

ЛИТЕРАТУРА

1. Кадыров, Р.М. Теория и практика физических нагрузок / Р.М. Кадыров, Г.Н. Блахин. – Санкт-Петербург: Инкери, 2020. – 142 с.
2. К вопросу о соответствии физических нагрузок состоянию здоровья военнослужащих, занимающихся физической подготовкой / А.А. Обвинцев, К.В. Романов, Е.А. Иванов, Г.А. Яковлев // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.* – 2022. – №7 (209). – С. 297–302.
3. О внесении изменений в Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации, утвержденное приказом Министра обороны Российской Федерации от 21 апреля 2009 г. № 20 0: Приказ Министра обороны Российской Федерации от 31 июля 2013 г. № 560 (ред. от 31.07.2013) // КонсультантПлюс: [сайт]. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_151666/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_151666/) (дата обращения: 08.11.2022).
4. О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 1 марта 2016 г. № 134н (ред. от 21.02.2020) // КонсультантПлюс : [сайт]. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_200026/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_200026/) (дата обращения: 11.11. 2022).

REFERENCES

1. Kadyrov, R.M. and Blakhin, G.N (2020), *Theory and practice of physical activity*, Inkeri, Saint Petersburg.
2. Obvintcev, A.A., Romanov, K.V., Ivanov, E.A. and Yakovlev, G.A. (2022), "On the question of the compliance of physical activity with the state of health of military personnel engaged in physical training", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 7 (209), pp. 297–302.
3. Ministry of Defense of the Russian Federation (2013), "On Amendments to the Manual on Physical Cargo in the Armed Forces of the Russian Federation, final order of the Minister of Defense of the Russian Federation of April 21, 2009 No. 200", *Order of July 31, 2013 No. 560 (as amended on July 31, 2013)*, available at: [www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_151666/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_151666/) (accessed 08 November 2022).
4. Ministry of Health of the Russian Federation (2016), "On the Procedure for organizing the provision of medical care to people involved in physical culture and sports (including and conducting physical culture and sports events), including the procedure for medical examination of persons who wish to undergo sports training, engage in physical culture and sports in organizations and (or) fulfill the test standards (tests) of the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense"", *Order of dated March 1, 2016 No. 134n (as amended on February 21, 2020)*, available at: [www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_200026/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_200026/) (accessed 11 November 2022).

**Контактная информация:** [polkovnik\\_2003@mail.ru](mailto:polkovnik_2003@mail.ru)

*Статья поступила в редакцию 13.12.2022*

УДК 796.06

**МЕДИЦИНСКИЙ КОНТРОЛЬ ЗА УСЛОВИЯМИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ**

**Константин Валерьевич Романов**, кандидат медицинских наук, начальник научно-исследовательского отдела, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург; **Евгений Анатольевич Иванов**, кандидат психологических наук, доцент, старший научный сотрудник, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург; **Ольга Анатольевна Юсупова**, кандидат педагогических наук, доцент, начальник кафедр, Сибирский юридический институт МВД России, Красноярск; **Наталья Григорьевна Дмитриева**, преподаватель, Российский экономический универ-

#### Аннотация

В статье рассматриваются некоторые вопросы проведения санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий при проведении занятий по физической подготовке, обосновывается необходимость проведения медицинского контроля за условиями занятий по физической подготовке и состоянием оборудования. Раскрываются цели соблюдения необходимых санитарных норм и правил на занятиях, направленных на устранение или уменьшение воздействия вредных факторов окружающей среды на здоровье военнослужащих в процессе занятий по физической подготовке.

