

## **Актуальные проблемы развития современных силовых видов спорта**

Спорт оказывает значительное влияние на жизнь современного общества, вместе с тем само общество делает все, чтобы укрепить его позиции для использования в собственных интересах. Современное международное спортивное движение давно вышло за пределы определенной группы людей и организаций, заинтересованных только в развитии спорта. В нем сугубо спортивные проблемы теснейшим образом переплелись с образовательными, организационными, правовыми, социально-экономическими и политическими. Это, с одной стороны, сделало спорт универсальным явлением, раскрывающим, с другой стороны, новые возможности человека, а, с другой стороны, возможности эффективного сотрудничества во имя гармонического развития человека, укрепления мира и взаимопонимания между государствами и народами.

Вместе с тем идеологические основы спортивного движения, чтобы соответствовать интеграции и сближения с развитием современного общества постоянно нуждаются в ревизии и модернизации, устранении проблем возникающих в нем. Для современного международного спортивного движения особенно актуальны следующие проблемы: внедрение идеологии и политики, коммерциализации и профессионализации, использование допинга и обеспечение безопасности, охраны здоровья и д.р. Эти проблемы возникали, разрешались, а часть из них остаются острыми и в настоящее время. Для решения этих проблем необходимо создать условия, которые бы гарантировали всем молодым людям возможность заниматься спортом и физической активностью без ущемления их прав и в безопасных для здоровья условиях; гарантировали каждому, проявляющему интерес и обладающему способностями, возможность улучшать свои показатели в спорте; защищали и развивали моральную и этическую базу спорта, человеческое достоинство и безопасность, создавали гарантии спортсменам от эксплуатации с целью политической, коммерческой и финансовой наживы.

### **1) Силовой экстрим**

Еще в прошлые века достаточно популярным зрелищем было выступления силачей. Люди поражали собравшихся своими возможностями, перенося лошадей, поднимая огромные камни, жонглируя пушечными ядрами.

Именно из этого направления и вырос современный силовой экстрим. Этот вид спорта привлекает к себе, в первую очередь, своей зрелищностью.

Огромные спортсмены (под 2 метра ростом и далеко за 100 кг весом) соревнуются друг с другом в поднятии камня максимального веса, преодолении на скорость дистанции с так называемым коромыслом на плечах, максимальной дистанции в тяге грузовика. И это далеко не полный перечень упражнений в стронге (другое название силового экстрима).

### **2) Гиревой спорт**

Довольно давно появившийся вид спорта (по некоторым данным был основан в девятнадцатом веке). Само изобретение гири приписывают неизвестному человеку в царской артиллерии. Для того чтобы ядра быстрее заряжались в пушки, к ним стали приделывать ручку. Таким снарядом пушкари тренировали силу рук. Результат не заставил себя ждать. Уже через небольшой промежуток времени скорость зарядки выросла в разы.

Современный гиревой спорт это тысячи спортсменов по всему миру, более 50 федераций и ежегодные соревнования. Спортсмены соревнуются в нескольких дисциплинах. Причем соревнуются как мужчины, так и женщины, что делает этот спорт более доступным. А с учетом того что с гирями можно тренироваться даже дома, то можно с уверенностью сказать, что гиревой спорт является отличным способом развить силу.

### 3) Тяжелая атлетика

Данный силовой вид спорта имеет преимущество перед стронгом и гирями – он является олимпийским. Впервые соревнования по тяжелой атлетике на Олимпийских играх прошли в далёком 1896 году.

С того времени этот вид спорта претерпел некоторые изменения. Была исключена часть упражнений, женщинам разрешили выступать наравне с мужчинами.

Многим из-за этого не нравится этот вид спорта. Они считают, что это не женский вид спорта и что большие мускулы не делают женщину красивой. И что после таких нагрузок трудно рожать. Однако, есть немало примеров, когда тяжелоатлетки рожали, и не по одному ребенку.

Женский или не женский это вид спорта, решать только тебе, дорогой читатель.

### 4) Пауэрлифтинг

Раз речь зашла о штангистах, рассмотрим еще один вид спорта, связанный со штангой. Это пауэрлифтинг. Или как его по-другому называют – силовое троеборье.

Троеборьем этот силовой вид спорта называют из-за трех упражнений, входящих в эту соревновательную дисциплину. В отличие от той же тяжелой атлетики, где упражнений два (толчок и рывок), пауэрлифтинг состоит из приседа со штангой, жима штанги лежа и становой тяги.

