А самое страшное, что поменять-то не накого. Во-первых их не так много,

да странные они какие-то.

Один - категорически против занятий в зале по ОФП,  
второй - пару раз в месяц растяжку сделает,  
третий - гоняет 2000-1998гг.р. всю тренировку на время по 25 м, дети у него как-будто батарейку проглатили и носятся. какая там техника. успеть бы доплыть, а дело в том, что его ответственным за обновление рекордов школы назначили - вот он и старается мир удивлять. Вот так и живем в борьбе за здоровье ребенка и с надеждой на лучшее.

По себе помню, когда сам плавал, по несколько человек из группы регулярно направляли на контрольные обследования на кафедру спортивной медицины ( не путать с диспансером) хотя мы детьми были. А бывало прямо на тренировку приходил врач: дает нагрузку, потом измерение давления , пульса отдых опять измерения т.д.. Вот такой подход был.

----- parent

**Цитата: Мелисса1 от 10 Июня 2008, 11:43:30**

Что может дать такой тренер ребенку который не хочет сам развиваться и идти вперед. Наверное от большой гордыни думает что он уже все знает. У нас тренер тоже учил детей по своему дненику по которому сам когда то тренировался. А что если его тренер в свое время делал ошибки и этот теперь их слепо копирует. Какая от этого польза.

это все понятно, НО ГДЕ ВЗЯТЬ ДРУГИХ ТРЕНЕРОВ? Вы знаете? я - нет. этот вопрос неоднократно уже обсуждался. причем эта проблема видна от самого маленького городка до главной сборной страны.

----- parent

**Цитата: sds от 10 Июня 2008, 15:38:31**

Задал как -то вопрос директору ДЮСШ о наличии в школе спортивного врача. Он чуть от смеха не умер. Зачем говорит он вам нужен, вот МС станете в сборную может быть попадете вот тогда за вами врачи и будут присматривать. Так ведь таким подходом никто до этого не доживет. Либо здоровье подорвут, либо бросят.

На соревнования, сборы когда ездим вместо врача берем родителей медиков. А что делать?

Совершенно случайно сделал для себя открытие после разговора с тренером. Он мне говорит твой ребенок в режим у меня не укладывается. Все мол плывут, а он только половину задания терпит. (Замечу что \\\\\"все\\\\\\" это 93-95 г.р., а мой - 97 г.р.). Я у тренера

интересуюсь: на каком пульсе плаваете, как восстанавливается? Ответ тренера: \\\\\\\\\\\\\\\\\\\\"А это зачем. Сейчас подход другой. Я время указал пусть плывут\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\" 😞.

А самое страшное, что поменять-то не накого. Во-первых их не так много, да странные они какие-то.

Один - категорически против занятий в зале по ОФП,  
второй - пару раз в месяц растяжку сделает,  
третий - гоняет 2000-1998гг.р. всю тренировку на время по 25 м, дети у него как-будто батарейку проглатили и носятся. какая там техника. успеть бы доплыть, а дело в том, что его ответственным за обновление рекордов школы назначили - вот он и старается мир удивлять. Вот так и живем в борьбе за здоровье ребенка и с надеждой на лучшее.

я всегда подозревал, что мы не одиноки... 😞

----- ИРИНА

[Цитата: sds от 10 Июня 2008, 11:12:32](#)

[Цитата: Мелисса1 от 08 Июня 2008, 13:11:13](#)

[Цитата: удав от 28 Февраля 2007, 15:19:47](#)

Статья для информации родителям, срока давности не имеет.

А почему .....Есть замечательная книга Тимаковой Т.С. Подготовка юных пловцов в аспектах онтогенеза. Неплохо бы родителям с ней познакомиться.

Книга очень полезная!

У нас тренер спортом никогда не занимался, родители даже были согласны оплатить ему литературу (материалы конференции в Питере). А он сказал, что ему ничего читать не надо, вы бы (родители) лучше детей (9-11 лет) на две тренировки водили, чтобы объем набрать. Вот такая грустная история. 😞

Интересные вещи- и впрямь, зачастую, родители лучше бы водили своего ребенка регулярно на трени!!!! И не покупали после тренировки мороженое прямо в бассейне! С этим я сталкиваюсь ежедневно! Есть другая категория родителей- ВЫ МАЛО ПЛАВАЕТЕ, А МЫ ВОЗЬМЕМ ДОПОЛНИТЕЛЬНО ЗА ДЕНЬГИ, И ХОРОШИЕ, ТРЕНЕРА И БУДЕМ ЧЕМПИОНАМИ. И неважно таким родителям, что тот-другой учит по-другому, и что ребенку, зачастую это не надо!!!! Родитель не понимает- КАК ЭТО Я ПЛАЧУ, А ОН У ВАС НЕ ЧЕМПИОН, И У ВАС ОН ПЛАВАЕТ МЕНЬШЕ И ПОЧЕМУ-ТО НЕ ПЕРВЫЙ? 😞? И не вдомек такому родителю, что надо просто доверять своему тренеру! А беготня от одного к другому..... Но это на уровне начинания.

Теперь о методическом росте тренера- КОНФЕРЕНЦИЯ ЭТО ЗДОРОВО!!! Но у нас произошли такие изменения и потрясения в стране, что целый пласт специалистов отсутствует! И каждое новое, подкрепленное слово на вес золота. Никто теперь ничем делиться не хочет! И лекции читаются зачастую, те что и 20 лет назад, НО ПРИ ЭТОМ НОВОЕ ПОКАЛЕНИЕ ТРЕНЕРОВ И ОБ ЭТОМ НЕ СЛЫХИВАЛО!!! Вот так в потемках и по старым дневникам и тренируют. Высшее образование- это отдельная тема.

----- sds

Можно долго спорить на тему плохих-хороших тренеров и родителей, всё-равно не договоримся. У каждого найдется масса положительных и отрицательных примеров.

А причина возможно - в отсутствие должной организации в ДЮСШ и контроля за соблюдением тренировочных программы рекомендаций. В этом конечно не вина тренеров, скорее наша общая беда.

ДЮСШ как праило относятся к системе образования как и любая общеобразовательная школа. Так если в обычной школе ведется работа с родителями (собрания раз в четверть) и родители знают чему и как обучают их детей. А в ДЮСШ априори негативное отношение к родителям, особенно к тем, у кого много вопросов. А если, например, неугомонный родитель вмешивается в тренировочный процесс (мало или много плавает его ребенок), так пусть тренер покажет ему свой план подготовки спортсмена и даст понять, что тренировки носят осмысленный характер.

Пример и жизни. Ребенок записывает тренировку в дневник, пишет: упражнение 200 м в/с. Спрашиваю какое именно упражнение, а он мне в ответ, тренер сказал плывете любое какое хотите.

Почему читают лекции 20 летней давности? Конечно, основополагающие знания от времени не зависят. А что научная работа последние 20 лет не ведется? Не верю. Потому как, какого спортсмена не возьми - он кандидат или доктор наук.

----- ALEKCA40

Тренер в ДЮСШ растит ученика до определенного периода. Потом должен его передать другому тренеру .И хочется тренеру из ДЮСШ немного пощипать с этого ученика .Вот и начинает он ускорять процесс и подкармливать своего подопечного всякими таблеточками. Обо всех не говорю. Родители- будьте бдительны. Доверяй- но проверяй!

----- parent

**Цитата: ALEKCA40 от 11 Июня 2008, 20:39:38**

Тренер в ДЮСШ растит ученика до определенного периода. Потом должен

его передать другому тренеру .И хочется тренеру из ДЮСШ немного пощипать с этого ученика .Вот и начинает он ускорять процесс и подкармливать своего подопечного всякими таблеточками.Обо всех не говорю.Родители- будьте бдительны. Доверяй- но проверяй!

у нас для этого бригада - от сог до всм, при этом есть договор с распределением премий на всю спортивную жизнь воспитанника. конечно, пропорции надбавок меняются, но все таки....

----- ИРИНА

**Цитата: sds от 11 Июня 2008, 16:03:28**

Можно долго спорить на тему плохих-хороших тренеров и родителей, всё-равно не договоримся. У каждого найдется масса положительных и отрицательных примеров.

А причина возможно - в отсутствие должной организации в ДЮСШ и контроля за соблюдением тренировочных программы рекомендаций. В этом конечно не вина тренеров, скорее наша общая беда.