**Ключевые слова:** медицинский контроль, физическая подготовка, здоровье военнослужащих.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2022.12.p477-481

### MEDICAL CONTROL OVER THE CONDITIONS OF PHYSICAL TRAINING CLASSES

*Konstantin Valeryevich Romanov, the candidate of medical sciences, head of research department, Military Institute of Physical culture, St. Petersburg; Evgeny Anatolyevich Ivanov, the candidate of psychological sciences, docent, senior research associate, Military Institute of Physical culture, St. Petersburg; Olga Anatolievna Yusupova, the candidate of pedagogical sciences, docent, department chair, Siberian Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Krasnoyarsk; Natalia Grigorievna Dmitrieva, the teacher, Plekhanov Russian University of Economics, Moscow*

#### Abstract

The article discusses some issues of carrying out sanitary and anti-epidemic (preventive) measures during physical training classes, it justifies the need for medical monitoring of the conditions of physical training classes and the condition of equipment. The objectives of compliance with the necessary sanitary norms and rules in classes aimed at eliminating or reducing the impact of harmful environmental factors on the health of military personnel during physical training are quite widely disclosed.

**Keywords:** medical control, physical training, health of military personnel.

### ВВЕДЕНИЕ

Санитария (лат. *sanitas* – здоровье) – практическое применение обоснованных гигиеной, как наукой, нормативов, санитарных правил и норм, направленных на улучшение условий труда, быта, отдыха, питания с целью сохранения и укрепления здоровья населения.

Применительно к военной среде, под санитарно-противоэпидемическими (профилактическими) мероприятиями при проведении физической подготовки понимается комплекс мероприятий, направленных на устранение или уменьшение воздействия вредных факторов окружающей среды на здоровье военнослужащих в процессе занятий физической подготовкой, возникновения и распространения случаев инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний, а также их ликвидацию [4]. Санитарно-противоэпидемические (профилактические) мероприятия – составная часть медицинского обеспечения, проводящиеся на основе изучения характера и условий воинского труда вообще и организации физической подготовки, в частности.

### ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Санитарно-противоэпидемические (профилактические) мероприятия при проведении физической подготовки и состоянием оборудования осуществляются в процессе медицинского контроля и врачебно-педагогических наблюдений, которые проводятся с це-

люю соблюдения необходимых санитарно-гигиенических норм и правил на занятиях по физической подготовке. Эти нормы, прежде всего, распространяются на следующие факторы:

- температура воздуха;
- влажность воздуха;
- освещенность и размеры помещения для занятий физической культурой и спортом;
- оснащенность оборудованием и состояние мест занятий;
- состояние спортивного инвентаря;
- состояние одежды и обуви занимающихся;
- наличие необходимых защитных приспособлений.

За соблюдением санитарно-гигиенических норм и правил при проведении занятий отвечают непосредственные руководители занятий. Медицинский персонал обязан вести систематический медицинский контроль за выполнением установленных норм и правил на занятиях физической подготовкой и докладывать о выявленных недостатках соответствующим командирам [4].

Контроль за санитарно-гигиеническими требованиями включает в себя:

- проверку соответствия экипировки военнослужащих видам занятий и погодным условиям;
- контроль выполнения мероприятий по профилактике травматизма;
- санитарно-эпидемиологическое обследование плавательных бассейнов, зданий, помещений и мест проведения занятий по физической подготовке, а также оценку санитарно-технического состояния спортивного оборудования и инвентаря;
- контроль своевременного прохождения специалистами физической подготовки, тренерами, инструкторами по плаванию и работниками бассейнов периодических медицинских обследований, профессиональной гигиенической подготовки и соблюдения санитарно-эпидемиологических требований;
- непосредственное осуществление и координацию мероприятий по формированию здорового образа жизни военнослужащих [4].

В зависимости от вида спорта к местам выполнения физических упражнений и к учебно-материальной базе физической подготовки предъявляются определенные санитарно-гигиенические требования. Так спортивные залы должны отвечать следующим санитарно-гигиеническим нормам [6]:

- иметь достаточное естественное освещение, которое достигается при отношении площади окон к площади пола как 1:6, или иметь искусственное освещение, которое на уровне пола должно составлять не менее 120 люкс;
- температура воздуха в спортивных залах должна быть в пределах 15–18°C;
- иметь естественное проветривание или искусственную вентиляцию, обеспечивающие не менее чем трехкратную смену объема воздуха в час.