Преимуществом данного вида спорта является то, что оно может являться силовой базой для предыдущих видов спорта. Да и многих других, так как пауэрлифтинг развивает все мышцы тела.

Недостатком можно считать необходимость специального оборудования. Если в гиревом спорте достаточно одной гири и немного свободного места, то для тяжелой атлетики и пауэрлифтинга нужны штанга, диски. Для пауэрлифтинга еще и стойки для приседа и скамья для жима лежа.

### 5) Бодибилдинг

Продолжим о «не женских» видах спорта. У многих при слове бодибилдинг сразу возникают образы античных скульптур, Арнольда Шварценеггера. И все это правильные образы.

В отличие от предыдущих видов спорта, где самое важное это сила, в бодибилдинге на первый план ставится красота мышц, симметрии, пропорции. Чтобы спортсмен был похож на упомянутую античную статую. Тот же Шварценеггер говорил о себе, что его тело для него как мрамор, а он скульптор.

Данный вид спорта требует наибольшего числа оборудования, необходимого для тренировок. Так же очень важным аспектом в нем является питание. Это делает бодибилдинг довольно затратным спортом. Но красота (в данном случае, красота тела) как говорится, требует жертв. И тяжелого труда.

#### б) Армрестлинг

Данный вид спорта стоит особняком. Если в других нужно приложить силу для поднятия штанги или другого снаряда, то в армрестлинге нужно опустить руку соперника к специальной подушке на столе.

Данный вид спорта очень зрелищный. Наблюдать за борьбой спортсменов, их характеров, наслаждаться целой гаммой эмоций рукаборцев. Сравнимо разве что с боксерским поединком или футбольным матчем.

Для занятий данным спортом необходим специальный стол. Для лучшего эффекта тренировок лучше использовать дополнительное оборудование (те же гири, например). Он также подходит как для мужчин, так и для женщин, тренировки в данном виде спорта не увеличивают мышцы так, как это необходимо в бодибилдинге.

#### 1. Проблемы спорта высших достижений

В XX веке спортивное движение в мире непрерывно расширялось, несмотря на пессимистические оценки ряда социологов и философов, предрекавших постепенный закат спорта высших достижений в связи с отдельными негативными тенденциями, сопровождающими его развитие.

В настоящее время большинство специалистов пришли к общему мнению о том, что спортивная практика разделилась на два направления: массовый (общедоступный, ординарный) спорт и спорт высших достижений. И если структура массового спорта не вызывает дискуссий среди специалистов, то взгляды на структуру спорта высших достижений в литературных источниках значительно различаются. Одни авторы делят его на олимпийский и профессиональный спорт, другие на профессиональный супердостиженческий и профессиональный коммерческий и т.д. Однако современный спорт высших достижений – это смешанный спорт, субъектами которого являются как спортсмены-любители, так и спортсмены-профессионалы. В связи с этим разделять спорт высших достижений на «профессиональный» и «олимпийский» не логично, так на Олимпиадах в большинстве выступают профессионалы. Другая классификация предусматривает деление на профессиональный супердостиженческий и профессиональный коммерческий спорт, что также не соответствует положению, сложившемуся в реальной спортивной практике, т.к. большинство профессионалов имеют очень высокие спортивные результаты и мировые рекорды и выступают на различных соревнованиях. Таким образом, спорт высших достижений представляет собой симбиоз, объединяющий «любительский» и профессиональный спорт,

субъектами которого выступают спортсмены, сохраняющие независимо от своего социально-правового статуса верность идеалам Олимпийской хартии. И все же разделение спортсменов создает определенные трудности для национальных олимпийских комитетов и национальных спортивных федераций, так как их интересы часто расходятся с интересами менеджеров и спонсоров, с одной стороны, и спортсменов и тренеров, с другой. Поэтому пока еще не найдены пути консолидации всех социальных групп участников спорта высших достижений, особенно при подготовке к Олимпийским играм.

Успешное функционирование спорта высших достижений обеспечивается высокоорганизованной системой подготовки, включающей три главные подсистемы: соревнования, тренировки и факторы, повышающие эффективность соревновательной и тренировочной деятельности. Эта система развивается на основе закономерностей теории спорта и теории систем, а управление этой системой основывается на теории управления (менеджмента). Важнейшая составляющая системы, повышающей эффективность подготовки, включает: ориентацию и отбор спортсменов, подбор кадров, информационное, научное медико-биологическое, материально-техническое обеспечение, финансирование, использование факторов внешней среды (климата), организационные структуры управления. Каждый компонент имеет свое функциональное назначение и одновременно подчинен общим законам построения функционирования и развития системы.