ДЮСШ как праило относятся к системе образования как и любая общеобразовательная школа. Так если в обычной школе ведется работа с родителями (собрания раз в четверть) и родители знают чему и как обучают их детей. А в ДЮСШ априори негативное отношение к родителям, особенно к тем, у кого много вопросов. А если, например, неугомонный родитель вмешивается в тренировочный процесс (мало или много плавает его ребенок), так пусть тренер покажет ему свой план подготовки спортсмена и даст понять, что тренировки носят осмысленный характер.

Пример и жизни. Ребенок записывает тренировку в дневник, пишет: упражнение 200 м в/с. Спрашиваю какое именно упражнение, а он мне в ответ, тренер сказал плывете любое какое хотите.

Почему читают лекции 20 летней давности? Конечно, основополагающие знания от времени не зависят. А что научная работа последние 20 лет не ведется? Не верю. Потому как, какого спортсмена не возьми - он кандидат или доктор наук.

Почему читают лекции 20 летней давности? Потому, что это я знаю доподлинно, но и эти знания уже новому поколению **НОВЫИМ СЛОВОМ КАЖЕТСЯ!** Может и впрямь **НОВОЕ-ХОРОШО ЗАБЫТОЕ СТАРОЕ!!!** А спортсменов кандидатов и докторов, а не псевдо -это в самом деле **РЕДКОСТЬ!!!**

200 м вст -любые - вот Вам и ответ на Ваше сомнение. Поэтому спортсмены доктора-жизнь заставляет быть таковыми и их и их родителей!

----- AI

**Цитата: sds от 11 Июня 2008, 16:03:28**

А что научная работа последние 20 лет не ведется? Не верю. Потому как, какого спортсмена не возьми - он кандидат или доктор наук.

Признаком научной работы являются содержательные публикации. Если найдете - почитайте и дайте нам почитать. А большое количество кандидатов и докторов наук больше говорит о прогнившей нашей системе, чем о большой научной работе. Почитайте их диссертации.

Для реанимации спортивной науки и спортивной медицины нужны серьезные средства.

Есть некоторые энтузиасты, но у них чаще всего не хватает денег на современное оборудование.

Зато появились шарлатаны, которые за 100 дол. предсказывают родителям классные перспективы ссылаясь на передовые методики.

----- sds

**Цитата: ИРИНА от 11 Июня 2008, 23:39:06**

Почему читают лекции 20 летней давности? Потому, что это я знаю доподлинно, но и эти знания уже новому поколению НОВЫИМ СЛОВОМ КАЖЕТСЯ! Может и впрямь НОВОЕ-ХОРОШО ЗАБЫТОЕ СТАРОЕ!!! А спортсменов кандидатов и докторов, а не псевдо -это в самом деле РЕДКОСТЬ!!!

200 м вст -любые - вот Вам и ответ на Ваше сомнение. Поэтому спортсмены доктора-жизнь заставляет быть таковыми и их и их родителей!

Ирина, может Вы знаете, ВФП собирается что-то делать для развития научной и методической составляющей тренерской работы? Или у федерации другие интересы?

----- parent

**Цитата: sds от 12 Июня 2008, 13:20:26**

**Цитата: ИРИНА от 11 Июня 2008, 23:39:06**

Почему читают лекции 20 летней давности? Потому, что это я знаю доподлинно, но и эти знания уже новому поколению НОВЫИМ СЛОВОМ КАЖЕТСЯ! Может и впрямь НОВОЕ-ХОРОШО ЗАБЫТОЕ СТАРОЕ!!! А спортсменов кандидатов и докторов, а не псевдо -это в самом деле РЕДКОСТЬ!!!

200 м вст -любые - вот Вам и ответ на Ваше сомнение. Поэтому спортсмены доктора-жизнь заставляет быть таковыми и их и их родителей!

Ирина, может Вы знаете, ВФП собирается что-то делать для развития научной и методической составляющей тренерской работы? Или у федерации другие интересы?

я не Ирина, но ответ очевиден - у ВФП другие интересы. может, что-то и изменится, но когда - это вопрос, увы.

----- ИРИНА

**Цитата: AI от 12 Июня 2008, 10:22:59**

**Цитата: sds от 11 Июня 2008, 16:03:28**

А что научная работа последние 20 лет не ведется? Не верю. Потому как, какого спортсмена не возьми - он кандидат или доктор наук.

Признаком научной работы являются содержательные публикации. Если найдете - почитайте и дайте нам почитать. А большое количество кандидатов и докторов наук больше говорит о прогнившей нашей системе, чем о большой научной работе. Почитайте их диссертации.

Для реанимации спортивной науки и спортивной медицины нужны серьезные средства.

Есть некоторые энтузиасты, но у них чаще всего не хватает денег на современное оборудование.

Зато появились шарлатаны, которые за 100 дол. предсказывают родителям классные перспективы ссылаясь на передовые методики.

Ой, как не в бровь, а в глаз!!!!!! Это по-поводу последней цитаты. Мучаюсь именно с таким родителем. Где-то за бабки навешали на все что можно, извините, наболело! А мне доказывают... А ребенка жаль. Все за него решают, да и за меня тоже. Как, что.. и еще с претензиями.

----- ИРИНА

**Цитата: sds от 12 Июня 2008, 13:20:26**

**Цитата: ИРИНА от 11 Июня 2008, 23:39:06**

Почему читают лекции 20 летней давности? Потому, что это я знаю доподлинно, но и эти знания уже новому поколению НОВЫМ СЛОВОМ КАЖЕТСЯ! Может и впрямь НОВОЕ-ХОРОШО ЗАБЫТОЕ СТАРОЕ!!! А

спортсменов кандидатов и докторов, а не псевдо -это в самом деле РЕДКОСТЬ!!!

200 м вст -любые - вот Вам и ответ на Ваше сомнение. Поэтому спортсмены доктора-жизнь заставляет быть таковыми и их и их родителей!

Ирина, может Вы знаете, ВФП собирается что-то делать для развития научной и методической составляющей тренерской работы? Или у федерации другие интересы?

С удовольствием поделюсь всем, НО ВФП со мной своими планами не делится :lol: :lol: Если серьезно, то курсы повышения квалификации закончили многие именно сейчас. И знаете, курсы лекций интересные, мобильные в плане направленности. Можно попросить прочитать лекцию именно той направленности, которая интересна. Очень понравилась лекция по социологии. Активное участие, а это главно, принимали все слушатели. Получались занятия в виде круглого стола. Не формально, живо, с приведением примеров. Да и читали люди прямо связанные со спортом. Возрождается эта система повышения квалификации. Это приятно. Главное, что есть общение между тренерами.

----- Olof

не знаю, кто как. мой, ластовик, правда, 97г.р. за 2 года занятий выплыл из минуты на сотне (на трене, на сориках 1,02), тренера (оба два) говорят - четко выраженный стаер, причем аппаратчик (кто в теме - знают.), для него и сотня скоро станет \\\"слишком быстрой\\\", но они не гонятся за быстрыми секундами, а тихой сапой готовят к длинным, утешая и переживая с ним проигрыши на коротких, дескать, подожди, подрастешь - все медали на 400 и дальше - твои! но тут еще фишка в том, что тренера сами - не скоростники, а ориентировщики, а там не столько скорость важна, как голова на месте, поэтому его и не гонят никуда, хотя плавает с 94 годом, но объемы небольшие - около 1500 за треню. вода 4 раза в неделю, 2 раза зал, плюс мы с ним ходим в бассейн самостоятельно, но там он только с тумбы прыгает, да балуется (а все равно в воде! 😊)

это я к чему - да к тому что тех, кто год назад его обгонял (ранних) он \\\"съел\\\", теперь на 95 год \\\"зубы точит\\\" и даже, если не будет результатов, никуда от тренера не уйдем - она с ними, как курица-наседка, нянчится и носится. зато присутствуя и помогая на соревнованиях я посмотрелся на \\\"результативных\\\" тренеров, которые обзывают, орут на 10-летних детей так, будто судьба страны и всего человечества в заплыве решается, и честное слово, хочется иногда подойти и обложить матерком самого тренера.

