

ценностных ориентаций, от которых в свою очередь зависят темпы социального и экономического развития страны, ее благополучие.

#### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Бикметов, Ф. Ф. Деятельность культурно-просветительных учреждений по организации военно-технической пропаганды в годы Великой Отечественной войны (1941-1945 гг.) / Ф. Бикметов // Вестн. Челябинской гос. академии культуры и искусств. – Челябинск : 2013. – С. 177–182.
2. Бурдина, С. И. Значение песни во время Великой Отечественной войны / С. И. Бурдина // Образовательный портал. Экстернат РФ. – Кемерово, 09.11.2013.
3. Думанян, Ю. Фронтовые бригады и театры ВТО в период Великой Отечественной войны / Ю. Думанян // Театрон. История. – 28.08.2012.
4. Жарков, А. Д. Культурно-досуговая деятельность: учеб. пособие / А. Д. Жарков, В. М. Чижиков. – Москва, 1998.
5. Жарков А. Д. Технология культурно-досуговой деятельности: учеб. пособие / А. Д. Жарков. – Москва, 2007.
6. Кириченко, Н. В. Техническая культура советского воина / Н. В. Кириченко. – Москва: Воениздат, 1971. – 142 с.
7. Киселёва, Т. Г. Социально-культурная деятельность: учеб. пособие / Т. Г. Киселёва, Ю. Д. Красильников. – Москва, 2004.
8. Рогачёва, О.В. История социально-культурной деятельности / О. В. Рогачёва. – Минск : Вышэйшая школа, 2019. – 126 с.
9. Чикалов, И. М. Программа объединения по интересам «Вахта Памяти» / И. М. Чикалов. – Брест, 2018.

Казакевич М. П., БГУКИ, студент 330м группы  
очной формы обучения  
Научный руководитель – Бутько А. В.,  
старший преподаватель

## ВЫКАРЫСТАННЕ ЗАБАРОНЕННЫХ ЛЕКАВЫХ СРОДКАЎ У СУЧАСНЫМ СПОРЦЕ

Праблема выкарыстання фармакалагічных сродкаў у сучасным спорце сёння асабліва вострая. Штодзённы рост нацыянальных і сусветных спартыўных дасягненняў і звязанае з гэтым значнае павышэнне фізічнай нагрукі на трэніроўках і нервовага напружання на спаборніцтвах, амаладжэнне спорту, увядзенне новых, якія не маюць яшчэ навуковага абгрунтавання, відаў спорту, прад'яўляюць арганізму чалавека надзвычай высокія патрабаванні. Гэта стварае неабходнасць пошуку і ўкаранення ў практыку дадатковых (акрамя самой трэніроўкі і рэжыму) сродкаў павышэння ўстойлівасці і супраціўляльнасці арганізма, папярэджання перанапружання і нервовых зрываў, паскарэння аднаўлення і павышэння спартыўнай працаздольнасці. Аднымі з іх з'яўляюцца фармакалагічныя сродкі.

Праблема гэта зусім не новая. Вядома, што спакон веку чалавецтва шырока прымяняла розныя лекавыя сродкі (спачатку, у асноўным, расліннага і жывёльнага паходжання, а пазней, з развіццём навукі і медыцыны, і розныя сінтэтычныя прэпараты) для лячэння і папярэджання захворванняў, павышэння фізічнай падрыхтаванасці і супраціўляльнасці арганізма да дзеяння розных неспрыяльных фактараў, што спрыяла захаванню чалавека як выгляду.

Паступова лекавыя сродкі сталі ўсё шырэй выкарыстоўвацца здаровым чалавекам для павышэння ўстойлівасці ў цяжкіх і неспрыяльных умовах. Асабліва ў абласцях, якія патрабуюць высокіх нервова-псіхічных і фізіялагічных высілкаў (космас, авіяцыя, ваенныя канфлікты, зімоўкі, горныя, падземныя, падводныя работы і экспедыцыі), пры рэзкай змене кліматычных і тэмпературных ўмове, існаванні ў пэўнай экалагічнай абстаноўцы. Адным з лідэраў у гэтым плане стаў сучасны (асабліва прафесійны) спорт.

Варта ўлічваць і тое, што праблемы допінгу і фармакалогіі былі цесна ўзаемазвязаны яшчэ ў старажытныя часы. Маюцца звесткі, што на антычных алімпіядах атлеты забяспечваліся нейкімі "цудадзейнымі" лекамі. Асабліва шырокае распаўсюджанне ў прафесійным спорце допінгі атрымалі ў 50-60-я гады нашага стагоддзя (веласпорт, цяжкая атлетыка, плаванне, веславанне, лёгкая атлетыка, футбол), а далей, у так званым "аматарскім" і нават у дзіцячым і юнацкім спорце.

