

3. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш; под общ. ред. Н. В. Третьяковой. – М.: Советский спорт, 2016. – 268 с.

Белякова А.С.

Сибирский государственный университет
физической культуры и спорта, г. Омск, Россия

ОЦЕНКА МОРФОТИПОЛОГИЧЕСКОГО СТАТУСА ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ

Аннотация. В статье ставится задача изучить морфотипологический статус легкоатлетов 10-13 лет, проанализированы соматотипы юных спортсменов, изучены морфологические показатели начинающих легкоатлетов с учетом типа телосложения.

Ключевые слова: соматотип, начинающие легкоатлеты, морфологические показатели.

Belyakova A. S.

Siberian state University
physical culture and sports, Omsk, Russia

ASSESSMENT MORPHOLITHOLOGIC STATUS OF YOUNG ATHLETES

Abstract. The article seeks to examine the status morpholithogenesis athletes 10-13 years, analyzed the somatotype of young athletes, we studied morphological indicators novice athletes given body type.

Keywords: somatotype, aspiring athletes, morphological indicators.

Учет индивидуально-типологических особенностей спортсменов уже на этапе начальной подготовки позволит создать предпосылки для осуществления точного прогноза развития спортивной карьеры, в значительной степени избежать длительных, но малоэффективных усилий тренера и спортсмена, сохранить уровень здоровья, оптимизировать сроки достижения высоких соревновательных результатов [1, с.229 – 233].

Задача данного этапа исследования. Изучить морфотипологический статус начинающих легкоатлетов. *Методы и организация исследования.* В исследовании приняли легкоатлеты 10-13 лет (19 девочек, 16 мальчиков). Оценка типа телосложения проведена по методике В. Т. Штефко и А. Д. Островского (1929) в модификации С. С. Дарской (1975) [3, с.45 – 53]. На основании полученных данных определены соматотипы спортсменов. Для оценки морфологических параметров были использованы показатели: масса тела, длина тела, ОГК на вдохе, ОГК на выдохе, экскур-

сия грудной клетки. Исследование проведено на базе кафедры естественно-научных дисциплин и легкоатлетического манежа СибГУФК.

Результаты исследования. Для решения поставленной задачи была проведена оценка соматотипа начинающих легкоатлетов, девочек и мальчиков. Данные, полученные в результате обследования, представлены на рисунке 1. В представленной выборке преобладают девочки с дигестивным соматотипом – 36,8%, мышечный – 31,6%, торакальный – 21,1%, астеноидный – 10,5%. Среди мальчиков, как и среди девочек, также преобладает дигестивный соматотип – 43,8%, астеноидный – 37,5%, мышечный – 18,8%, торакальный соматотип, в данной выборке, отсутствует.

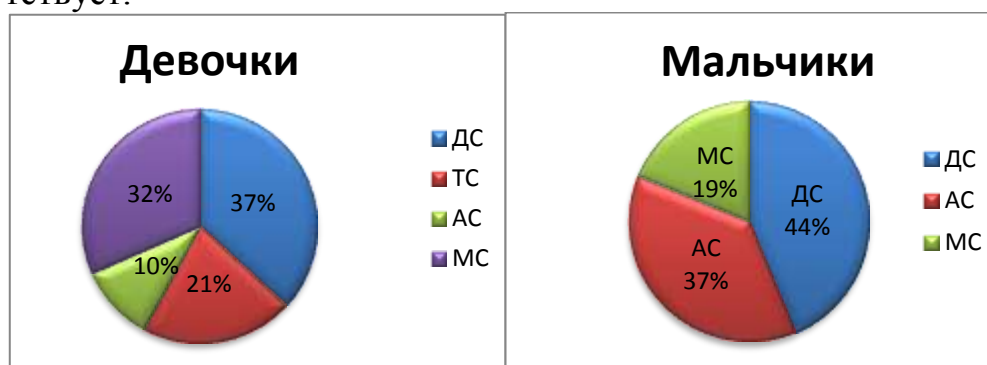


Рисунок 1 – Результаты оценки соматотипа начинающих легкоатлетов: АС – астеноидный тип; ТС – торакальный тип; МС – мышечный тип; ДС – дигестивный тип

Так же нами было проведено исследование морфологических показателей. Результаты исследования представлены в таблице 1 и 2.