сумбурно, но имхо гнать надо, но гнать неспеша! 😊

----- ИРИНА

И я насмотрелась на вышеперечисленных ранних. Тут тему можно подправить - не детское сердце в опасности, а детская психика!

----- удав

В 10-11 лет из минуты на сотне - это круто.  
Позвольте узнать, где готовят таких уникальных спортсменов и вашу фамилию, чтобы посмотреть, куда Вы приплывете в будущем.

----- Nastassia

Но это же в ластах....

----- sds

Вернулись с соревнований в Волгограде.  
Я конечно слышал, что в Волгограде работают на объемах, но 10 км в день с 10 лет!!! :shock:  
Мало того, так у них последователи появились в Воркуте: 97 г.р. 200 м кп - 2:35 с копейками!!!  
С таким подходом здоровое поколение нашей стране не грозит. 😊

----- parent

**Цитата: sds от 06 Июля 2008, 22:42:46**

Вернулись с соревнований в Волгограде.  
Я конечно слышал, что в Волгограде работают на объемах, но 10 км в день с 10 лет!!! :shock:  
Мало того, так у них последователи появились в Воркуте: 97 г.р. 200 м кп - 2:35 с копейками!!!  
С таким подходом здоровое поколение нашей стране не грозит. 😊  
Коми всегда славились объемами - так что, это Волгоград последователи.....

----- levinas

Мы тоже вернулись с Волгограда-нам всем показалось-что они что-то уже \"принимают\". Может я не права?

----- parent

**Цитата: levinas от 07 Июля 2008, 00:12:43**

Мы тоже вернулись с Волгограда-нам всем показалось-что они что-то уже \\\\"принимают\\\\".Может я не права?  
не пойман - не.....не раз уже предлагали ввести ДК на ВД - ВФП молчит...

----- AI

**Цитата: levinas от 07 Июля 2008, 00:12:43**

Мы тоже вернулись с Волгограда-нам всем показалось-что они что-то уже \\\\"принимают\\\\".Может я не права?

Допинг контроль в Волгограде был, проверяли призеров. Так как большинство призеров \\"повторялись\\", то их проверяли по несколько раз. Я за этим \\"показалось\\" слежу уже года четыре - начиная с Кубков Москвы, когда родители на трибунах обсуждали 10-11 летних детей. Между стартами делать нечего - начинаешь прикалываться:  
- Смотри как плышет, с чего бы это?  
- А он работает на керосине, стакан перед каждым стартом. И ведь некоторые верят....

----- levinas

Если так,то простите.Но трибуны действительно обсуждали.

----- parent

**Цитата: AI от 07 Июля 2008, 10:59:20**

**Цитата: levinas от 07 Июля 2008, 00:12:43**

Мы тоже вернулись с Волгограда-нам всем показалось-что они что-то уже \\\\\"принимают\\\\".Может я не права?

Допинг контроль в Волгограде был, проверяли призеров. Так как большинство призеров \\\\"повторялись\\\\" , то их проверяли по несколько раз. Я за этим \\\\\"показалось\\\\" слежу уже года четыре - начиная с Кубков Москвы, когда родители на трибунах обсуждали 10-11 летних детей. Между стартами делать нечего - начинаешь прикалываться:  
- Смотри как плышет, с чего бы это?  
- А он работает на керосине, стакан перед каждым стартом. И ведь некоторые верят....  
и как? проблем ни у кого не было?

----- AI

Если Вы спрашиваете про результаты допинг контроля в Волгограде - 3 недели прошло, пока ничего не слышно. Другие вопросы мы вроде уже обсудили?

----- sds

**Цитата: levinas от 07 Июля 2008, 00:12:43**

Мы тоже вернулись с Волгограда-нам всем показалось-что они что-то уже \\\\\"принимают\\\\\\".Может я не права?

На счет \\\\\"принимают\\\\\\" я не видел, а вот тело чем-то мажут. Тренер с каким-то флаконом бегают и тех кто уходит на формирование заплыва мажет с головы до ног - дети аж блестят на солнце.

----- Белый Кит

**Цитата: sds от 07 Июля 2008, 13:57:38**

**Цитата: levinas от 07 Июля 2008, 00:12:43**

Мы тоже вернулись с Волгограда-нам всем показалось-что они что-то уже \\\\\"принимают\\\\\\".Может я не права?

На счет \\\\\"принимают\\\\\\" я не видел, а вот тело чем-то мажут. Тренер с каким-то флаконом бегают и тех кто уходит на формирование заплыва мажет с головы до ног - дети аж блестят на солнце.

Может, это был крем/спрей для защиты от солнца ? 😊

----- AI

Скипидаром, наверное.

----- Nastassia

Допинг контроль неплохо бы брать не только на соревнованиях.но и на сборах.(желательно внезапно),так как применение некоторых препаратов позволяет существенно повысить работоспособность и соответственно дает возможность резко повысить нагрузки на растущий организм. Затем препарат перед соревнованиями может быть выведен из организма и у детей могут быть высокие результаты не за счет самих препаратов, а за счет того, что применение их ранее дало возможность резко увеличить объемы. Поскольку рекомендации по препаратам обычно в детских группах дает не врач, и никто не рассчитывает дозы в соответствии с возрастом,то все это может нанести непоправимый вред еще несформировавшемуся ребенку в будущем. По прошествии времени объемы тренировок у тех кто форсировал и у других детей сравниваются и о многих детях -вундеркиндах

уже никто не вспомнит, у них застынут результаты и будет потеряно здоровье и главное .... в этом никто не будет виноват... Это будут проблемы только родителей и юного спортсмена....

(иногда дети выигрывают именно техникой, что очень очень хорошо. но бывает не так часто). :

PS. Конечно, раз ничего ни у кого не обнаружили, то все прекрасно!  
Но все-таки родителям спортсменов есть о чем задуматься... :?

----- sds

Может, это был крем/спрей для защиты от солнца ? 😊

### **Цитировать**

Солнца не было. Только последний день без дождя прошел.

----- parent

### **Цитата: AI от 07 Июля 2008, 13:45:38**

Если Вы спрашиваете про результаты допинг контроля в Волгограде - 3 недели прошло, пока ничего не слышно.

Другие вопросы мы вроде уже обсудили?

помнится, по Детенюк в Чебоксарах официально тоже ничего не было, а реально....обсуждали это в другой ветке

----- Алексей

Я за последние два месяца уже несколько раз слышу про какие-то мифические мази. Уже давно проводились исследования на возможность использования мазей для повышения скорости - результат отрицательный. Может конечно придумали что-то новое, но скорее всего очередной блеф. Про фарму - а что нельзя? Или вы приравниваете фарму к допингам? В том возрасте можно не прибегая к серьезной фарме, тем более к допингам, за счёт варирования нагрузок достаточно резко повысить результаты. И без вреда здоровью. Правда этот результат сложно удержать, будет спад, но при правильной работе он вскоре вернется и даже вырастит.

При резком улучшении результата возможно всё, и форсаж нагрузки (хотя я не совсем понимаю что это такое), и допинги, но это пусть будет на совести тренеров, врачей, спортсменов (в 90% случаев они всё знают), их родителей. Надо лучше думать о том как, НЕ НАВРЕДИВ РЕБЁНКУ, показать максимально возможный результат - то есть помочь ему РЕАЛИЗОВАТЬ СВОИ ВОЗМОЖНОСТИ И ЕГО МЕЧТЫ.

----- Nastassia

В принципе все сказанное верно, однако часто тренеры рекомендуют фарму ( и достаточно старую, т.е. что пили сами, не задумываясь о побочных эффектах, целях и пересчете дозирования в зависимости от возраста, веса и т.п., а также плохо ориентируясь на антагонизме препаратов или их синергизме. Проблема в том, что за результаты применения фармы в таком варианте, тренер ответственности не несет, он же не врач. Речь не идет о грамотных тренерах, которые консультируются с врачами спортивной медицины или хотя бы грамотно вникающие в проблему и при этом работающие на перспективу ребенка. Кстати, необходима полная и достоверная информация родителям о применяемой в тренерском процессе фарме ( класс препаратов, побочные эффекты, возможность применения у детей и соотношение риск/эффект. Потому что родители должны соглашаться или не соглашаться с конкретной фармой с открытыми глазами для собственного ребенка... А насчет грамотно помочь реализовать свои возможности и продолжить побеждать во взрослом возрасте, это все очень верно и таким тренерам надо сказать спасибо. :lol: :lol:

----- Алексей

В принципе согласен. Но есть одно но. Подавляющее большинство родителей в фарме (особенно спортивной) разбирается на много меньше тренера, они идут советоваться к знакомым, иногда знакомым врачам, бывшим спортсменам (очень часто таким как ....., которые очень много со знанием дела рассказывают что и как надо делать), в итоге скандал. У меня был случай - один папаша спросил своего друга (кандидата медицинских наук) о СТИМОЛЕ. Ему ответили - гормональный препарат. Последствия понятны. Это было бы смешно, если бы не было так грустно.