Першы смяротны выпадак ад прымянення допінгу быў зафіксаваны ў далёкім 1886 годзе, калі англійская велогоншчык памёр ад ужывання празмернай дозы какаіну з герінам. У XX стагоддзі допінг атрымаў шырокае распаўсюджванне ў спартыўным асяроддзі. Зафіксаваныя выпадкі цяжкіх ускладненняў і нават смяротных выпадкаў заахваціла МАК і Міжнародныя спартыўныя федэрацыі да забароны шэрагу груп прэпаратаў, стварэнню Міжнароднай камісіі для барацьбы з допінгам і ўвядзенні допінг-кантролю на спаборніцтвах.

Аднак забарона допінгаў зусім не азначае выключэння прымянення біялагічна актыўных, малатоксічных лекавых сродкаў у спорце для палягчэння адаптацыі да нагрузак, паскарэння аднаўлення, прафілактыкі фізічнага і нервовага перанапружання.

Многія спартсмены і трэнеры адзначаюць, што прадузятае стаўленне ў «шырокіх народных мас» да допінгу паўстала з прычыны недахопу інфармацыі. Большасць людзей судзяць па публікацыях у прэсе, што тычацца допінгавых скандалаў у вялікім спорце, відавочна не пакутуюць ад лішку аб'ектыўнасці.

Такім чынам, усведамляючы неабходнасць прымянення лекавых прэпаратаў у практыцы спартыўнай медыцыны, і ў той жа час, памятаючы пра грозныя наступства іх некантралюемага, некваліфікаванага прыёму, узнікае заканамернае пытанне: Быць ці не быць прымяненню фармакалагічных прэпаратаў у спорце? Паняцце «спартыўная фармакалогія» — вельмі шырокае, яно аб'ядноўвае не толькі разнастайныя сродкі, якія

выкарыстоўваюцца для павышэння спартыўных вынікаў, то ёсць тое, што лічыцца допінгам, але і аднаўляльныя прэпараты.

Апошнія 10-15 гадоў характарызуюцца ўкараненнем у спартыўную практыку велізарнай колькасці фармакалагічных прэпаратаў, якія ўжываюцца з агульнай мэтай павышэння агульнай і спецыяльнай фізічнай працаздольнасці спартсменаў і паскарэння аднаўлення. Спартыўная фармакалогія, як галіна спартыўнай медыцыны, у цяперашні час уяўляе сабой цалкам сфармаваны накірунак так званай "фармакалогіі здаровага чалавека", задачай якой з'яўляецца карэкцыя функцыянальнага стану арганізма здаровага чалавека, які знаходзіцца ў ускладненых (экстрэмальных) умовах функцыянавання. Гаворка ідзе пра ўжыванне лекавых сродкаў, якія палягчаюць пераноснасць такіх фактараў, як спякота і холад, праца ў высакагор'е і на глыбіні акіяна, спецыялізаваная дзейнасць касманаўта, лётчыка або авіядыспетчара, галаданне, фізічныя нагрузкі і т.п.

Спартыўная фармакалогія вывучае асаблівасці дзеяння лекавых прэпаратаў пры іх прыёме здаровымі трэніраванымі людзьмі ва ўмовах фізічнай нарузкі. Справа ў тым, што эфекты і асаблівасці прымянення велізарнай колькасці якіх выкарыстоўваюцца ў спартыўнай медыцыне лекавых сродкаў вельмі адрозніваюцца ад вядомых у клінічнай фармакалогіі, распрацаваных для хворага чалавека (тым больш не знаходзіцца ва ўмовах інтэнсіўнай мышачнай дзейнасці). Прынцыпы і дасягненні «звычайнай» фармакалогіі не могуць быць, такім чынам, механічна перанесены на спартсменаў, нават пры выкарыстанні імі "звычайных" лекаў з аптэкі. Арыентаванасць на шырокае выкарыстанне лекаў для палягчэння пераноснасці фізічных нарузак і павышэння, тым самым, працаздольнасці і спартыўнага выніку, характарызуе ў цяперашні час усе ўзроўні спартыўнай і, нават, фізкультурнай дзейнасці.

