

5-6	0	0	0	0
Генотип				
Радіальний	11	41	47	3
Нейрогенний	45	38	17	17
Гомогенний	3	17	30	14
Радіально-лакунарн.	20	4	7	45
лакунарний	20	0	0	21

Аналізуючи колір, щільність, тип райдужної оболонки ока у веслярів, можна зробити висновок, що більшість спортсменів мають другу ступінь щільності – (72%); карий (40%) та блакитний (35%) колір райдужної оболонки ока та нейрогенний генотип (45%).

У борців найбільш розповсюджені такі ознаки: колір РОО карий; (42%) щільність друга (75%) тип – радіальний (41%) та нейрогенний (38%).

У гімнастів частіше зустрічається карий колір (60%), щільність перша (60%), генотип радіальний (47%) та радіально-гомогенний (30%).

У студентів найбільш поширені такі ознаки: колір-блакитний (35%), сірий та зелений (24%), щільність-третя (59%), тип-радіально-лакунарний (45%).

Висока витривалість притаманна карооким студентам ($t=3,01$, $p<0,05$), з другим ступенем щільності ($t=3,130$, $p<0,05$); а добрі координаційні здібності властиві спортсменам у яких колір очей - карий ($t=4,140$, $p<0,005$); щільність-друга ($t=3,95$ $p<0,005$), а тип – радіальний ($t=2,03$ $p<0,05$).

Висновки. За результатами наших досліджень, можна зробити припущення, що найвищих результатів в таких видах спорту, де необхідний високий рівень розвитку витривалості, можуть досягти спортсмени, які мають карий і голубий колір райдужної оболонки ока, другу ступінь щільності і нейрогенний тип. А у видах спорту, що потребує високого рівня координаційних здібностей потрібно звертати увагу на спортсменів з карою РОО, з першим ступенем щільності та радіальним і гомогенним генотипом. Ці ознаки можуть враховуватися на ранніх етапах відбору.

IRIDOLOGICAL FEATURES OF EYE IRIS STRUCTURES OF DIFFERENCE FIND OF SPORTS REPRESENTATIVE

IRINA MALYARENKO

Kherson State Pedagogical University

In this article is described the possibility iridoanalyse as method of selction in sport. It will definitely help with an evaluation of body organs, tissues and systems. Moreover, It can help with an athletic orientation and recruitment into groups for recreational sports.

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ТРІАТЛОНУ В УКРАЇНІ

АНДРІЙ БЕГЕН

Львівський державний інститут фізичної культури

Історія розвитку триатлону в Україні нараховує трохи більше десяти років. За такий короткий проміжок часу цей вид спорту набув популярності і культивується практично в кожній області. Провідні триатлоністи України виборюють право представити український триатлон на Олімпійських іграх в Сідней, в рік дебюту цього виду спорту на Олімпіадах. Проте, незважаючи на популярність цього виду спорту, в теорії та методиці підготовки триатлоністів міжнародного рівня та в питаннях відбору на даний час бракує достатньої кількості наукових розробок.

З метою визначення думки тренерів та провідних спортсменів України стосовно відбору в триатлоні, в травні-липні 1998 року нами було проведено анкетування. У ньому свої погляди виклали 16 тренерів з усіх регіонів України, в тому числі головний тренер збірної команди України, а також 41 спортсмен високого класу, з них 5 МСМК (1 жінка), 18 МС (5 жінок) та 18 КМС (3 жінки).

Тренерам було запропоновано відповісти на 10 запитань, шість з яких були загально-статистичного характеру, а чотири визначили їх професійне ставлення до ключових моментів відбору та підготовки українських триатлоністів високого класу. Спортсмени дали відповідь на двадцять запитань, серед яких, окрім загально-статистичних та професійних, було запитання щодо визначення рівня мотиваційних домагань (в анкеті воно звучало так: "Яка мета ваших занять триатлоном?"). Зазначимо, що в цілому цей рівень виявився досить високим. Так, серед усіх опитаних жінок лише двоє (22 %) обрали другий варіант відповіді – "стати членом збірної команди України і здобути можливість брати участь в міжнародних змаганнях"; метою ж занять триатлоном всіх інших жінок (7 осіб або 78 %) – є "перемоги на міжнародних змаганнях високого рівня".

Серед чоловіків МС та МСМК (всього 17 осіб) перший варіант відповіді – "перемоги на міжнародних змаганнях високого рівня" є метою занять для 15 спортсменів (88,2 %) і лише двоє (11,8 %) займаються триатлоном "...для себе, бо мені це цікаво". Отже, це свідчить про амбіційність українських триатлетів та їх високий рівень мотиваційних домагань.

Нами проаналізовано також вікові та антропометричні показники респодентів. Наймолодшим майстрам спорту України з триатлону на час проведення анкетування був Андрій Биков, вік якого 17 років, а найстаршим діючим спортсменом – 32-х річний Ігор Ішук. Вік більшості провідних триатлоністів України знаходиться в межах від 24 до 29 років, середній показник 25,4 роки. У жінок цей показник дещо менший – 22,6 років.

