

Висновки. Таким чином, резюмуючи можна зазначити, що застосування різних за змістом здоров'язберігаючих технологій фізичного виховання має на меті максимальну «фізіологізацію» даного педагогічного процесу, спрямовану на повернення кожної молодої людини до закладеної у ній природної рухової активності вільної від умовностей і обмежень, нав'язаних їй цивілізацією. Подібна «натуралізація» фізичного виховання буде сприяти реальному вирішенню завдань охорони здоров'я студентів через тренування і підтримання в умовах підвищеної динамічної активності індивіда оптимального гомеостазу і метаболічних процесів, які його забезпечують.

Список використаної літератури:

1. Апанасенко Г. Л. Книга о здоровье. К.: Медкнига, 2007. 132 с.
2. Булич Э. Г., Мурахов. И. В. Здоровье человека: биологическая основа жизнедеятельности и двигательная активность в ее стимуляции. К.: Олимп. лит., 2003. 424 с.
3. Завидівська Н. Н. Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти: аспект здоров'язбережувального навчання студентів: монографія . К.: УБС НБУ., 2012. 402 с.
4. Магльований А. В. Основи інформаційного поля здоров'я особистості. Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка [текст]. Вип. 81. Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка; гол. ред. Носко М. О. Чернігів: ЧДПУ, 2010. С. 285–289.
5. Мурахов І., Булич. Е. Оздоровчі ефекти як інструмент фізичної культури. Валеологічна освіта в навчальних закладах України : стан, напрямки й перспектива розвитку : зб. наук. праць XIII Всеукр. наук.-практ. конф. Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. Кіровоград, 2007. С. 3–15.
6. Сущенко Л. П. Здоровий спосіб життя людини. Запоріжжя: ЗДУ, 1999. 324 с.
7. Bulicz E., Murawow I. Human health and diagnostics: health effects of moto activity Rادم. Politechnica R. 2003. 533 p.

ПАРАМЕТРЫ ТРЕНИРОВОЧОЙ РАБОТЫ ХОККЕИСТОВ НА ТРАВЕ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Костюкевич Виктор

Винницкий государственный педагогический университет
имени Михаила Коцюбинского

Аннотации:

В статье анализируются параметры тренировочной работы в хоккее на траве. Цель – экспериментально обосновать основные параметры тренировочной работы высококвалифицированных хоккеистов на траве в пределах годового тренировочного цикла. Определено, что основными параметрами тренировочной работы в хоккее на траве являются: количество тренировочных дней, игр, тренировочных занятий, величина и направленность тренировочных нагрузок. Определено объем и динамику тренировочных нагрузок хоккеистов на траве высокой

In this article the parameters of the training work in field are analysed. The goal is experimental substitute the basic parameters of the training work of highly skilled hockey players on the grass within a one-year training cycle. The main parameters of training work in hockey on grass are: the number of training days, games, training sessions, the magnitude and direction of training loads. The volume and dynamics of training loads of hockey players on a grass of high qualification at various stages of ascertaining and forming experiments is determined.

У статті аналізуються параметри тренувальної роботи в хокеї на траві. Мета – експериментально обґрунтувати основні параметри тренувальної роботи висококваліфікованих хокеїстів на траві в межах річного тренувального циклу. Встановлено, що основними параметрами тренувальної роботи в хокеї на траві є: кількість тренувальних днів, ігор, тренувальних занять, величина та спрямованість тренувальних навантажень, інтенсивність тренувальних навантажень. Визначено обсяг та динаміку тренувальних навантажень

квалификации на различных этапах констатирующего и формирующего экспериментов.

Ключевые слова:

хоккей на траве, игроки высокой квалификации, параметры тренировочной работы, годичный тренировочный цикл; констатирующий и формирующий этапы.

hockey on the grass, players of high qualification, parameters of training work, a year's training cycle; ascertaining and forming stages.

хокеїстів на траві високої кваліфікації на різних етапах констатувального і формуального експериментів.

хокей на траві, гравці високої кваліфікації, параметри тренувальної роботи, річний тренувальний цикл; констатувальний та формувальний етапи.

Постановка проблемы. Анализ последних исследований. Построение тренировочного процесса в годичном цикле подготовки спортсменов в командных игровых видах спорта является наиболее важным во всей системе многолетней подготовки. Прежде всего, это обусловлено тем, что для спортсменов высокой квалификации в спортивных играх характерно ежегодное повторение, с одной стороны, – планирования примерно одинаковых по величине и направленности тренировочных циклов, этапов и периодов, а с другой – применение системы различных упражнений. Все это определяется календарем проведения международных соревнований и соревнований внутри страны.

Проблеме построения тренировочного процесса спортсменов высокой квалификации в течении года посвящены исследования специалистов в различных видах спорта [1, 3, 9, 10, 11, 15, 17], в т. ч. в спортивных играх [2, 5, 6, 8, 12, 18]. В хоккее на траве эта проблема исследовалась В. Гончаренко, О. Гончаренко [4], В. М. Костюкевичем, Л. М. Шевчик, О. Г. Сокольвак [7], О. Perepelytsya [19]. Во всех исследованиях анализировались тренировочные нагрузки, их распределение на этапах годичной подготовки, применение тренировочных средств, контроль уровня подготовленности спортсменов и т. п. Анализ литературы позволил определить, что актуальным может быть исследование общих параметров подготовки высококвалифицированных хоккеистов на траве в течении годичного тренировочного цикла.