Надо больше официальной, новой и доступной информации о фарме и новых методиках. А у нас .....

----- parent

**Цитата: Nastassia от 07 Июля 2008, 20:26:47**

В принципе все сказанное верно, однако часто тренеры рекомендуют фарму ( и достаточно старую, т.е. что пили сами, не задумываясь о побочных эффектах, целях и пересчете дозирования в зависимости от возраста, веса и т.п., а также плохо ориентируясь на антагонизме препаратов или их синергизме. Проблема в том, что за результаты применения фармы в таком варианте, тренер ответственности не несет, он же не врач. Речь не идет о грамотных тренерах, которые консультируются с врачами спортивной медицины или хотя бы грамотно вникающие в проблему и при

этом работающие на перспективу ребенка. Кстате, необходима полная и достоверная информация родителям о применяемой в тренерском процессе фармы( класс препаратов, поб.эффекты, возможность применения у детей и соотношение риск/эффект. Потому что родители должны соглашаться или не соглашаться с конкретной фармой с открытыми глазами для собственного ребенка... А насчет грамотно помочь реализовать свои возможности и продолжить побеждать во взрослом возрасте ,это все очень верно и таким тренерам надо сказать спасибо. :lol: :lol:

все это правильно, НО: 1. а где их взять, правильных и грамотных спортивных врачей?. 2. как объяснить родителям, в своей основной массе, просто не понимающей таких слов, как класс препарата, фарма и т.д. Тем более, когда ТРНЕР говорит- попейте вот это и будете чемпионами.....Какое тут согласие родителей на ОПРЕДЕЛЕННУЮ фарму... мое ИМХО - до лет 14 у девочек все таки надо работать без фармы - питание, грамотные тренировки и т.п. Либо растить чемпионку всего чего получается в возрасте 10-11лет при помощи химии, в т.ч. и разрешенной(для взрослых).

----- Nastassia

По крайней мере, наши дебаты, возможно заставят родителей задуматься о неправильной позиции легкомысленного согласия на применение препаратов без детального собственного анализа какой вред/пользу они могут принести. Ведь любой родитель хочет видеть своего ребенка не победителем лишь в 10-13 лет, а человеком могущем реализовать свои возможности также во взрослом состоянии с минимальной потерей здоровья, а лучше и вовсе без потерь. К сожалению, форсаж+ применение фармы далеко не всегда носят долгосрочный характер, поэтому цели некоторых тренеров и родителей детей могут расходиться. Не всегда родители вовремя задумываются над процессом и результатом и легкомысленно не задумываются об чуть отдаленных последствиях....

----- Алексей

Фарма нужна всем с раннего возраста. Только какая? Что вы подразумеваете под этим словом? Для меня - это в первую очередь витамины, минералы, микроэлементы. А для вас?

----- Алексей

А что такое форсаж? не совсем понимаю.

----- Nastassia

**Цитата: Алексей от 07 Июля 2008, 20:56:58**

Фарма нужна всем с раннего возраста. Только какая? Что вы подразумеваете под этим словом? Для меня - это в первую очередь витамины, минералы, микроэлементы. А для вас?

Я говорю о более серьезной фарме., и чато тренеры не совсем ориентируются или ....говоря.что данный препарат относится к витаминам. ( хорошо.если у вас не так\\\\)Я также не говорю, о невозможности применения фармы(не будем называть конкретные препараты. ато дискуссия продолжится .а мы должны бы ее обсуждать в другом разделе). Но в условиях,когда зачастую в долгосрочных результатах с сохраненным здоровьем наиболее заинтересованы родители,советую всем хотя бы читать инструкцию о применении(ограничение по возрасту.противопоказания,синнергизм/антогонизм препаратов... Кроме того,зачастую (хоть это и не вредно) даются бады,не обязательно приносящие пользу,а это пустая трата денег. Все просто должно делаться вовремя и иметь цель.устраивающую родителей...

**Цитировать**

----- parent

**Цитата: Алексей от 07 Июля 2008, 20:56:58**

Фарма нужна всем с раннего возраста. Только какая? Что вы подразумеваете под этим словом? Для меня - это в первую очередь витамины, минералы, микроэлементы. А для вас?

да, именно это и в комплексе, НО!!!!не с грудного возраста же! и не с 8-10 лет в плавании...ИМХО - рановато организм загружать искусственными витаминами, минералами etc

----- Алексей

Лучше его загрузить чипсами 😊 и т.п. Витамины не задерживаются в организме, если нет передоза, но эта на самом деле другая тема.

Ещё по поводу ранних.

Во-первых, есть дети раннего развития и очень часто они показывают рез-ты именно в детском возрасте, а затем после перестройки организма они не в состоянии что-либо интересное показать.

Во-вторых, часто, в будущем высокорослые спортсмены, не в состоянии показать рез-ты в детском возрасте, просто не положено природой.

Показывают рано рез-ты чаще спортсмены определённого телосложения, а в дальнейшем из-за него же останавливаются в развитии.

В-третьих, часто у детей после серьёзного скачка рез-тов наступает плато или даже спад, в этот момент их надо удержать и продолжать с ними

работать. А у нас чаще всего этих ребят списывают со счетов, делается это на всех уровнях - тренером, руководством школы, обласными и городскими федерациями, старшими тренерами сборной России и даже родителями этих детей.

Существуют исключения. Но очень часто это происходит именно так. Повторяюсь - не всегда.

----- parent

вот и возникает, собственно, вопрос от родителей, посещающих данную конфу, т.е. не инертных, идущих на поводу у тренеров, а интересующихся развитием СВОЕГО ребенка, думающих о его/ее будущем - А ЧТО ДЕЛАТЬ? что есть/пить? в какой последовательности, в какой тренировочный период, какие перерывы между курсами? кто подскажет? ну нет у нас в округе врача - скажем так - фармаколога. у нас диспансер-то раз в год по праздникам. и возраст(тут уж о своей) как раз тот, о уотром Вы говорите - 12 лет, выросла за год с 152 до 164см, КМС и т.д. к кому обращаться. тренер у нас о детях думает, не только о результате, но кроме Джумбы(ьак вроде) ничего не употребляли никогда.....

----- Алексей

Можете почитать статьи и книги О.С.Куленёнова. Много очень интересного.

----- Алексей

И ещё. Никто заочно кроме врача, да и тот обобщённо, не скажет когда, что и сколько принимать. Не потому что жалко. Просто надо отвечать за свои слова и поступки. А заочно такие рекомендации дать не возможно.

----- parent

**Цитата: Алексей от 07 Июля 2008, 21:51:24**

И ещё. Никто заочно кроме врача, да и тот обобщённо, не скажет когда, что и сколько принимать. Не потому что жалко. Просто надо отвечать за свои слова и поступки. А заочно такие рекомендации дать не возможно.

вот и я о том же. получается практически замкнутый круг. особенно с нашими врачами. моей , с позволения сказать, врач посоветовал поменьше тренироваться и не торопиться на соревнованиях, тогда не надо будет витамины пить и анализы в диспансере сдавать.....

поэтому, как и сам когда-то, в спортивной молодости, опять метод научного тыка.....жаль. а так хочется правильно, с индивидуальным и

обоснованным подходом хотя бы в витаминах... ладно, прорвемся, надеюсь. на сегодня главный показатель здоровья ребенка - глаза, поведение, \"правильная\" усталость после тренировки и кормежка тем, что просит сама ( с учетом собственного опыта).