Система соревнований в своем развитии связана с непрерывной коммерциализацией спорта, что привело к значительному расширению общего (официального) календаря международных соревнований. Эта тенденция наиболее ярко проявляется в легкой атлетике проведением серийных соревнований «Гран-при», «Золотая лига», других коммерческих стартов. В связи с этим возникло определенное противоречие, т.к. достижение высших результатов на главных соревнованиях связано с определенным, наиболее рациональным для индивидуума общим числом стартом и их количеством, с максимальной мобилизацией возможностей организма и соответствующим подведением к главным из них.

Количество соревнований в индивидуальном календаре во многом зависит от особенностей вида спорта, квалификации, возраста, спортивного стажа и личностных характеристик спортсмена. Однако бесконечное увеличение количества соревнований все же нецелесообразно. Поэтому возникает проблема определения оптимальной плотности соревнований, которая характеризуется величиной интервалов между отдельными стартами, заполняемых тренировкой. Из года в год повышается физическая и психическая напряженность индивидуального календаря. Это связано как с увеличением конкуренции в завоевании призовых мест в соревнованиях и получением высокого рейтинга, влияющего на дальнейшие материальные вознаграждения спортсмена, так и с выплатами денежных сумм непосредственно за участие и успех в конкретном старте. Изучение количественных показателей соревновательной практики сильнейших спортсменов мира показало достаточную вариативность индивидуальной

системы соревнований, а количественные и качественные различия в разных видах спорта связаны с биомеханическими, физиологическими, спортивно-медицинскими, психологическими причинами, определяющими и ограничивающими количественные параметры индивидуального календаря.

Во многих видах спорта образовались группы спортсменов, которые пытаются решать параллельно две главные задачи успешного выступления: на Играх Олимпиад и чемпионатах мира, а также коммерческих стартах, стартах Кубков мира, «Гран-при». Для отдельных выдающихся спортсменов, имеющих большое преимущество перед своими соперниками, решение этих двух задач вполне под силу. Однако в большинстве индивидуальных видов спорта, к которым относится и легкая атлетика, для многих ведущих спортсменов мира (особенно в олимпийские годы) это оказывается недостижимым. Успешное выступление на Играх Олимпиад и чемпионатах мира несовместимо с чрезмерным количеством соревнований и неуправляемым участием спортсменов в различных коммерческих стартах. Поэтому необходимо разумное сочетание серии стартов с периодами напряженной тренировки, в процессе которой спортсмены должны достичь состояния наивысшей готовности в необходимые сроки.

Система тренировки характеризуется четко выраженной цикличностью, при которой большие тренировочные циклы (макроциклы) соотносятся во времени с системой соревнований и строятся в соответствии с закономерностями обеспечения оптимальной подготовленности к главным стартам. Продолжительность и содержание подготовки в пределах отдельного макроцикла определяются многими факторами. Одни связаны со спецификой вида спорта, структурой подготовленности спортсменов, сложившейся в данном виде системой соревнований; другие – с этапом многолетней подготовки, закономерностями становления спортивного мастерства; третьи – с организацией подготовки (централизованной или в клубе), с климатическими условиями, восстановительными средствами и т.п. В то же время некоторые специалисты стали отвергать наличие подготовительного, соревновательного и переходного периодов с присущими им специфическими задачами и содержанием, рассматривая структуру большого цикла как непрерывную цепь подготовки к очередным соревнованиям (А. Н. Воробьев, 1987 и др.). В условиях напряженного календаря соревнований усложнилась проблема управления спортивной формой, достижения ее пиков, так как потребовалось более четкое сочетание нагрузок и восстановительных мероприятий. Специалисты отмечают, что на современном этапе развития спорта высших достижений наметилось некоторое снижение или стабилизация общих объемов тренировки при повышении ее интенсивности. По-видимому, и в дальнейшем объемы тренировочных средств будут изменяться незначительно, так как время, затрачиваемое спортсменом на тренировку, занимает уже сейчас очень значительную часть суток.