Связь работы с научными планами, темами. Исследование выполнено в рамках «Сводного плана НИР в сфере физической культуры и спорта на 2011-2015 гг.» Министерства Украины по делам семьи, молодежи и спорта по теме 2.4. «Теоретико-методические основы индивидуализации учебно-тренировочного процесса в игровых видах спорта» (номер государственной регистрации 0112U002001), плана научно-исследовательской работы кафедры теории и методики физического воспитания и спорта Винницкого государственного педагогического университета имени Михаила Коцюбинского на 2016-2020 гг. «Теоретико-методические основы программирования и моделирования подготовки спортсменов различной квалификации» (номер государственной регистрации 0116U005299).

Цель исследования – экспериментально обосновать основные параметры тренировочной работы высококвалифицированных хоккеистов на траве в пределах годичного тренировочного цикла.

В исследованиях приняли участие игроки двух ведущих команд чемпионата Украины по хоккею на траве «ОКС» (Винница) и «Динамо-ШВСМ» (Винница), а также игроки национальной сборной команды Украины по хоккею на траве. Спортивная квалификация спортсменов – мастера спорта Украины.

В процессе исследования использовались методы: анализ и обобщение литературных источников; педагогическое наблюдение; тестирование; моделирование; методы математической статистики.

Результаты исследования и их обсуждение. С целью оптимизации тренировочного процесса в хоккее на траве в пределах годового тренировочного цикла было проведено двухэтапное исследование. На каждом из этапов – констатирующем и формирующем, анализировались основные параметры тренировочной работы. Определялись:

- количество игр (подготовительных, контрольных, подводящих);
- количество тренировочных дней;
- количество тренировочных занятий;
- величина нагрузки;
- объём нагрузки;
- коэффициент интенсивности нагрузки.

Величина нагрузки определялась по формуле:

$$KBH = \sum_{i=1}^n t_i \cdot I_i, \quad (1)$$

где: KBH – коэффициент величины нагрузки (баллы); S – продолжительность отдельных упражнений (мин); I_i – интенсивность отдельных упражнений (баллы).

Интенсивность упражнений определялась на основании методического подхода В. М. Сорванова (1978).

Интенсивность упражнений при ЧСС 114 уд·мин⁻¹ оценивалась в 1 балл, 120 – 2 балла, 126 – 3 балла, 132 – 4 балла, 138 – 5 баллов, 144 – 6 баллов, 150 – 7 баллов, 156 – 8 баллов, 162 – 10 баллов, 168 – 12 баллов, 174 – 14 баллов, 180 – 17 баллов, 186 – 21 балл, 192 – 25 баллов, 198 – 33 балла.

Коэффициент интенсивности тренировочной нагрузки определялся по формуле:

$$KI_{т.н} = \frac{KBH}{t}, \quad (2)$$

где: $KI_{т.н}$ – коэффициент интенсивности тренировочной (соревновательной) нагрузки; t – продолжительность тренировочного занятия.

Параметры тренировочной работы хоккеистов на траве высокой квалификации на различных этапах исследований.

Параметры тренировочной работы хоккеистов на траве высокой квалификации на этапах констатирующего и формирующего экспериментов представлены в табл. 1.

Предполагалось, что количественные показатели тренировочного процесса на двух этапах исследования должны быть примерно одинаковыми. Поэтому, полученные результаты исследования на этапе формирующего эксперимента, более объективно должны отображать эффективность или неэффективность применения методов моделирования в подготовке хоккеистов.

Параметры тренировочной работы хоккеистов на траве высокой квалификации на этапах констатирующего (КЭ) и формирующего (ФЭ) эксперимента

Количество	Этапы эксперимента	1-й цикл годичной подготовки			2-й цикл годичной подготовки					
		1-й подготовительный период	1-й соревновательный период	Всего	2-й подготовительный период	2-й соревновательный период	Переходный период		Всего	Всего
							Отдых	Этап соревнований по индорхоккею		
1. Игр: подготовительных	Э	5	-		1	-		1		
	Э	-	-		-	-		1		
контрольных	Э	2	4		4	4		5	3	9
	Э	6	-		4	4		5	3	9
подводящих	Э	3	4		3	2		5	0	7
	Э	2	-		3	2		5	0	2
2. Тренировочных дней	Э	59	98	57	41	63	1	55	59	16
	Э	62	103	65	56	64		55	75	40
В том числе: С одноразовыми занятиями	Э	14	49	3	13	30		45	8	51
	Э	19	48	7	15	33		45	3	60
с двухразовыми занятиями	Э	48	49	4	13	33		10	1	65
	Э	43	55	8	41	31		10	2	80
3. Тренировочных занятий	Э	96	140	36	165	86		83	34	70
	Э	97	152	49	78	88		72	39	88
В том числе: с малой нагрузкой	Э	24	39	3	14	34		31	9	42
	Э	16	48	4	23	38		31	2	56
со средней нагрузкой	Э	47	52	9	31	24		42	7	96

