

12. Федотова О., Окунев А. *Историческая борьба и пути формирования коммунистического мировоззрения специалистов по физической культуре и спорту // Теория и практика физической культуры.* -1988.-№12.-С.10.

13. Заватско Виховання волі і характеру. Мюнхен, 1952;

14. Мочул І. Історія української культури. Мюнхен – Львів, 1994;

15. Шлемкевич М. Загублена українська людина. К., 1992;

16. Янів В. Нариси до історії української етнопсихології. Мюнхен, 1993.

17. Мішель Фуко. Історія сексуальності. В 3-х т. -Харків, 1997-2000;

18. Жіль Делез, Фелікс Гваттарі. Капіталізм і шизофренія: Анти-Едіп. К., 1996;

19. О. Кульчицький. Український персоналізм. - Мюнхен – Париж, 1985.

О.Б. Дуліба,

кандидат біологічних наук, доцент кафедри фізвиховання і здоров'я, ЛФК і СМ

А.В. Магльований,

доктор біологічних наук, професор, завідувач кафедри фізвиховання і здоров'я, ЛФК і СМ

Л.В. Стрельбицький,

доцент кафедри фізвиховання і здоров'я, ЛФК і СМ

Львівський державний медичний університет ім. Д. Галицького

ПОКАЗНИКИ ФІЗИЧНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ТА ВЕГЕТАТИВНОЇ КАРДІОРЕГУЛЯЦІЇ У СПОРТСМЕНОК

Під час такого емоційного і інтенсивного фізичним навантаженням виду спорту, як аеробіка викликала необхідність вивчення вегетативної регуляції серцевого ритму і його зв'язків із змінами аеробної фізичної працездатності у різні фази оваріального менструального циклу.

Методика дослідження. Обстежено 26 студенток-спортсменок віком $19,3 \pm 0,8$ р.р., які займалися спортивною аеробікою впродовж двох років, Фізична працездатність вимірювалась за методикою велоергометричного тесту до „відмови”, РВС-170 (Карпман В.Л. і співавт., 1978; Магльований А.В., 1986-1988). На електрокардіографі „Малиш” реєстрували 100 сейсмокардіоциклів в положенні лежачи, до тесту, відразу після «відмови» від тесту і через 5 хв. відпочинку. Кардіоінтервали аналізували за методикою Баєвського Р.М., 1968, Белової Л.А., 1984. Аналіз варіативності кардіоінтервалів проводили за 3-ма програмами (Баєвського Р.М., 1968; Магльованого А.В., 1988-1993; Белової Л.А., 1988) з побудовою гістограм розподілу кардіоінтервалів (варіаційна пульсограма – ВПГ), їх розподілу на площині координат кореляційної пульсограми (КРГ) і коефіцієнтів автокореляції – аутокорелограмми (АКГ). Виконували спектральний аналіз хвильової структури АКГ. Цифро-

ві дані параметрів ВПГ, типів ВПГ, КРГ і АКГ оброблені статистично. Дані порівнювали з результатами досліджень гімнасток, які займалися спортивною аеробікою. Фази ОМЦ у спортсменок визначали методом анкетування.

Результати дослідження. Встановлено, що ОМЦ у студенток-спортсменок, які займалися спортивною аеробікою був варіативним і складав $24,8 \pm 2,7$ дн. В другій фазі ОМЦ фізична працездатність у них дорівнювала $903,47 \pm 92$ кГм/хв, або $16,7 \pm 0,46$ кГм/хв/кг, а у третій фазі достовірно знизилася ($740,0 \pm 69,0$ кГм/хв, або $13,6 \pm 0,28$). Тип ВПГ у другій фазі ОМЦ у студенток-спортсменок був нормотонічним ($3,4 \pm 0,41$ од), тип АКГ дорівнював $2,79 \pm 0,31$ од., тобто також був нормотонічним. В третій фазі ОМЦ тип ВПГ достовірно зменшився ($3,1 \pm 0,2$ од), але залишився в нормотонічній зоні, тобто водій ритму серця перебував у оптимальному стані. За даними хвильової структури кардіоритму у них переважали високочастотні хвилі дихального діапазону, у зв'язку з чим тип АКГ достовірно зменшився ($1,87 \pm 0,3$ од.), що вказує на посилення впливу парасимпатичного відділу вегетативної нервової системи на хвильову структуру кардіоінтервалів.