Таблица 1 – Морфологические показатели начинающих легкоатлетов разных типов телосложения (мальчики)

Тип телосложения	Длина тела, см	Масса тела, кг	ОГК, пауза, см	ОГК, вдох, см	ОГК, выдох, см	Экскурсия, см
Астеноидный	153,5 ± 5,7	40,2 ± 3,9	74,7 ± 3,5	80,5 ± 3,1	71,8 ± 2,9	8,7 ± 1,1
Мышечный	140,7 ± 5,3	35,3 ± 4,2	70,3 ± 2,9	75,3 ± 2	67,3 ± 2,9	8 ± 0,9
Дигестивный	149 ± 3,8	41,1 ± 3,6	76,9 ± 4,7	82,7 ± 3,8	74,7 ± 4,1	8 ± 0,8

Таблица 2 м Морфологические показатели начинающих легкоатлетов разных типов телосложения (девочки)

Тип телосложения	Длина тела, см	Масса тела, кг	ОГК, пауза, см	ОГК, вдох, см	ОГК, выдох, см	Экскурсия, см
Астеноидный	153 ±	36 ± 0,7	72,5 ± 0,4	79 ± 0,7	71 ± 0,7	8 ± 0,6

	2,9					
Торакальный	147 ± 4,9	34,5 ±3,3	72 ± 2,9	75,5 ± 2,9	68,3 ±3,3	9,3± 0,8
Мышечный	154,5 ±4,1	42 ± 2,4	75,5 ± 2,8	82,7 ± 2,4	73,17±2, 7	11,17± 0,8
Дигестивный	154,4 ±3,5	42 ± 2,8	76 ± 2,2	82,9 ± 2,4	73 ± 2,1	9,9 ± 0,8

Выявлены различия у представителей разных типов телосложения по среднегрупповым показателям длины и массы тела, обхвата грудной клетки (в паузе, на вдохе, на выдохе и экскурсия). У девочек дигестивного и мышечного типа телосложения показатели морфологических параметров преобладают над астеноидным и торакальным типом телосложения. В выборке мальчиков среднегрупповые значения астеноидного типа телосложения по длине тела преобладают над дигестивным и мышечным, в остальных показателях: преобладает дигестивный тип телосложения.

Выводы. Таким образом, изучение соотношения представителей разных соматотипов в группе начинающих легкоатлетов свидетельствует о том, что большинство начинающих легкоатлетов имеют массивный вариант соматотипа (65,7%). Неоднородность состава занимающихся говорит о широком выборе специализации в легкой атлетике на этапе начальной подготовки. Изучение морфотипологических характеристик начинающих легкоатлетов позволит более точно провести ориентацию по разным видам легкой атлетики. Полученные данные можно использовать для повышения эффективности медико-биологического контроля.

Библиографический список

1. Горская, И.Ю. Необходимость учета морфотипологических различий в процессе физической и технико-тактической подготовки самбистов / И. Ю. Горская, А.М. Кондаков // Омский научный вестник. – 2012.- №4-111. – с. 229–233.
2. Дарская, С. С. Техника определения типов конституции у детей и подростков / С.С. Дарская // Сборник научных трудов. – М., 1975. – с.45-53.
3. Мартиросов, Э. Г. Применение антропологических методов в спорте, спортивной медицине и фитнесе / Э.Г. Мартиросов, С.Г. Руднев, Д.В. Николаев. – М.: Из-во «Физическая культура», 2010. – 119 с.

Берсенева Е.С.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия