

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.

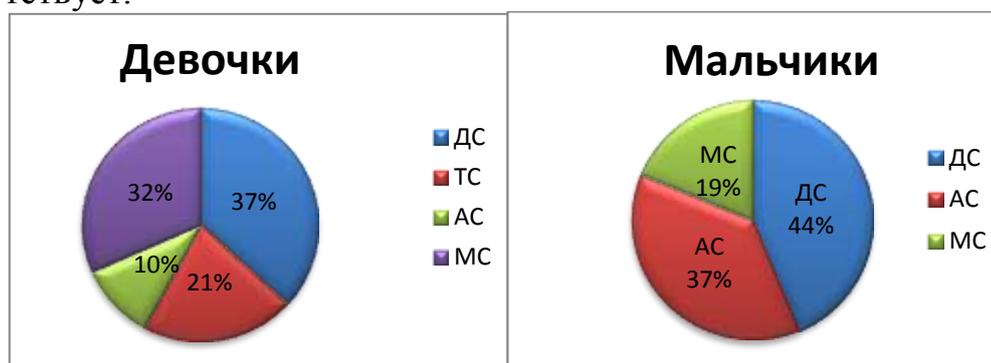


Рисунок 1 – Результаты оценки соматотипа начинающих легкоатлетов: АС – астеноидный тип; ТС – торакальный тип; МС – мышечный тип; ДС – дигестивный тип

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