----- Алексей

Моей спортсменке 15 лет, проходила обследование в обычной клинике. Кардиолог ей сказала - вот видишь, всё теперь нормально, как плавать закончила и за 2 года всё восстановилось. При этом девчонка не прекращала тренироваться и загод до этого выполнила МС, а сейчас готовилась К Чемпионату России. 😊😊😊

----- Nastassia

Непонятно.а что до этого были какие-то проблемы с сердцем(Объективные исследования?) Если в Москве,то может взять направление и провериться в институте спортивной медицины?!

----- Алексей

Никаких. Предвзятое отношение медиков к спортсменам, особенно спортсменкам. Плюс, сердце действующего спортсмена на кардиограмме несколько отличается от сердца средне статистического простого смертного.

----- Nastassia

Да,обычно бывает брадикардия(это нормальная реакция сердца на нагрузку),остальные изменения могут быть допустимыми.но нут надо смотреть. :lol:

----- Алексей

Слава Богу, за всю мою практику, проблем со здоровьем, связанных со спортом, у моих спортсменов не было. Просто не надо забывать, что приходят к нам тренироваться дети, у которых в большинстве случаев, есть уже целый букет всевозможных заболеваний.

----- sds

**Цитата: Алексей от 07 Июля 2008, 20:58:50**

А что такое форсаж? не совсем понимаю.

Имеется в виду увеличение нагрузки до объемов не соответствующих возрасту спортсмена.

Не понятно как такое вообще возможно. Существует тренировочный план, который должен соответствовать программе ДЮСШ (СДЮШОР), а за соблюдением плана должен следить завуч спорт.школы. Ведь в обычной школе невозможно в 5 классе изучать материал старших классов. А получается, что когда 10-летний мальчик плавает 1500 м, 800 м, 400 м в/с и 400 м к/п по 1 разряду все хлопают в ладоши и радуются какой гений и какой хороший тренер. А это детё по 10 км в день пашит. Вот это и есть форсирование.

О какой многолетней подготовке в этом случае может идти речь?

----- AI

Ну тут сразу несколько тезисов, с которыми трудно согласиться.

**Цитата: sds от 08 Июля 2008, 13:35:18**

Имеется в виду увеличение нагрузки до объемов не соответствующих возрасту спортсмена.

Не соответствующих уровню подготовки спортсмена. Если возраст соответствует, а уровень подготовки нет, то от большой нагрузки ничего хорошего не будет.

**Цитата: sds от 08 Июля 2008, 13:35:18**

Существует тренировочный план, который должен соответствовать программе ДЮСШ (СДЮШОР), а за соблюдением плана должен следить завуч спорт.школы.

Тренировочный план д.б. настроен на соответствующего спортсмена или группу - прежде всего.

Гнаться за программой ДЮСШ со слабой группой - глупо. Тащиться по этой программе с сильной группой - еще глупее.

**Цитата: sds от 08 Июля 2008, 13:35:18**

Ведь в обычной школе невозможно в 5 классе изучать материал старших классов.

Возможно. И нет ничего плохого, если этот материал старших классов дается ребенку легко.

Конечно можно привести массу примеров, когда дети страдали от больших нагрузок и неправильного подхода.

Но лучше приводить примеры правильного подхода и хороших

результатов, которые не укладываются в программу ДЮСШ, но при этом все благополучно.  
Ведь наша программа ДЮСШ безнадежно устарела (лет 20-30).

----- sds

Рассуждения на тему \\\\"слабая\\\" или \\\\"сильна\\\" группа, а также о современности программы ДЮСШ, по меньшей мере дилетантские. Речь идет о соответствии тренировочных нагрузок онтогенезу юных пловцов, неотдельных спортсменов. Природу не обмануть. Конечно, если есть одаренный спортсмен, то и подход к нему должен быть индивидуальный. Но это единичные случаи.

А сейчас складывается ситуация, которая отдает банальной коммерциализацией. Форсируя подготовку в детском возрасте, что достоточно не сложно - получаем победителей ВД , ПР и как следствие денежное вознаграждение. Конечно, необходима материальная стимуляция. Но ограничиваться, только ВД и ПР нельзя.

Сделают девочке МС в 12 лет и радуются, она дальше занимается и в 17 лет также МС. А дальше девочка растет умнеет и не видит мотивация для занятий, зато имеет букет хронических заболеваний. Таких примеров достаточное количество.

Мы уже несколько лет побеждаем на ЮЧЕ, а что мы имеем на взрослом ЧМ и каков рейтинг наших спортсменов сейчас(см. этот сайт).

Сейчас тенденция к увеличению среднего возраста плоцов мирового уровня. Так за чем плодить \\\\"чудо-детей\\\", если ставить серьезные задачи в интересах РФ, а не банальное делание денег на детях.

----- AI

**[Цитата: sds от 08 Июля 2008, 15:09:33](#)**

Форсируя подготовку в детском возрасте, что достоточно не сложно - получаем победителей ВД , ПР

Вы лично пробовали это \\"несложно\\"?  
Самое легкое - обсуждать все это в Интернете.

----- sds

**[Цитата: AI от 08 Июля 2008, 15:27:15](#)**

**[Цитата: sds от 08 Июля 2008, 15:09:33](#)**

Форсируя подготовку в детском возрасте, что достоточно не сложно - получаем победителей ВД , ПР



Всё это хорошие слова, но вы скажите это детям, которые пришли побеждать, а не купаться. Это первое. А второе, что такое 20 или 40% от объёма тренировочной работы пловцов высокого класса. Можно работать на пульсе 22 и плыть мягко большие объёмы, а можно плавать 2 - 3 км в день, но на максимуме. Кто из них форсирует? Всё это слова! Есть теория и научные разработки, а есть конкретный человек со своими желаниями, своим здоровьем и своими функциональными возможностями. Все проценты и т.п. надо адаптировать под конкретного человека и под конкретные условия, а теория без этой адаптации полная абстракция и красивые слова. Насчёт программы ДЮСШ - я её знаю, но мне на неё абсолютно наплевать, как и большинству нормальных тренеров. Я работаю с людьми и всю теорию адаптирую под конкретного человека, и именно по этому практически никогда не указываю как тренироваться и с какой техникой плыть спортсменам, если я их хорошо не знаю, если я с ними не работал. Теория важна, она просто необходима и на неё надо опираться в своей работе, она должна помогать в работе со спортсменом, а не замещать собой живую работу с конкретным человеком. Высокий результат в детском возрасте, пустые цифры выполненной на бумаге работы, далеко не всегда говорят о форсаже или запретных методах работы. Есть индивидуальные возможности и только они определяют, что и сколько конкретному человеку надо плыть.

Проблемы с переходом юных спортсменов во взрослую спортивную жизнь, чаще всего связаны не с форсажем в детском возрасте (бывает, не спорю), а с организационными проблемами в нашей сборной и зачастую с не правильным формированием юношеской сборной, но это вопросы к Карпову и Конову. :lol:

----- AI

Из всех материалов конференций интересными и содержательными, на мой взгляд, были только практические занятия Турецкого. Ну а то, что устроили бизнес-фокусы с этими околонуучными материалами - это вообще позор.

Научные рассуждения, которые проводятся в свободный день на ВД,, например, имеют очень отдаленное отношение к подготовке юных спортсменов.

А главное - кто-нибудь последнее время пытался серьезно анализировать подготовку спортсменов на уровне юношеской сборной? Если есть такие материалы - дайте почитать.

----- sds

**Цитата: AI от 10 Июля 2008, 11:57:15**

А главное - кто-нибудь последнее время пытался серьезно анализировать подготовку спортсменов на уровне юношеской сборной? Если есть такие материалы - дайте почитать.

В книге Тимаковой как раз и описываются исследования юных спортсменов. Эту книгу можно попробовать купить через федерация С-Пб. Исследования, описываемые в этой книге, проводились впервые за 20 лет. Конечно, для достоверной и объективной информации такие исследования необходимо продолжать. Хочется надеяться, что у нас начнутся перемены, связанные с разработкой новых методик, которые пойдут на пользу как юным пловцам так и мастерам высокого уровня.

----- AI

В 2005-2006 г. в Москве никакие исследования юных пловцов не проводились.

----- Мелисса1

А Вы книгу Тимаковой Т.С. сами читали? Там даже Ваш тренер- Шабанов А.А. принимал участие в этих исследованиях.

