

Т.Я. Шевчук, О.Р. Дмитроца, А.П. Сокол

**Центральна гемодинаміка та рівень фізичного стану у спортсменів, які займаються різними видами спорту**

Кафедра фізіології людини і тварин Волинського національного університету імені Лесі Українки м. Луцьк, України

Здоров'я людини передбачає достатньо високий рівень фізичної підготовленості, фізичного розвитку та працездатності, що обумовлює проблему пошуку фізичних навантажень, які адекватні фізичному стану індивідууму.

Метою роботи є вивчення особливостей фізичного розвитку, стану та типів гемодинамічних показників у спортсменів, які займаються командними видами спорту (волейбол, баскетбол) та легкою атлетикою (стаєри).

Для дослідження використовували метод антропометрії, метод тетраполярної реографії (реографії по Кубічку). У ході нашого дослідження було обстежено 30 осіб чоловічої статі віком 17-19 років, з різними видами спортивної спеціалізації.

З числа досліджуваних спортсменів, група, яка займається командними видами спорту має високий рівень фізичного стану, це пов'язано з своєрідною сукупністю морфологічних та функціональних особливостей організму спортсменів. Група легкоатлетів відноситься до вище середнього рівня фізичного стану, внаслідок зниження показників частоти серцевих скорочень (ЧСС) та артеріального тиску. Група, яка професійно спортом не займається має середній рівень фізичного стану [Власов Ю.А., 2009]. У досліджуваних, які займаються волейболом і баскетболом є достовірно вищі значення ЧСС, ніж у групі стаєрів: чим вища тренуваність спортсмена і чим вищі його аеробні можливості, тим нижча ЧСС при виконанні будь-якого не максимального аеробного навантаження [Лежньова О.В., 2008]. Значення ударного індексу у групі стаєрів є вищим, ніж у групі, яка займається командними видами спорту. Відповідно до цього було отримане наступне комп'ютерне заключення: 70% спортсменів, які займається командними видами спорту мають еукінетичний тип гемодинаміки та 30% – гіпокінетичний; 90% спортсмени-стаєри, мають еукінетичний тип, 10% – гіпокінетичний тип; контрольна група характеризується 100% – гіпокінетичним типом гемодинаміки [Наумова В.В., 2009, Комлик А, 2009].

Результати досліджень показали, що регулярні фізичні навантаження мають формуючий вплив на показники та тип центральної гемодинаміки студентів спортсменів, а більшість гемодинамічних показників узалежнені від впливу фізичних навантажень різного роду.