Таким чином, нами встановлено, що в третю фазу ОМЦ у жінок-спортсменок спостерігається зниження аеробної фізичної працездатності при посиленні ваготонічного контуру кардіорегуляції. Зміни кардіоритму слід рахувати адаптивними у найбільш складну і важливу для організму жінки овуляторну фазу оваріального-менструального циклу.

У зв'язку з тим, що зниження фізичної працездатності у третій фазі оваріально-

менструального циклу досягає $19,1 \pm 0,2\%$ рекомендуємо об'єм і інтенсивність фізичного навантаження під час проведення підготовчого періоду у річному тренувальному макроциклі моделювати хвилеподібно відповідно до рівня функціонального стану та адаптивних можливостей серцево-судинної системи студенток-спортсменок, які займались спортивною аеробікою.

О.Б. Дуліба,

кандидат біологічних наук, доцент кафедри фізвиховання і здоров'я, ЛФК і СМ

А.В. Магльований,

доктор біологічних наук, професор завідувач кафедри фізвиховання і здоров'я, ЛФК і СМ

О.А. Дзівенко,

викладач кафедри фізвиховання і здоров'я, ЛФК і СМ

Л.В. Стрельбицький,

доцент кафедри фізвиховання і здоров'я, ЛФК і СМ

Львівський державний медичний університет ім. Д. Галицького

ХАРАКТЕРИСТИКА ПОКАЗНИКІВ РОЗУМОВОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ І СИСТЕМНОЇ ГЕМОДИНАМІКИ СТУДЕНТОК, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ОЗДОРОВЧОЮ ГІМНАСТИКОЮ

Метою нашого дослідження стало вивчення динаміки показників розумової працездатності та системної гемодинаміки у різні фази оваріально-менструального циклу (ОМЦ) у студенток, котрі займаються в групах оздоровчої гімнастики.

Обстежено 78 студенток I - II курсів Львівського державного медичного університету в осінньому і зимовому періоді навчального року. За даними анкетування студентки розподілені на 5 груп відповідно фазам ОМЦ. Визначення фаз ОМЦ проводилося вимірюванням температури "ядра" тіла звичайним термометром, вранці, лежачи. Розумоза і фізична працездатність (ФП), системна гемодинаміка оцінювалися за загально прийнятими тестами, методиками та формулами (Шахлина Л.Г., 1980, Магльований А.В., 1993, Дуліба О.Б., 2000). Цифрові масиви оброблені методом статистичного та кореляційного аналізу.

Фізична працездатність при пульсі 170 уд/хв/кг була найнижчою в III і достовірно вищою ($p < 0,05$) в II фазі ОМЦ. Швидкість переробки зорової інформації (ШПЗІ) коливалася у межах $2,61 \pm 0,29 - 3,42 \pm 0,33$ біт/с, але розбіжності між фазами недостовірні ($p > 0,05$) і носили лише характер тенденції. Най-

нижчі показники ШПЗІ відмічені в III, а найвищі - в I і V фазах. "Швидкісний" показник час рішення задач (ЧРЗ), навпаки, був найвищим в I і V фазах (розбіжності достовірні для I і II фази) ($p < 0,05$), тобто, абстрактне мислення в ці фази гальмується, але прискорюється в II і IV фазах. Короткотривала пам'ять (КТП) була найнижчою в III фазі.

Отже, результати наших досліджень дозволили отримати нову інформацію щодо динаміки показників розумової працездатності під час III оваріальної фази ОМЦ у студенток, котрі займаються в групах оздоровчої гімнастики. По-різному змінюються у III фазі оваріально-менструального циклу показники фізичної та розумової працездатності і системної гемодинаміки: якісні показники розумової працездатності ШПЗІ і КТП знижуються, а кількісні показники, час рішення задач працездатності змінюються. При цьому це супроводжується достовірним підвищенням частоти серцевих скорочень, зниженням рівня фізичної працездатності при пульсі 170 уд/хв/кг і інтегральних показників системної гемодинаміки - максимального артеріального тиску і хвилиного об'єму кровообігу.