Пачынаючы з дзіцячага і юнацкага спорту і канчаючы высокакваліфікаванымі прафесіяналамі ў спорце, велізарна цікавасць да фармакалогіі, нярэдка прыманай за панацею. Часам адбываецца пошук

"цудадзейных" лекаў, якія дазваляюць, нібыта, у самыя кароткія тэрміны вывесці спартсмена на ўзровень рэкордных дасягненняў. Адзначаюцца спробы адціснуць на другі план ці нават цалкам падмяніць мэтанакіраваны і ўпарты трэніровачны працэс таблеткамі або шпрыцом з лекамі. Часам спартсмены ідуць на прыём мала таго, што неэфектыўных, але і загадзя шкодных і небяспечных для здароўя прэпаратаў (часам прама супрацьлеглага дзеяння).

Разам з тым, абгрунтаванае з медыка-біялагічных пазіцый рацыянальнае прымяненне шэрагу лекавых сродкаў (якія не адносяцца да групы допінгаў і якія не наносзяць шкоды здароўю спартсмена) пашырае функцыянальныя магчымасці арганізма здаровага чалавека, адкрывае новыя рубяжы спартыўных дасягненняў у розных відах спорту і дазваляе ўдасканалваць методыку трэніровачнага працэсу. Такое, апраўданае з этычных і медыцынскіх пазіцый, фармакалагічнае забеспячэнне спартыўнай дзейнасці можа разам з педагагічнымі, псіхалагічнымі, сацыяльнымі падыходамі стаць адным з важных элементаў агульнай сістэмы уздзеянняў на адаптацыю арганізма да максімальных фізічных нагрузак.

Значэнне разумнага выкарыстання фармакалагічных прэпаратаў спартсменамі, асабліва ў спорце вышэйшых дасягненняў, у апошнія два дзесяцігоддзі па сутнасці падвёў фізіялагічныя магчымасці арганізма да гранічнага ўзроўню. У гэтых умовах далейшы прагрэс у шэрагу спартыўных дысцыплін патрабуе дадатковых сродкаў, якія спрыяюць пашырэнню межаў адаптацыі арганізма да нагрузкі. Варта толькі падкрэсліць поўную падпарадкаванасць фармакалагічнага забеспячэння спартсменаў рашэнню педагагічных задач, гэта значыць забеспячэнне паўнаўважнай трэніровачнай праграмы і саборніцкай дзейнасці.

Агульныя прынцыпы і дасягненні спартыўнай фармакалогіі, распрацоўваюцца, вядома, у першую чаргу для высокакваліфікаваных спартсменаў, дастасавальныя, тым не менш, для ўсіх выпадкаў адаптацыі здаровага чалавека да інтэнсіўным і высокаоб'ёмным фізічным нагрузак.

Усведамляючы неабходнасць прымянення лекавых прэпаратаў у практыцы спартыўнай медыцыны, і ў той жа час трэба памятаць пра грозныя наступствы іх некантралюемага, некваліфікаванага прыёму. Праблема допінгаў і злоўжыванняў імі настолькі сур'ёзная, што кожны спартовец і трэнер, які хацеў бы эфектыўна выкарыстоўваць фармакалагічны метады забеспячэння трэніровачнага працэсу, павінен мець асноўныя ўяўленні аб допінгах і допінг-кантролю.

І адзінае правільнае рашэнне, якое бачыцца ў сітуацыі, якая склалася гэта публікацыя артыкулаў, прысвечаных розным допінгам, якія будуць забяспечваць спартсменаў дакладнай інфармацыяй. Толькі ўважліва вывучыўшы негатыўны бок выкарыстання допінгу, кожны спартсмен зможа прыняць для сябе адзінае правільнае рашэнне. І калі спартсмен вырашыцца звярнуцца да выкарыстання таго ці іншага прэпарата, ён павінен валодаць звесткамі аб тым, як ім карыстацца і да якіх ускладненняў гэта можа прывесці. Такім чынам, можна звесці да мінімуму магчымыя рызыкі для здароўя.

Неабходна таксама мець на ўвазе, што выбар любога лекавага прэпарата для спартсмена павінен ажыццяўляцца пры абавязковым узаемадзеянні трэнера з лекарам. Асноўная мэта такой сумеснай працы-гэта захаванне і ўмацаванне здароўя спартсмена, прафілактыка розных паталагічных станаў, якія могуць узнікаць пры ўздзеянні на арганізм неадэкватных фізічных нагрузак. Толькі на аснове такога падыходу выкарыстанне фармакалагічных прэпаратаў мэтазгодна і можа спрыяць росту спартыўных дасягненняў.

Каминская К. В., БГУКИ, студент 116а(с)группы  
очной формы обучения  
Научный руководитель – Курчич Е. В.,  
старший преподаватель