----- AI

Читал, но, судя по всему, недостаточно внимательно. Выясню...

----- AI

**Цитата: Мелисса1 от 10 Июля 2008, 15:57:17**

Там даже Ваш тренер- Шабанов А.А. принимал участие в этих исследованиях.

...в конце 80-х. Очень актуально.

----- Мелисса1

Не в курсе, почему до сих пор рейтинги пловцов только 2005 года и все?.

----- AI

Так большая часть протоколов не опубликована. Какие же рейтинги? Да я так понимаю и некому. Все \"чемоданы собирают\" в Пекин ехать....

----- ИРИНА

Я тут что-то пропустила за 21 день.... Но мне кажется, что плевать на ПОЛОЖЕНИЕ ДЮСШ это не верно. Тема-то звучит ДЕТСКОЕ СЕРДЦЕ. Таланты в опасности. Мы все видим, что наплевав на Положение и с попустительства тех, кому положено за этим следить, т.е. за нагрузками и объемом , получаем результаты обратные, но это потом уже понимаем, что загнали очередной талант. И врачи спортивные здесь не помогут. Не так их много. Да и в глубинках на это вообще не обращают внимание. Там свои правила выживания. Вот и видим на ВД - АХ, а потом ОЙ.

----- parent

**Цитата: sds от 09 Июля 2008, 23:31:05**

. Об этом достаточно много написано в материалах Конференции (С-Пб 2006, 2007) и в книге Т.С.Тимаковой \\\\"Подготовка юных пловцов в аспектах онтогенеза\\\".

кстати, эта книжка - почти дословный ремейк этого же автора 20-ти примерно летней давности!!!!!!

----- parent

**Цитата: sds от 10 Июля 2008, 13:39:14**

**Цитата: AI от 10 Июля 2008, 11:57:15**

А главное - кто-нибудь последнее время пытался серьезно анализировать подготовку спортсменов на уровне юношеской сборной? Если есть такие материалы - дайте почитать.

В книге Тимаковой как раз и описываются исследования юных спортсменов. Эту книгу можно попробовать купить через федерация С-Пб. Исследования, описываемые в этой книге, проводились впервые за 20 лет. Конечно, для достоверной и объективной информации такие исследования необходимо продолжать. Хочется надеяться, что у нас начнутся перемены, связанные с разработкой новых методик, которые пойдут на пользу как юным пловцам так и мастерам высокого уровня.

эта книга у меня есть. поворюсь, не ВПЕРВЫЕ за 20 лет, а 20 лет НАЗАД - почитайте ее диссертацию!!!!!!

----- Мелисса1

Она и сама этого не отрицает.

----- parent

**Цитата: Мелисса1 от 22 Июля 2008, 00:26:33**

Она и сама этого не отрицает.

не про нее этот пост, а про исследования 20-тилетней давности. к сожалению для нас, за это время изменилось ВСЕ - от методик и фармы до техники и тактики....а мы сегодня превозносим эту книжку как новейшее и лучшее, что у нас есть. грустно все это....

----- parent

**Цитата: Nastassia от 07 Июля 2008, 22:41:20**

Непонятно.а что до этого были какие-то проблемы с сердцем(Объективные исследования?) Если в Москве,то может взять направление и провериться в институте спортивной медицины?!

<http://blog.sport-express.ru/users/vellena/post80919669/> почитайте.....очень весело и про медгруппы сборной по плаванию.....

----- parent

и еще про Саутина(почти пловец ведь.. 😊)

[http://www.velena.ru/swimming/DS\\_2004.html](http://www.velena.ru/swimming/DS_2004.html)

как человек 2 года с зашитым в спину марлевым тампоном ЧМ выигрывал....

----- ALEKCA40

Тема то о детском сердце.

----- parent

**Цитата: ALEKCA40 от 22 Июля 2008, 16:20:54**

Тема то о детском сердце.

И О ВРАЧАХ, КОТОРЫЕ ОБСЛУЖИВАЮТ ДЕТСКОЕ СЕРДЦЕ. ЕСЛИ НА УРОВНЕ СБОРНОЙ ТАКОЕ, ЧЕГО ЖДАТЬ ОТ ТЕРАПЕВТОВ НА МЕСТАХ.... 😞

----- Алексей

Проблема с врачами на уровне сборной серьезная, но не кажется вам, что обращать внимание на нытьё Комаровой не стоит. Если человек питается нормально, просто нормально безо всяких изысков, и если он ничем серьёзно не болен, гемоглобин не может упасть до 90 ед. А Стася, скорее всего как обычно сидела на очередной глупой диете, то есть ничего не ела, блюла фигуру. Не знаю как вам, а мне крайне не приятно

слушать \\\\"откровения\\\\" Комаровой, то как она хает плавание. Она супе талантлива, но проблемы с головой очевидны. Не надо плевать в колодец из которого придётся напиться. А вся слава Стаси не от модельного бизнеса или ещё от какого-либо деятельности, а от плавания, которое она хает. Я ни разу не читал интервью известнейших и величайших пловцов, зарубежных, в которых они бы ругали плавание. Это возможно только у нас. По поводу форсировани нагрузок в детском возрасте, посмотрите на результаты последнего Первенства Мира - в большинстве случаев наши далеко не в лидерах.

----- parent

**Цитата: Алексей от 22 Июля 2008, 22:22:59**

Проблема с врачами на уровне сборной серьёзная, но не кажется вам, что обращать внимание на нытьё Комаровой не стоит. Если человек питается нормально, просто нормально безо всяких изысков, и если он ничем серьёзно не болен, гемоглобин не может упасть до 90 ед. А Стася, скорее всего как обычно сидела на очередной глупой диете, то есть ничего не ела, блюла фигуру. Не знаю как вам, а мне крайне не приятно слушать \\\\\"откровения\\\\" Комаровой, то как она хает плавание. Она супе талантлива, но проблемы с головой очевидны. Не надо плевать в колодец из которого придётся напиться. А вся слава Стаси не от модельного бизнеса или ещё от какого-либо деятельности, а от плавания, которое она хает. Я ни разу не читал интервью известнейших и величайших пловцов, зарубежных, в которых они бы ругали плавание. Это возможно только у нас. По поводу форсировани нагрузок в детском возрасте, посмотрите на результаты последнего Первенства Мира - в большинстве случаев наши далеко не в лидерах. меня больше удивила ситуация с саутиным.

----- Алексей

Извините, а что конкретно? Марлевый тампон в спине? Или то, что Дмитрий вопреки всему стремился прыгать?

----- Sunny

**Цитата: Алексей от 22 Июля 2008, 22:22:59**

Если человек питается нормально, просто нормально безо всяких изысков, и если он ничем серьёзно не болен, гемоглобин не может упасть до 90 ед. А Стася, скорее всего как обычно сидела на очередной глупой диете, то есть ничего не ела, блюла фигуру..

А вам не приходило в голову, Алексей, если вы \"мужчина\". Что анемия у женщины может возникнуть по физиологическим причинам. Не спроста же у женщин норма гемоглобина в крови ниже, чем у мужчин!!!  
Догадываетесь о чём я? Или вам буквально написать. Может упасть до 90 ед. МОЖЕТ!!!

----- Алексей

Разумеется не понимаю. Правда вот уже 20 лет работаю с девчонками. И ещё раз повторяю - гемоглобин при нормальном питании и если нет никакого серьёзного заболевания упасть до 90 ед. не может.

----- Sunny

И что часто у нас на сборах нормальное питания бывает?<sup>???</sup> 😞? + К этому большие физические нагрузки в определённый период могут спровоцировать усиленное к. 😞

----- Алексей

Всегда. Не имеет смысла проводить сбор при плохом питании. К тому-же я сказал - нормальное питание, то есть обычное, безо всяких изысков. За 20 лет работы ни разу не было такого резкого падения гемоглобина, самое большое падал до 115, и то после тяжелейшей ангины. И это в городе с плохой экологией. Могу привести другой пример: 2 месяца работы в лагере, в лесу, питание самое обычное, то что едят все отдыхающие, тренировки достаточно жёсткие - гемоглобин ни у кого не упал, даже наоборот, подскочил до максимума был от 153 до 161. Приехали в город, через месяц - 125 - 130. Экология! Посмотрите причины возникновения анемии и всё будет понятно. К тому же Стася тренируется у очень грамотных тренеров, Так что тренировки были всегда только в том объёме, какой ей необходим. Такое возможно, только у больных спортсменов - больных на всю голову. В данном случае медицина не при чём, хотя вру, один раздел медицины даже очень при чём. Но это уже другая история.