Интенсивность процесса подготовки значительно повысилась, так как она складывается из интенсивности соревнований и интенсивности средств тренировки. Соревновательный процесс, как показано выше, стал более

напряженным по физическим и психическим параметрам, а в тренировке увеличилась доля скоростно-силовых средств и повысилась плотность занятий.

## 2. Проблема допинга

Абсолютно неоспоримо, что употребление запрещенных препаратов не только пагубно влияет на состояние организма, но также подрывает идеологические взгляды на спорт. Эта проблема также содержит и нравственный характер, так как применение допинга улучшает результаты спортсмена и это неравенство вытекает не из уровня подготовленности, что «предусматривается правилами соревнований в любом виде спорта, а определяется уровнем развития фармакологической промышленности и привлечением его в спортивную сферу» .

Международный Олимпийский комитет уже в 1964 году объявляет необходимым тестирование спортсменов на допинг, и первым в списке оказывается шведский пятиборец. А в 1990 году образуется Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА) и обманывать и обходить контроль спортсменам становится все сложнее.

Рассматривая вопрос допинга, обратимся к самому понятию этого явления и его существующих видах, и методах.

Согласно определению Медицинской комиссии Международного Олимпийского Комитета, допингом можно считать «введение в организм спортсменов любым путем (в виде уколов, таблеток, при вдыхании и т.д.) фармакологических препаратов, искусственно повышающие работоспособность и спортивный результат. Кроме того, к допингам относят и различного рода манипуляции с биологическими жидкостями, производимые с теми же целями.

Классы допингов:

1. Стимуляторы ЦНС: амфетамин, аминептин, мезокарб, кофеин, эфедрин, салбутамол, кокаин, стрихнин и родственные им соединения;
2. Вещества наркотического характера: героин, кодеин, этилморфин;
3. Анаболические вещества: болденон, метенолон, тестостерон, метилтестостерон, даназол, тренболон;
4. Диуретики: фуросемид, мерсалил, индапамид;
5. Гормоны и их аналоги: соматотропин, кортикотропин, эритропоэтин, хорионический гонадотропин человека.

6. Анаболические стероиды. Эти вещества по своей структуре подобны мужским половым гормонам. С их помощью можно многого добиться: повышения мышечной силы, выносливости, быстрого восстановления после тяжелых физических нагрузок. Анаболики ускоряют практически все биосинтетические процессы, особенно наработку белка.

С точки зрения достигаемого эффекта спортивные допинги условно делятся на две основные группы:

1. Препараты, которые используются прямо в период соревнований для кратковременной стимуляции работоспособности, психического и физического тонуса спортсмена;

2. Препараты, которые используются в течение длительного времени во время тренировочного процесса для наращивания мышечной массы и обеспечения адаптации спортсмена к максимальным физическим нагрузкам.

Та система допинг-контроля, которая присутствует в настоящее время, рассматривает вопросы применения запрещенных препаратов и методов спортсменами, в основном, в спорте высших достижений. Но кардинально проблему допинга в спорте в современном мире она не решает.

В течение долгого времени процедура тестирования проводилась непосредственно во время важных соревнований, но стало известно, что данные препараты применяются и во время тренировочного процесса. Непосредственно перед соревнованиями, спортсмены прекращают применение допинга и применяют средства, удаляющие из организма остатки предшествующих препаратов. Перед непосредственным выездом они проходят допинг-контроль и только после этого допускаются к выезду на соревнования. Известны случаи, когда всемирно известные спортсмены отказывались участвовать в Олимпийских играх, ссылаясь на различные проблемы.

Существует система допинг-контроля, которая ограничивает масштабы применения спортсменами запрещенных веществ и методов, в основном, в спорте высших достижений. Однако кардинально проблему допинга в современном спорте она не решает.

Основной составляющей любой антидопинговой программы служат мероприятия допинг-контроля.

«Допинг-контроль является основной частью комплексной программы мероприятий, которые направлены на предотвращение применения спортсменами запрещенных (допинговых) средств.

Принятый у нас в стране регламент организации и проведения процедуры допинг-контроля полностью соответствует требованиям Медицинской комиссии МОК. Процедура допинг-контроля состоит из следующих этапов: отбор биологических проб для анализа, физико-химическое исследование отобранных проб и оформление заключения, наложение санкций на нарушителей.

