



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**МИНСПОРТ**



ПГУ  
ФК  
СИТ  
Поволжский государственный  
университет физической культуры,  
спорта и туризма



СМУС КАЗАНИ  
Совет молодых ученых  
и специалистов

## **ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И БИОХИМИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ АДАПТАЦИИ К РАЗНЫМ ПО ВЕЛИЧИНЕ ФИЗИЧЕСКИМ НАГРУЗКАМ**

**Материалы Всероссийской научно-практической конференции  
с международным участием, посвященной памяти доктора  
биологических наук, профессора А.С. Чинкина**

*Казань, 18 ноября 2022 года*



## ХАРАКТЕРИСТИКА ТРАВМАТИЗМА У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТХЭКВОНДИСТОВ

*Салимова А.А*

Поволжский государственный университет  
физической культуры, спорта и туризма,  
Казань, Россия

**Аннотация.** В статье рассматривается одна из проблем, связанная с травматизмом высококвалифицированных тхэквондистов.

В последнее время занятия спортивными единоборствами приобретают все большую популярность и социальную значимость в обществе. Особенно популярными становятся олимпийские единоборства, такие как тхэквондо. Большинство специалистов по не имеют достаточного опыта и знаний по профилактике травматизма, возникающих в тренировочном процессе. Установлено, что большинство травм возникает из-за недостаточной подготовленности тхэквондистов и в связи с недостатками в организации и методике проведения занятий [2].

**Введение.** Тхэквондо становится все более популярным видом спорта среди молодежи и взрослого населения. С ростом популярности эпидемиология травм в тхэквондо становится все более важной областью исследований.

Было проведено мало исследований, посвященных частоте и распределению травм у спортсменов тхэквондо, а существующим исследованиям не хватает согласованности в методах исследования.

Аналитические исследования ограничиваются теми, в которых изучались факторы риска. Результаты этих исследований неоднозначны, а результаты разных исследований мало последовательны [3].

**Цель исследования** – выявить мнение спортсменов связанные с травматизмом высококвалифицированных тхэквондистов.

**Методы и организация исследования** Методом анкетного опроса были собраны ответы у 60 спортсменов тхэквондистов, которые занимаются в РТ и разных регионах РФ.

Среди которых 11 спортсменов имели звание МС (мастера спорта), 18 спортсменов – звание КМС (кандидат в мастера спорта), 23 имели 1 разряд.

В анкету были включены вопросы касающиеся травматизма у



87.	Саидова М.Х., Каландарбеков Б.Х., Тошматов Р.Н. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ИНДИВИДУАЛЬНУЮ ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СПОРТСМЕНОВ В РЕСПУБЛИКЕ ТАДЖИКИСТАН.....	349
88.	Салимова А.А. ХАРАКТЕРИСТИКА ТРАВМАТИЗМА У ВЫСОКОВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТХЭКВОНДИСТОВ .....	353
89.	Салихов Н.Р., Кузнецова О.Ю., Зиятдинова А.И. ЧЕРЕЗ ФИЗИЧЕСКУЮ КУЛЬТУРУ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ .....	356
90.	Сапаров А.О., Чарыев Я., Байрыев Б.Б., Какалыев Г. БИОМЕХАНИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ДАВЛЕНИЯ НА СТОПУ СПОРТСМЕНА .....	360
91.	Сафаров Ш.А., Каримова Д.Дж. НРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ В ТАДЖИКСКОМ ИНСТИТУТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ИМЕНИ С.РАХИМОВА .....	365
92.	Скорнякова Т.С., Вахитов И.Х., Чинкин С.С., Янькова Д.М., Шинкарев В.В. СОКРАТИТЕЛЬНАЯ ФУНКЦИЯ СЕРДЦА ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ЕДИНОБОРСТВАМИ .....	369
93.	Смолина Ю.И., Евграфов И.Е. БИОИМПЕДАНСНЫЙ АНАЛИЗ СТУДЕНТОВ НАПРАВЛЕНИЯ РЕКРЕАЦИЯ И СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ В УСЛОВИЯХ ПОХОДА ВЫХОДНОГО ДНЯ.....	374
94.	Совмиз З.Р. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ ПО РАЗВИТИЮ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА СПОРТСМЕНОВ КОМАНДНЫХ ВИДОВ СПОРТА КАК ФАКТОРА СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ .....	377
95.	Спирidonov Р.Р., Хайруллин И.Т. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ.....	382