----- Алексей

Кстати, уровень гемоглобина у женщин ниже, по причине другого гормонального уровня, более низкого уровня тестостерона, а не из-за потерь крови при менструации.

----- Sunny

Да, конечно, у мужчин и эритроцитов к крови в норме больше, чем у женщин. К тому же у профессиональных спортсменов часто наблюдается нарушения гормонального фона. Но связь гемоглобина с тестостероном научного подтверждения не имеет. При низком уровне гемоглобина у женщин первое, что проверяют это обильность и длительность к. при м. И в данном случае тут прямая связь!!! Если тут всё в норме, то при отсутствии других отклонений, уровень гемоглобина мало отходит от нормы и быстро восстанавливается после м.  
За что вы так Стасю не любите, Алексей?  
Но мы ушли от темы!

----- ИРИНА

Стасю не любить невозможно. Очарование, но оно же ей и вредит. Она действительно очень много потеряла, из-за того что надо было делать совсем другое после серебрянной олимпиада. Очень жаль, а очарование от нее никуда не уходит. Мы говорим о спортсменке, а не о очаровательной женщине.

----- ИРИНА

Да, и еще - для меня есть два критерия для проведения УТС или лагеря - БАССЕЙН И ПИТАНИЕ!!! Это основа, нет питания работы не будет!!

----- Sunny  
+1

----- Алексей

Все мои знакомые тренеры руководствуются правилом - без условий нет работы. Условия проживания могут быть спартанскими, но питание и условия для тренировок должны быть нормальными.

----- ИРИНА

Правильно, спать после нагрузки и сытного ужина можно и под ракитовым кустом!

----- Алексей

😄Конечно не до такого уровня, но всё же. :lol: Правда, сам предпочитаю, чтобы все условия были отличными. :lol:



Прошло почти полтора года с открытия темы, можно и подвести итоги. Меня беспокоил этот вопрос т.к. вокруг спортсмена были только тренер (слава богу заинтересованный в здоровье спортсмена) и родители. ВРАЧИ: только на личных контактах - дополнительное обследование. ТРЕНЕР: запретил почти до 18 лет тренироваться в горах. ДЮСШ: обследования остались в основном формальными или на отсталом уровне, нет - сильно отсталом; проблема здесь одна - финансирование. СБОРНАЯ: однозначно в сдвиги в положительную сторону, что мат. база, что питание да и отношение к ПРОБЛЕМАМ спортсменов стало более внимательное, начались организованные подвод. съемки, физио исследования и т.п. ----- думаю я не ошибаюсь, рано радоваться, но заметно хорошие улучшения есть.

----- ALEKCA40

А можно поподробнее почему в горах до 18 лет тренироваться нежелательно?

----- батутист

[Цитата: ИРИНА от 12 Июня 2008, 22:28:44](#)

[Цитата: AI от 12 Июня 2008, 10:22:59](#)

[Цитата: sds от 11 Июня 2008, 16:03:28](#)

А что научная работа последние 20 лет не ведется? Не верю. Потому как, какого спортсмена не возьми - он кандидат или доктор наук.

Признаком научной работы являются содержательные публикации. Если найдете - почитайте и дайте нам почитать. А большое количество кандидатов и докторов наук больше говорит о прогнившей нашей системе, чем о большой научной работе. Почитайте их диссертации.

Для реанимации спортивной науки и спортивной медицины нужны серьезные средства..

Есть некоторые энтузиасты, но у них чаще всего не хватает денег на современное оборудование.

Зато появились шарлатаны, которые за 100 дол. предсказывают родителям классные перспективы ссылаясь на передовые методики.

Ой, как не в бровь, а в глаз!!!!!! Это по-поводу последней цитаты. Мучаюсь именно с таким родителем. Где-то за бабки навешали на все что можно, извините, наболело! А мне доказывают... А ребенка жаль. Все за

него решают, да и за меня тоже. Как, что.. и еще с претензиями

----- boykat

### **Цитировать**

спортивные достижения очень дорого обходятся самым быстрым, самым сильным и так далее. К такому же выводу пришел один из самых авторитетных специалистов в области спортивной медицины Э. Дойзер, заявивший: "Между спортом высших достижений и здоровьем спортсмена мало общего

Нельзя допустить, чтобы молодые люди потратили годы в спорте, где очевидна безусловная бесперспективность. Напрасно потраченные силы, отставание в учебе, искалеченное здоровье - кто хочет этого для своих детей.

Если же у человека спортивный талант, он сам делает выбор. Но знание того, к чему могут привести тяжелые нагрузки, лучше, чем неизвестность, в которой пребывают сегодня чемпионы. Это позволит лучше распределить силы для достижения успеха и серьезно отнестись к профилактическим мерам для уменьшения повреждений.

Но и чемпионы, и обычные люди всегда должны помнить, что спорт и здоровье несовместимы.

[http://www.kuban.su/medicine/shtm/baza/rmj/97-2/ref2\\_1.htm](http://www.kuban.su/medicine/shtm/baza/rmj/97-2/ref2_1.htm)

Причиной внезапной смерти были разные заболевания сердечно-сосудистой системы,

### **Цитировать**

Олимпийский чемпион в беге на 1000м В.Кунц умер в 48 лет, известный конькобежец П.Ипполитов скончался в 58 лет. Очень рано ушли из жизни талантливые бегуны братья Знаменские. Серафим умер в 36, а Георгий в 43 года. Олимпийский чемпион, фигурист Гриньков умер на тренировке в 28 лет. Другой олимпийский чемпион-пловец из Волгограда Садовый покинул большой спорт в 25 лет из-за серьезных проблем с сердцем. А.Г. Дембо приводит много случаев смерти спортсменов, тренирующихся на выносливость, в том числе в возрасте 17, 19, 22 лет.

Причиной смерти хоккеиста омского "Авангарда" Алексея Черепанова, скончавшегося 13 октября, стала сердечная недостаточность, вызванная гипертрофией сердечной мышцы (миокардиопатией).

<http://www.aif.ru/sport/news/23108>

<http://rus.delfi.lv/news/sport/worldsport/article.php?id=15797181>

<http://www.sinews.uz/articles.pl/?7/28359>

### Цитировать

Однако выясняется, что углубленный медицинский осмотр - сокращенно УМО - не панацея от всех бед. Врачам приходится осматривать 3,5-4 тысячи атлетов, входящих в расширенные составы различных российских сборных, где уж тут за всеми уследить. Да и средств, выделяемых на эти цели, как всегда, не хватает. Стоимость УМО одного спортсмена составляет вроде бы не так уж и мало - около 5 тысяч рублей. Но, учитывая дороговизну медицинских услуг, на эти деньги удастся сделать только самое необходимое: взять пару анализов, сделать ЭКГ с флюорографией да произвести осмотр у специалистов. На такие тонкости, как проверка кровеносной системы, нет ни времени, ни финансов.

----- Алексей

Всем известны случаи смерти у известных спортсменов, но никто не вспоминает сколько умирает людей, которые никогда не занимались спортом или занимались на уровне физкультуры. И на сколько мне известно процент, а не просто количество, смертей среди простых людей гораздо выше, чем среди чемпионов.

А насчёт Черепанова, то люди близкие к хоккею, считают, что там далеко не всё так просто. Сразу оговорюсь, никого не обвиняю и ни на кого не показываю пальцем. Просто предлагаю не верить слепо заключениям специалистов, особенно когда вокруг очень много денег и политики. 😊

----- ИРИНА

Учась, в институте я работала в лаборатории функциональной диагностики с А.Г. Дембо. Это мировое имя в спортивной кардиологии. Специалисты работали высочайшего класса. Проходили обследования и велосипедисты Кузнецова и Царева-мама теннисистки Кузнецовой, и гребцы и л.атлеты и борцы и пр. и пр. Но это было даже при тогдашней СМЕШНОЙ аппаратуре РЕГУЛЯРНО и НАДЕЖНО! То, что тогда рассказывали спортсмены, а многих лично знавала, обычному человеку покажется страшным. Одни только шрамы велосипедистов чего стоили... Но сегодня это взрослые и пристарелые люди и ни один из них не жалеет о своей юности. Болячки- они у всех, а продолжительность жизни- это как бог даст.