Зріст чоловіків МС та МСМК знаходиться в досить вузьких межах – від 176 см у Дмитрієва Романа до 186 см (3 спортсмени). Виключенням є лише Антон Маркелов (168 см). Ці дані дають підставу стверджувати, що такий вузький ростовий діапазон (176-186 см) є оптимальним для досягнення високих результатів в усіх трьох видах триатлону. Зріст жінок коливається в менших межах – від 164 см у Журавкової Оксани до 172 см у Клочко Лариси.

Подібно до зростових показників у вузьких межах знаходяться і показники маси тіла спортсменів. У чоловіків це діапазон від 64 до 76 кг, а у жінок відповідно від 53 до 61 кг.

Серед головних задач, які ми ставили перед анкетуванням було вивчення думки тренерів та спортсменів стосовно початкової спеціалізації майбутнього триатлоніста та віку початку занять триатлоном.

Тренери, на запитання про те, яким видом спорту – плаванням, легкою атлетикою чи велоспортом потрібно починати займатись для того, щоби досягнути максимальних результатів в триатлоні, одностайно вказали на плавання. Тобто, вони вважають, що триатлоном повинен займатися спортсмен з певною кваліфікацією в плаванні.

У відповідях на запитання про те, з якого віку потрібно починати тренуватись майбутньому триатлоністу тренерські думки також не надто різняться – всі вказують на віковий проміжок – 6-8 років, тобто вік оптимальний для початку занять плаванням.

Серед відповідей спортсменів спостерігаємо таку ж саму тенденцію. Більшість опитаних вказують на те, що майбутньому триатлоністу найперше потрібно починати тренуватись в плаванні. Лише на запитання “З якого віку?” отримуємо дещо ширший віковий діапазон – 5-10 років.

Значно менше одностайності ми спостерігали у відповідях на запитання про те, з якого віку потрібно починати тренування всіх трьох видів триатлону в комплексі. Більшість тренерів вказують на віковий проміжок 10-16 років, а тренерське подружжя Яценків навіть 17 років. Спортсмени у відповіді на це запитання вказують на ще ширший віковий проміжок – від 10 до 20 років, хоча переважна більшість (80 %) обмежуються проміжком 12-16 років.

Проаналізувавши відповіді на запитання про те, яким рівнем спортивної майстерності в плаванні повинен володіти триатлет рівня збірної команди України, ми можемо твердити, що це повинен бути рівень не нижче кандидата в майстри спорту. На це вказують 95 % опитаних тренерів та спортсменів. Вплив кваліфікації триатлоніста в плавальній дисципліні на загальний результат значно зріс після того, як у 1996 році міжнародна федерація триатлону (ITV) дозволила лідирування у велосипедних перегонах. Тепер тих триатлоністів, які першими після плавальної дистанції сідають на велосипеди, наздоганяти стало значно важче. Велосипедні перегони з роздільним стартом замінено на групові перегони.

Отже, узагальнюючи результати анкетування провідних тренерів та спортсменів України з триатлону, зробимо деякі висновки:

1. Для того, щоб досягнути максимальних результатів в триатлоні, потрібно спочатку починати тренуватись в плаванні, у віці 6-8 років.
2. Кандидат в збірну команду України з триатлону повинен володіти майстерністю в плаванні не нижче рівня кандидата в майстри спорту.
3. Комплексні тренування з плавання, велоспорту та кросового бігу бажано проводити з 12-14 років для хлопців та 11-13 років для дівчат.

ХАРАКТЕРИСТИКА ЗМІН ЕЛЕКТРОКАРДІОГРАМИ У ПІДЛІТКІВ ПІД ВПЛИВОМ НАПРУЖЕНОЇ М'ЯЗОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

МАНА СІРЕНКО

Львівський державний інститут фізичної культури

Надмірні форсовані тренування в юнацькому віці, швидке нарощування їх обсягу та інтенсивності без достатнього наукового обґрунтування і критеріїв оцінки функціонального стану серцево-судинної системи можуть викликати її перенапруження, що обмежить подальше вдосконалення у обраному виді спорту [3].

Детально вивчені зміни ЕКГ при різних патологічних станах у дорослих спортсменів [1], розроблені електрокардіографічні нормативи для здорових дітей і підлітків [4], вивчено ЕКГ у юних спортсменів [1,2,3].

Однак, у цих роботах не визначена різниця параметрів ЕКГ в залежності від виду занять напруженою м'язовою діяльністю та спрямованості тренувального процесу підлітків, що систематично займаються в секціях з різних видів спорту.

Мета нашої роботи – вивчення особливостей ЕКГ до навантаження і у відновному періоді у підлітків, що займаються футболом та веслуванням, виявлення ранніх ознак тренуваності та ознак патологічних зрушень у серці.