В гимнастическом зале размещается только необходимое для проведения занятий оборудование. Наличие посторонних предметов, а также лишних снарядов в зале не допускается.

В зале для поднятия тяжестей оборудуются специальные помосты размером 3х4 м из толстых шумопоглощающих материалов. На участки помоста, куда опускается штанга, кладут куски литой резины толщиной 4-5 см и размерами 50х70 см.

В зале для борьбы должен быть ковер-мат размером 6х6 м, толщиной не менее 15 см или составные маты, покрытые сверху специальными крышками, поверх которых туго натягивается и закрепляется по краям полотно из бумажной байки, фланели, текстуринита. Вокруг мата должна быть свободная зона не менее 1 м (оптимально – 2 м). При

меньшем расстоянии стены обиваются губчатыми синтетическими матами на высоту 1,5 м.

Во всех спортивных сооружениях необходимо иметь термометры для измерения температуры воздуха, санитарный журнал, в который врач вносит замечания, обнаруженные во время текущего контроля, и предложения по их устранению [6].

Места для занятий плаванием оборудуются вдали от источников загрязнения воды. Занятия по плаванию проводятся при температуре воды не ниже 18°C. В период купального сезона проводится химический и бактериологический анализ воды водоема не реже 1 раза в месяц.

Проверка военнослужащих по военно-прикладному плаванию проводится при температуре воды не ниже плюс 18°C; по лыжным гонкам и маршу на лыжах: при ветре до 5 м/с – при температуре воздуха не ниже минус 20° С; при ветре от 5 до 10 м/с – не ниже минус 15°C; при ветре 10-15 м/с – не ниже 10°C; по другим физическим упражнениям – не ниже минус 15°C и не выше плюс 35°C [1].

Беговые дорожки должны иметь плотный, не дающий пыли покров, стойкий к действию ветра и атмосферных осадков. В последнее время получили распространение дорожки на битумной или резинобитумной основе, которые более устойчивы к атмосферным осадкам и практичны в эксплуатации.

Лыжная подготовка проводится на специально оборудованных трассах. Продолжительность и формы занятий лыжной подготовкой определяются внешними условиями (температурой воздуха, скоростью ветра, влажностью), уровнем общей физической подготовленности и степенью закаленности личного состава [5].

#### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Качественное осуществление медицинского контроля за условиями проведения занятий возможно только на основе всестороннего понимания характера и условий воинского труда и особенностей организации занятий по физической подготовке. За соблюдением санитарно-гигиенических норм и правил при проведении занятий отвечают как непосредственные руководители занятий, так и медицинский персонал, в обязанности которого входит систематический медицинский контроль за выполнением установленных норм и правил.

Неукоснительное соблюдение необходимых санитарных норм и правил на занятиях по физической подготовке позволит устранить или в значительной мере уменьшить влияние вредных факторов окружающей среды на здоровье военнослужащих, активно занимающихся физической подготовкой и спортом.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. О государственном контроле (надзоре) и муниципальном контроле в Российской Федерации: Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 248-ФЗ (ред. от 14.07.2022) // КонсультантПлюс : [сайт]. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_358750/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_358750/) (дата обращения: 08.11.2022).
2. О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения: Федеральный закон от 30 марта 1999 № 52-ФЗ (ред. от 04.11.2022) // КонсультантПлюс : [сайт]. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_22481/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_22481/) (дата обращения: 08.11.2022).
3. О федеральном государственном санитарно-эпидемиологическом контроле (надзоре) (вместе с Положением о федеральном государственном санитарно-эпидемиологическом контроле (надзоре): Постановление Правительства РФ от 30 июня 2021 № 1100 (ред. от 31.08.2022) // КонсультантПлюс : [сайт]. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_389344/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_389344/) (дата обращения: 08.11.2022).
4. Об утверждении Порядка организации и осуществления федерального государственного санитарно-эпидемиологического контроля (надзора) на объектах Министерства обороны Российской Федерации: Приказ Министерства Обороны Российской Федерации от 26 марта 2022 г. №

177, // Гарант : [сайт]. – URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/404461634/> (дата обращения: 08.11.2022).