«Обнаружение препарата ведет за собой серьезные наказания, вплоть до прекращения спортивной деятельности. При первом выявлении запрещенных средств он дисквалифицируется на 2 года, при повторном – пожизненно. В случае приема симпатомиметиков в первый раз – дисквалификация на 6 месяцев, во второй на 2 года, в третий – пожизненно. При этом к наказанию подвергаются тренер и врач, наблюдавший за спортсменом.

Применение в качестве допинга каких-либо средств, официально отнесенных к наркотическим, влечет соответствующие административные и уголовные наказания. В настоящее время в законодательные органы страны внесены предложения о введении уголовного наказания за прием анаболических стероидов без медицинских показаний, или склонение к их приему».

3. Коррупция в спорте.

Проблема коррупции является одной из глобальных вопросов XXI века, актуальных не только для Казахстана, но и для большинства стран. Коррупция имеет повсеместное распространение, которое на сегодняшний день часто упоминается в средствах массовой информации многих стран мира. Коррупция является негативным явлением современного общества, требующим постоянного тщательного изучения, системного подхода, комплексного и оперативного противодействия.

Если рассматривать сферу физической культуры и спорта во всем мире, то в данном случае коррупция распространяется различными способами, начиная от строительства спортивных объектов и заканчивая подкупом спортсменов, судей.

В соответствии с правилом 2 Олимпийской хартии одна из основных функций международного олимпийского движения и Международного олимпийского комитета — противостоять любым политическим или коммерческим злоупотреблениям, связанным со спортом и спортсменами .

Дело в том, что сегодня спорт становится все более коммерциализированным. Все что связано со спортом, превращается в предмет коммерческих сделок. Спортсмены становятся предметом коммерческих контрактов, которые нередко совершаются с нарушением закона. Например, для того чтобы снизить стоимость перспективного спортсмена, в процессе заключения с ним контракта подчас могут использоваться различные формы давления или принуждения. Допинговые скандалы последних лет, позволяют размышлять и о таких ситуациях, когда результаты получают с нарушениями правил, а также по результатам соответствующих анализов на спортсмена может быть оказано давление под страхом разглашения подробностей результатов теста. Давление также может выражаться в угрозе разглашения иных сведений о спортсмене или членах его семьи. Практика показывает, что именно такими противоправными методами некоторые спортивные клубы добиваются выгодных контрактов с профессиональными спортсменами.

Коммерциализация современного спорта ведет к изменению его традиционной сущности, вносит в спорт дух наживы, приводит к нарушению устоявшихся представлений об олимпийских принципах, цель которых было приобщения человека к физическому и духовному совершенству. Гонорары и призы в спорте стремительно растут, что, в свою очередь, увеличивает искушение совершить преступление.

#### 4. Проблема «Выход из спорта»

«Выход из спорта» для многих спортсменов может сопровождаться негативными последствиями». На сегодняшний день в спортивной литературе очень мало внимания уделяют этапу завершения спортивной карьеры. Нужно понимать, что этот этап так же важен, как и процесс начала спортивной специализации.

Под социальной адаптацией мы понимаем процесс активного освоения личности новых социальных условий. Отправной точкой очередной социальной адаптации является осознание личностью потребности в усвоении



новых социальных и профессиональных ценностей. В начале адаптации личность осознает, что некоторые нормы поведения перестают быть источником реализации своих потребностей и самореализации.

Если человек уходит из профессионального спорта, то ему приходится проходить через социальную адаптацию. Чаще всего, если спортсмен прекращает соревноваться, то он совсем не покидает спортивную сферу. Спортсмены обычно становятся либо тренерами, либо чиновниками от спорта. В некоторых случаях спортсмены уходили в политику или бизнес. Иногда бывшие спортсмены становятся спортивными журналистами, актерами или каскадерами. В наихудших случаях спортсмен становится человеком с ограниченными возможностями.

К основным причинам завершения спортивной карьеры можно отнести получение травм, достижение возрастного лимита, длительный период неудач в соревнованиях, пресыщенность конкретным видом спорта, нехватка финансирования. Первая и третья причины могут повести за собой серьезные проблемы психологического характера и проблемы со здоровьем. В решении этих проблем помогает специальная реабилитация. «Послеспортивная реабилитация» — это системный процесс поэтапного выхода спортсмена из профессионального спорта. Она включает в себя восстановление физиологического, социально-психического состояния человека.

В список задач послеспортивной реабилитации входит помощь в социальной адаптации спортсмена и связанной с ней ресоциализации. Под ресоциализацией мы понимаем некоторое изменение и усвоение социальных норм, ценностей личности.

