

ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДІВЧАТ ПІД ВПЛИВОМ НАВАНТАЖЕНЬ ГІМНАСТИЧНОГО ХАРАКТЕРУ

А.В.Малицький, Ю.М.Панишко

Львівський державний інститут фізичної культури

Особливістю сучасного спорту є науково обґрунтований пошук талановитої молоді, яка спроможна переносити великі тренувальні навантаження, змагальні стреси та високі темпи спортивного удосконалення. Велику роль у відборі відіграють морфофункціональні особливості юних спортсменок, оцінка їх фізичного розвитку і контроль за всебічним удосконаленням в процесі спортивних тренувань (В.М.Волков, 1983).

Оцінка рівня фізичного розвитку ускладнена відсутністю регіональних стандартів – нормативів вікового розвитку. Мета нашої роботи: складання порівняльних антропометричних карт студенток I – II курсів ЛДІФК віком 18 – 20 років різної кваліфікації, що спеціалізуються у спортивній (n = 15), та художній гімнастиці (n = 15), порівняння їх з подібними дослідженнями в інших регіонах України.

Антропометричні дослідження проведені за загальноприйнятою методикою. Дані обстежень представлені у таблиці 1.

Таблиця 1

Показники фізичного розвитку гімнасток ЛДІФК (M ± m)

Показники	Художня гімнастика	Спортивна гімнастика	Ступінь достовірності (P)
1. Ріст (см)	171 ± 1,6	164,2 ± 1,7	<0,05
2. Маса (кг)	56,4 ± 4,2	62,0 ± 5,7	>0,05
3. Довжина руки (см)	75,8 ± 1,3	74,0 ± 1,2	>0,05
4. Довжина плеча (см)	34,9 ± 1,1	32,2 ± 0,9	>0,05
5. Довжина передпліччя (см)	28,4 ± 0,7	26,9 ± 0,1	<0,05
6. Довжина кисті (см)	18,7 ± 0,6	17,8 ± 0,3	>0,05
7. Довжина ноги (см)	103,4 ± 3,4	91,1 ± 1,8	<0,05
8. Довжина стегна (см)	51,6 ± 2,4	47,2 ± 1,4	>0,05
9. Довжина гомілки(см)	46,6 ± 2,0	42,2 ± 1,2	>0,05
10. Довжина стопи (см)	25,2 ± 0,7	24,7 ± 0,3	>0,05

Показники обвідних розмірів гімнасток представлені у таблиці 2.

Таблиця 2.

Показники фізичного розвитку ЛДІФК ($M \pm m$)

Показники	Художня гімнастика	Спортивна гімнастика	Ступінь достовірності (P)
1. Обвід шиї (см)	33,3 ± 0,3	34,9 ± 2,4	>0,05
2. Обвід грудної клітки (см)	89,4 ± 1,8	90,5 ± 4,3	>0,05
3. Вдих	94,4 ± 1,5	95,9 ± 4,3	>0,05
4. Видих	85,7 ± 1,7	87,9 ± 3,8	>0,05
5. Екскурсія (см)	8,9 ± 0,9	7,8 ± 0,4	>0,05
6. Обвід плеча (см)	25,4 ± 2,2	30,4 ± 2,4	>0,05
7. Обвід передпліччя (см)	22,6 ± 0,6	26,3 ± 2,7	>0,05
8. Обвід стегна (см)	52,8 ± 1,7	55,7 ± 1,5	>0,05
9. Обвід гомілки (см)	37,6 ± 2,9	36,0 ± 1,4	>0,05

Таким чином, представниці художньої гімнастики мають статистично достовірний вищий ріст, більшу довжину передпліччя, ноги; відзначається тенденція до збільшення екскурсії грудної клітки, довжини стегна, гомілки. Разом з тим, у представниць спортивної гімнастики виражена тенденція до збільшення маси тіла, обводу шиї, плеча, передпліччя, стегна, що пов'язано із специфікою спортивної діяльності.

Таблиця 3.

Показники фізичного розвитку дівчат постпубертатного періоду ($M \pm m$)
(За Сарафінюк Л.А., 1998)

Показники	Акробатки	Не спортсменки	Ступінь достовірності (P)
1. Ріст (см)	163 ± 0,6	165,1 ± 0,7	<0,05
2. Маса (кг)	55,6 ± 0,8	55,7 ± 0,9	>0,05
3. Обвід грудної клітки вдих (см)	82,6 ± 0,6	79,7 ± 0,6	<0,05
4. Видих (см)	76,7 ± 0,6	75,0 ± 0,6	>0,05
5. Екскурсія (см)	5,9 ± 0,2	4,7 ± 0,2	<0,05
6. Динамометрія правої кисті (см)	28,0 ± 0,6	23,7 ± 0,8	<0,05
7. Динамометрія лівої кисті (см)	25,6 ± 0,7	21,3 ± 0,9	<0,05

Акробатки за величиною довжини тіла, маса тіла, поступаються своїм одноліткам, що обумовлено специфікою спортивного добору, впливом на організм високих тренувальних навантажень. Спортивна діяльність неоднаково впливає на різні показники фізичного розвитку. У деяких випадках відбуваються суттєві, як позитивні, так і негативні зміни морфофункціональних показників.