

Сокол А.П. – спеціаліст кафедри фізіології людини і тварин Волинського національного університету імені Лесі Українки

Науковий керівник: доцент, кандидат біологічних наук Т.Я. Шевчук

СТАН ПОКАЗНИКІВ ЦЕНТРАЛЬНОЇ ГЕМОДИНАМІКИ У СТУДЕНТІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВИМИ ВПРАВАМИ ТА ВПРАВАМИ НА ВИТРИВАЛІСТЬ

Гіподинамія означає зменшення сили. Причиною гіподинамії можуть бути фізичні, фізіологічні і соціальні фактори. Поширення гіподинамії в сучасних умовах пов'язане з процесами урбанізації, масштабним впровадженням у повсякденну діяльність людини засобів переміщення, автоматизації і механізації праці. Зменшення м'язових зусиль при гіподинамії призводить до розвитку в організмі функціональних і морфологічних змін, які подані як різновидність адаптаційних зрушень [2].

Сумарний прояв властивостей і якостей у вигляді вікових особливостей нервово-психічної діяльності, фізичної сили й витривалості, які визначаються станом морфологічних і функціональних ознак, прийнято називати фізичним розвитком організму людини. Дослідження фізичного розвитку дозволяє визначити форму, розміри й пропорцію частин тіла, а також деякі функціональні можливості організму [1].

Контингент і методика дослідження. В роботі вивчалися показники рівня фізичного розвитку та стан показників центральної гемодинаміки у студентів, які займаються швидкісно-силовими вправами та вправами на витривалість.

Було обстежено 30 студентів чоловічої статі (віком 17-19 років), які займаються різними видами спорту. Для дослідження використовували метод *антропометрії*, *реографії за Кубічком* та метод *варіаційної статистики*.

Результати дослідження. Рівень фізичного стану у трьох групах суттєво відрізняється. При аналізі показника рівня фізичного стану відмічено, що у 1 групі (А – студенти, які займаються швидкісно-силовими вправами) значення цього показника є достовірно вищим, ніж у 2 групі (Ц – студенти, які займаються вправами на витривалість). Відмінності рівня фізичного стану спостерігали між групою, що займається ациклічними видами спорту та контрольною групою (К – група, де досліджувані професійно спортом не займаються). Показник рівня фізичного стану у 1 групі (А) є достовірно вищим, ніж у 3 групі (К). Не суттєві відмінності рівня фізичного стану спостерігали між 2 групою (Ц) та третьою групою (К) з тенденцією до збільшення рівня фізичного стану у 2 групі, що займається циклічними видами спорту [4].

При аналізі показника ЧСС, ХОК, ОШВ, N, ППО, ЗПО, СІ у нашому дослідженні було відмічено, що у 1 групі (А) значення цього показника є достовірно вищим, ніж у 2 групі (Ц) досліджуваних ($p \leq 0,05$). Це вказує на те, що швидкісно-силові види спорту потребують менших затрат енергії ніж, циклічна та контрольна групи. Циклічна група в порівнянні з ациклічною групою є витривалішою до фізичних навантажень [3,5]. При аналізі показника СОК, СДТ, УІ, ВЕ у нашому дослідженні було відмічено, що у 2 групі (Ц) значення цього показника є вищим, ніж у 1 групі (А) – ($p \geq 0,05$). Як стверджують дослідники при циклічних видах спорту потребуються великі затрати енергії, кисневе забезпечення, міцність опорно-рухового апарату та тренованість м'язів [3].

Висновки. Дослідження особливостей фізичного розвитку у студентів показало, що показники рівня фізичного стану суттєво відрізняються у групах спортсменів, які займаються швидкісно-силовими вправами та вправами на витривалість. При дослідженні стану показників центральної гемодинаміки у студентів було встановлено, що більшість показників

узалежнені від впливу фізичних навантажень різного роду та характеризуються певними особливостями.

Література

1. Агаджаньян Н.А. Основы физиологии человека / Агаджаньян Н.А. / – М.: РУДН, 2003. – 408с.
2. Дзюбан Ю.О. Особливості регуляції серцевого ритму у осіб з різними типами гемодинаміки / Дзюбан Ю.О., Лизогуб В.С., Коваленко С.О., Кудій Л.І. // IV Міжнародна наукова конференція. Психофізіологічні та вісцеральні функції в нормі і патології присвячена 90-річчю від народження П.Г. Богача. – Київ, 2008. – С.72-73.
3. Усова О.В. Характеристика фізичного розвитку підлітків та осіб 1-го зрілого віку, які проживають у сільській місцевості / Усова О.В., Пикалюк В.С., Шевчук Т.Я. // Проблемы, достижения и перспективы развития медико-биологических наук и практического здравоохранения. Труды КГМУ. Симферополь, – 2007. – Ч.IV. – Т.143. – С. 92-94.
4. Шевчук Т.Я. Особливості стану показників центральної гемодинаміки при недостатності кровотоку в підлітків / Шевчук Т.Я., Усова О.В. // Наук.вісник ВНУ. – 2009. - №9. – С. 43-46.