----- parent

**Цитата: ИРИНА от 17 Ноября 2008, 22:01:06**

Учась, в институте я работала в лаборатории функциональной диагностики с А.Г. Дембо. Это мировое имя в спортивной кардиологии. Специалисты работали

высочайшего класса. Проходили обследования и велосипедисты Кузнецова и Царева-мама теннисистки Кузнецовой, и гребцы и л. атлеты и борцы и пр. и пр. Но это было даже при тогдашней СМЕШНОЙ аппаратуре РЕГУЛЯРНО и НАДЕЖНО! То, что тогда рассказывали спортсмены, а многих лично знавала, обычному человеку покажется страшным. Одни только шрамы велосипедистов чего стоили... Но сегодня это взрослые и пристарелые люди и ни один из них не жалеет о своей юности. Болячки- они у всех, а продолжительность жизни- это как бог даст.

вот и мы хотим хоть раз попасть на УМО, а не анализ мочи и измерение ЖЕЛ раз в год!!!!!!

----- Алексей

Были там. Ничего интересного. Даже за наличные. К сожалению. Всё это можно получить и не выезжая никуда. Надеюсь всё изменится.

----- ИРИНА

**Цитата: Алексей от 17 Ноября 2008, 22:52:53**

Были там. Ничего интересного. Даже за наличные. К сожалению. Всё это можно получить и не выезжая никуда. Надеюсь всё изменится.

Все дело в том, что это была медчасть ин-та и ничего более-лаборатории функциональной диагностики. Это не диспансер. Теперь, я так понимаю, шли именно к Дембо, а не куда попало.

----- parent

**Цитата: Алексей от 17 Ноября 2008, 22:52:53**

Были там. Ничего интересного. Даже за наличные. К сожалению. Всё это можно получить и не выезжая никуда. Надеюсь всё изменится.

так у нас и этого нет. раз в год - моча, физические параметры - и все.....

----- Lava

**Цитата: parent от 18 Ноября 2008, 10:12:04**

**Цитата: Алексей от 17 Ноября 2008, 22:52:53**

Были там. Ничего интересного. Даже за наличные. К сожалению. Всё это можно получить и не выезжая никуда. Надеюсь всё изменится.

так у нас и этого нет. раз в год - моча, физические параметры - и все.....

а у нас еще кал берут 🤢

----- boykat

### **Цитировать**

никто не вспоминает сколько умирает людей, которые никогда не занимались спортом

Да, только это нетренированные люди, а как говорится в известной рекламе " Если нет разницы, зачем...."

Мы ведь детей преобщаем к спорту для здоровья или я ошибаюсь? 🤔🤔

Но дело даже не в этом

### **Цитировать**

вот и мы хотим хоть раз попасть на УМО, а не анализ мочи и измерение ЖЕЛ раз в год!!!!!!

### **Цитировать**

На такие тонкости, как проверка кровеносной системы, нет ни времени, ни финансов.

----- boykat

Вообще, честно говоря, не думалось что так много. 🤔

### **Цитировать**

По данным Минздравсоцразвития, за один учебный год на уроках физкультуры по причине внезапной остановки сердца умирают от 6 до 12 человек

Странно, (может просто не обращаю внимания?) но и по Т.В говорили в основном про послед. случай. Дети что ли все больные, или тех.безопасности не соблюдается? ( На уроках физ-ры ведь нагрузки явно никакой).

<http://www.aif.ru/health/article/22748>

<http://daksnike.narod.ru/Inter/i52.htm>

----- AI

### **Цитата: boykat от 20 Ноября 2008, 13:04:55**

Дети что ли все больные, или тех.безопасности не соблюдается? ( На уроках физ-ры ведь нагрузки явно никакой).

А зачеты - бег 1-2 км или кросс на лыжах 3 км.

Когда-нибудь видели, как сдают эти зачеты? ...малотренированные дети ...без предварительной

подготовки...после того, как полчетверти пропустил по болезни?

----- Lava

это страшно, у нас все отличницы от физ-ры освобождены, чтобы 4 или 3 не поставили! не могут сдать скакалку с кувырками. на них посмотришь плакать хочется. но с др. стороны лучше освобождение, чем так. Зато на нас ездят, только что пришли с "в.стартов" за честь школы, теперь тренировка, а завтра-послезавтра-первенство города. и никому в школе нет дела, что завтра соревнования. кто же будет бегать, прыгать и т.д. 😞😞

----- ИРИНА

**Цитата: Lava от 20 Ноября 2008, 16:12:47**

это страшно, у нас все отличницы от физ-ры освобождены, чтобы 4 или 3 не поставили! не могут сдать скакалку с кувырками. на них посмотришь плакать хочется. но с др. стороны лучше освобождение, чем так. Зато на нас ездят, только что пришли с "в.стартов" за честь школы, теперь тренировка, а завтра-послезавтра-первенство города. и никому в школе нет дела, что завтра соревнования. кто же будет бегать, прыгать и т.д. 😞😞

[

/quote]

100 баллов! Сегодня в группе та же проблема- 50% детей завтра на треню не придут - ВЕСЕЛЕНЬКИЕ СТАРТЫ для галочки учителям общеобразовательной школы. Это апогей физ-ры в школе!

----- Nestor\_94

Блин так жалко... У нас в группе есть парень 1996г. и тоже эта "дистрофия..."... У него почти первый...

----- Белый Кит

**Цитата: boykat от 18 Ноября 2008, 14:15:42**

Мы ведь детей преобщаем к спорту для здоровья или я ошибаюсь?

Ошибаетесь.

Или мне показалось ? 😊

Для "здоровья" достаточно пару-тройку тренировок в неделю по часу.

----- parent

**Цитата: Белый Кит от 30 Января 2009, 09:42:31**

**Цитата: boukat от 18 Ноября 2008, 14:15:42**

Мы ведь детей преобщаем к спорту для здоровья или я ошибаюсь?

Ошибаетесь.

Или мне показалось ? 😊

Для "здоровья" достаточно пару-тройку тренировок в неделю по часу.  
еще пивка забыл написать для здоровья... 🍷

----- boukat

**Цитировать**

Ошибаетесь.

Или мне показалось ?

Показалось.



**Цитировать**

Для "здоровья" достаточно пару-тройку тренировок в неделю по часу.

Если точнее - три раза в неделю по 1,5 часа было бы достаточно.

Ну где ж возьмешь этот идеал? До этого года примерно так и пытались... Но у нас ведь либо « никак », либо « по полной. ». Это как с учебой и спортом, пытаюсь усидеть на двух стульях...

Об этом уже писалось

<http://forum.swimming.ru/index.php?topic=4674.msg112872#msg112872>

**Цитировать**

Надо четко разделить массовый, оздоровительный спорт от профессионального.

И там и там нужны свои герои и поддержка гос-ва.

В первом случае для оздоровления нации, во втором для побед на олимпиаде (кто-то же должен падать на амбразуру.)

На сегодняшний день простой расчет

Гр. здоровья 3 р. по 600р, в месяц- 7.200. Минус интерес ( никакой организованности и компания тетенок, дяденок)

Спортивная группа – бесплатно и общение со сверстниками +интерес (к сорев. вроде как готовятся, а там своя веселая тусовка). Ну и если тренер «вменяемый» и дает по-минимуму или хотя бы согласно возрасту. Ха, а по-другому не получится, у нас везде ограничения (повремени) на воду и на

дорожке по 10 чел.

Но совесть конечно надо иметь и если тренер тратит свое время и душевные силы, (да и вроде наши интересы соблюдены), то выполнять разряды и участв. в сорев.(поминимуму, согласно треб.спортшколы) и если

это не очень мешает учебе надо. 🏆

Да и азарт появляется, куда без него. 🏆

----- parent

**Цитата: boykat от 30 Января 2009, 18:23:15**

Да и азарт появляется, куда без него. 🏆

так ведь еще дети такие существа, которые хотят быть первыми, стремятся к победам(в отличие от нас, стариков).....и приходится останавливать их на тренировках, чтобы не переработали....