

Міністерство освіти і науки України
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Сумський державний університет
Курський державний університет (Росія)
Тираспольський державний університет імені Т. Г. Шевченка (Молдова)



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ
І МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(Україна, Суми, 17–18 квітня 2014 року)

Суми
Сумський державний університет
2014

АНАЛІЗ МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНИХ ПОКАЗНИКІВ СТУДЕНТОК СУМСЬКОГО РЕГІОНУ

Токар В., студ.

Сумський державний університет

kfv@sport.sumdu.edu.ua

Важливого значення набуває індивідуальний підхід до кожної конкретної людини, у тому числі й у плані встановлення певних нормативних параметрів як організму в цілому, так і його окремих органів та систем. Помірна рухова активність корисно впливає на будову і формування скелету, стимулює остеобласти окістя, протидіє деформації кісток і скелету, зміцнює зв'язки, суглоби та забезпечує еластичність рухів. Систематична фізична активність сприяє формуючий вплив на пропорції тіла.

Значне підвищення ефективності занять фізичною культурою і спортом досягається під час використання типоспецифічних методик і засобів досягнення кожною людиною її індивідуальної норми на основі виявлення конституційно-типологічної належності [2].

Мета даного дослідження – визначити відмінності антропометричних параметрів студенток основної групи фізичного виховання, групи спортивної спеціалізації та виявлення особливостей когнітивних процесів.

Об'єктом дослідження слугували 36 студенток Сумського державного університету.

Першу групу обстежених склали 18 студенток групи спортивної спеціалізації волейбол (17–21 років). Другу групу – 18 студенток основної групи (17–21 років).

Для рішення поставлених задач використовували наступні методи: антропометричні [1], психофізіологічні та математичної статистики.

Результати дослідження. В першій групі по відношенню до другої групи показники: довжини і маси тіла, грудної клітки

(під час паузи, глибоких вдиху і видиху), плеча (під час максимального напруження та в розслабленому стані), передпліччя (у верхній та нижній частині), стегна, гомілки (у верхній та нижній частині), ширина дистальних епіфізів: плеча, передпліччя, стегна, гомілки в середньому більше на 0,45%–1,85% ($p < 0,05$). Динамометрія правої та лівої руки в першій групі збільшується на 1,12% ($p < 0,05$) і на 2,60% ($p > 0,05$) по відношенню до другої групи студенток.

В середньому показники латентних періодів (ПЗМР) у першій групі становить 455 мс, в другій – 460 мс, реакція одного сигналу з трьох (РВ1–3) в першій – 478 мс, в другій групі 488 мс. Показник функціональної рухомості нервових процесів (УФП НП) у першій групі склав 468 мс, а у другій групі – 489 мс.

Таким чином, спостерігається достовірна різниця ($p < 0,05$) між першою та другою групами студенток серед антропометричних та середньостатистичних показників латентного періоду ПЗМР.

Література:

1. Бунак В. В. Антропометрия / Бунак В. В. – М., 1941. – 368 с.
2. Смоляр О. Розвиток витривалості у студентів різних конституційних типів / О. Смоляр // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. праць. – Луцьк, 2008. – Т. 2. – С. 244–247.