5. О внесении изменений в Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации, утвержденное приказом Министра обороны Российской Федерации от 21 апреля 2009 г. № 200: Приказ Министра обороны Российской Федерации от 31 июля 2013 г. № 560 (ред. от 31.07.2013) // КонсультантПлюс: [сайт]. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_151666/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_151666/) (дата обращения: 08.11.2022).

6. Санитарные правила СП 2.1.3678-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к эксплуатации помещений, зданий, сооружений, оборудования и транспорта, а также условиям деятельности хозяйствующих субъектов, осуществляющих продажу товаров, выполнение работ или оказание услуг": с изм. от 14 апреля 2022 г. // Техэксперт: [сайт]. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/573275590> (дата обращения: 08.11.2022)

#### REFERENCES

1. State Duma of the Russian Federation (2020), "On state control (supervision) and municipal control in the Russian Federation", *Federal Law of July 31, 2020 No. 248-FZ (as amended on July 14, 2022)*, available at: [www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_358750/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_358750/) (accessed 08 November 2022).

2. State Duma of the Russian Federation (1999), "On the sanitary and epidemiological well-being of the population", *Federal Law of March 30, 1999 No. 52-FZ (as amended on November 04, 2022)*, available at: [www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_22481/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_22481/) (accessed 08 November 2022).

3. Government of the Russian Federation (2021), "On Federal State Sanitary and Epidemiological Control (Surveillance)" (together with the "Regulations on Federal State Sanitary and Epidemiological Control (Surveillance)", *Decree of the June 30, 2021 No. 1100 (as amended on August 31, 2022)*, available at: [www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_389344/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_389344/) (accessed 08 November 2022).

4. Ministry of Defense of the Russian Federation (2022), "On approval of the Procedure for organizing and implementing federal state sanitary and epidemiological control (supervision) at the facilities of the Ministry of Defense of the Russian Federation ", *Order No. 177 dated March 26, 2022* available at: [www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/404461634/](http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/404461634/) (accessed 08 November 2022).

5. Ministry of Defense of the Russian Federation (2013), "On Amendments to the Manual on Physical Cargo in the Armed Forces of the Russian Federation, *Order of July 31, 2013 No. 560, final order of April 21, 2009 No. 200*" (as amended on July 31, 2013), available at: [www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_151666/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_151666/) (accessed 08 November 2022).

6. Federal Service for Supervision of Consumer Rights Protection and Human Welfare of the Russian Federation (2020), "Sanitary and epidemiological requirements for the operation of premises, buildings, structures, equipment and transport, as well as the conditions of activity of business entities engaged in the sale of goods, performance of work or provision of services", (as amended, *Sanitary rules SP 2.1.3678-20 on April 14, 2022*), available at: <https://docs.cntd.ru/document/573275590> (accessed 08 November 2022).

**Контактная информация:** [polkovnik\\_2003@mail.ru](mailto:polkovnik_2003@mail.ru)

*Статья поступила в редакцию 13.12.2022*

**УДК 796.817**

#### **ЯКУТСКАЯ БОРЬБА В МУЗЕЙНЫХ И АРХИВНЫХ ИСТОЧНИКАХ (ОПЫТ ИЗУЧЕНИЯ)**

**Екатерина Назаровна Романова**, доктор исторических наук, главный научный сотрудник, Института гуманитарных исследований и проблем малочисленных народов Севера Сибирское отделение Российской академии наук, Якутск; **Яков Ильич Яковлев**, старший преподаватель, **Владимир Гаврильевич Торговкин**, кандидат педагогических наук, доцент, **Вячеслав Вячеславович Ефремов**, старший преподаватель, Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова, г. Якутск