Ресоциализация бывших профессиональных спортсменов — это процесс включения индивидов в систему социальных отношений, сложившуюся в социальной общности и основанную на их интересах. Ресоциализация — это сложная система социальных отношений. Ресоциализация — это многосторонний процесс, в котором задействован не только бывший спортсмен. Чтобы смягчить ресоциализацию спортсмена послеспортивная реабилитация должна включать социально-психологическую подготовку спортсмена к смене деятельности, правовую помощь, помощь в трудоустройстве, формирование психологической установки на успешную социальную адаптацию, профессиональную переподготовку, помощь в решении материальных проблем. Решение данных вопросов предполагает создание организаций, базы данных профессиональных спортсменов, финансовых резервов, создание рабочих мест. Процесс ресоциализации бывших профессиональных спортсменов конечен. Решая эти задачи, общество сможет избежать того, что спортсмены-профессионалы уйдут в теневую экономику, криминал, станут жертвами «ничего неделания», превращаясь в неполноценных членов общества. Ресоциализация спортсмена может быть частью его спортивной карьеры, а может быть и её завершением.

1. Рекомендации для соревнующихся спортсменов и людей, чья профессиональная деятельность связана со спортом (тренеров, психологов,

журналистов, менеджеров, чиновников) Важно осознавать, что карьера спортсмена скоротечна и связана с большими рисками потерять здоровье.

2. Очень желательно иметь образование во внеспортивной отрасли. Получение образования вне спорта облегчает с одной стороны смену деятельности спортсмена, но с другой стороны усложняет его жизнь. Непросто сочетать учебу с непрерывной подготовкой и участием в соревнованиях.

3. После ухода из спорта бывшему спортсмену рекомендуется выбирать профессию, связанную с бывшей деятельностью. Хорошо зарекомендовавший себя спортсмен сможет успешно реализоваться в менеджменте, политике, журналистике, в качестве тренера и других сферах. Спорт- это зрелищное явление, поэтому спортсмен может продолжать работать в качестве организатора спортивных мероприятий. Профессия спортивного менеджера считается одной из наиболее востребованных и перспективных.

4. По окончании спортивной карьеры чаще всего требуется серьезная медицинская реабилитация, лечение спортсмена, ведь тренировочные занятия и спортивные выступления нередко проходили на грани разрушения здоровья. Требуется целый комплекс мероприятий для восстановления здоровья, социальной защиты людей, которые в спортивной борьбе отстаивали честь нашей страны. Требуется целый комплекс мероприятий для восстановления здоровья, социальной защиты людей, которые в спортивной борьбе отстаивали честь нашей страны.

#### Литература

1. Апциаури Л. Ш. Спорт как социальное явление и фактор социализации личности / Л. Ш. Апциаури // Теория и практика физической культуры. — 2003. — № 1. — С. 12–14

2. Бадрак К.А. Допинг в спорте [как проблема](#) нравственности / К.А. Бадрак // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. — 2010. — № 1. — С. 70–72,

3. Бальсевич В.К. Спорт без допинг фантастика или неотвратимость? /В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. — 2004. — № 3. — С. 29–30.,

4. Платонов В.Н. Допинг в спорте и проблемы фармакологических обеспечения подготовки спортсменов I В.Н. Платонов, С.А. Олейник, Л.М. Гунина. — М.: Советский спорт. — 2010. — 308 с.

5. Барабанова В.Б. Допинг в спорте как социальная проблема / В.Б. Барабанова // Успехи современного естествознания. — 2010. — № 11. — С. 176–178

6. Башкин И.Н. Фармакология допинг / И.Н. Башкин // Журнал SWIM. — 2012. — № 4 (10).

7. Стамбулова Н. Б. Кризисы спортивной карьеры // Теория и практика физической культуры. — 1997. — № 10.- С. 13-17.

8. Спортивная карьера и проблема социальной адаптации спортсменов после завершения карьеры. Url: <http://kursak.net/sportivnaya-karera-i-problemy-socialnoj-adaptacii-sportsmenov-posle-zaversheniya-karery/> - 05.05. 2018.

9. Исследование фонда ИНДЕМ «Диагностика российской коррупции 2005»/ Электронный источник.

10. Коррупция в спорте. Электронный ресурс// URL:<http://www.klbviktoria.com/news/15-11-2010-4.html>