	Э	62	52	14	43	25		31	9	13
с большой нагрузкой	Э	25	49	4	20	28		10	8	32
	Э	19	52	1	13	25		10	8	19
неспецифических	Э	43	47	0	25	32		32	9	79
	Э	46	54	00	15	41		31	7	87
специфических	Э	43	89	32	29	52		51	25	57
	Э	41	93	34	31	52		36	19	53
комплексных	Э	10	4	4	11	2		-	3	7
	Э	10	5	5	10	1		5	6	1

Как видно из табл. 1 практически по всем основным параметрам тренировочного процесса хоккеистов на этапах КЭ и ФЭ не наблюдается существенной разницы. Прежде всего это касается таких параметров как подготовительные, контрольные и подводящие игры, а также тренировочные занятия. Что касается тренировочных дней, то на этапе формирующего эксперимента их было проведено на 24 дня больше, чем на этапе констатирующего эксперимента. Это объясняется тем, что в связи с календарем соревнований, на этапе формирующего эксперимента больше было отведено тренировочных дней в 1-м (8 дней) и 2-м (15 дней) подготовительных периодах. В то же время соотношения количества тренировочных дней с одноразовыми и двухразовыми занятиями на этапе констатирующего и формирующего экспериментов примерно одинаковое. Это также касается и соотношения тренировочных занятий с малой, средней и большой нагрузками, а также неспецифических, специфических и комплексных занятий, т.е. распределение тренировочных занятий по величине и специализированности на этапах КЭ и ФЭ было примерно одинаковым (см. табл. 1).

Для двух этапов исследования (КЭ и ФЭ) наблюдается сравнительно одинаковая динамика распределения объема двигательной работы на протяжении годового тренировочного цикла (рис. 1). Однако, объем двигательной работы во всех периодах годового тренировочного цикла (кроме 1-го подготовительного периода) на этапе ФЭ несколько больший, чем на этапе КЭ. В частности, в первом соревновательном периоде на 225 мин, во втором подготовительном периоде на 505 мин, во втором соревновательном периоде на 841 мин и в переходном периоде на 500 мин. Объем двигательной работы в 1-м подготовительном периоде на этапе ФЭ был на 421 мин меньше, чем на этапе КЭ.

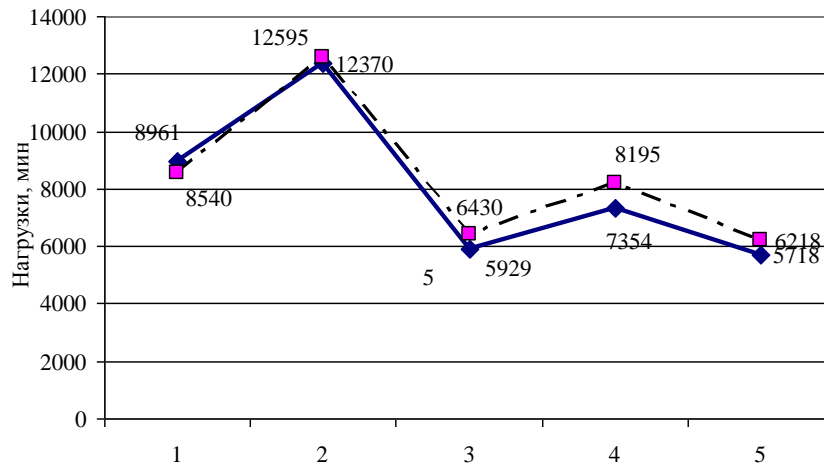


Рис. 1. Объем и динамика тренировочных нагрузок хоккеистов на траве высокой квалификации на этапах констатирующего и формирующего экспериментов

1 – 1-й подготовительный период; 2 – 1-й соревновательный период; 3 – 2-й подготовительный период; 4 – 2-й соревновательный период; 5 – переходный период

—◆— – констатирующий эксперимент; —■— – формирующий эксперимент

Объем двигательной работы в тренировочном процессе хоккеистов на траве высокой квалификации на этапе ФЭ составил 42108 мин (около 702 часов), что на 4,2% больше, чем на этапе КЭ (40332 мин, около 672 часов).

Наряду с объемом тренировочных и соревновательных нагрузок весьма важным является показатель интенсивности нагрузок. Следует уточнить, что от объема и интенсивности нагрузок во многом зависит адаптация хоккеистов к специфическим условиям соревновательной деятельности. Эффективной характеристикой такой адаптации является оптимальное состояние спортивной формы, которое характерно для соревновательных периодов годичного тренировочного цикла. Приобретение спортивной формы хоккеистов при двухцикловом (сдвоенном цикле) построении годичной подготовки осуществляется в первом и втором подготовительных периодах. Как видно из рис. 2 и 3, в обоих периодах наблюдается восходяще-нисходящая динамика интенсивности тренировочных и соревновательных нагрузок.

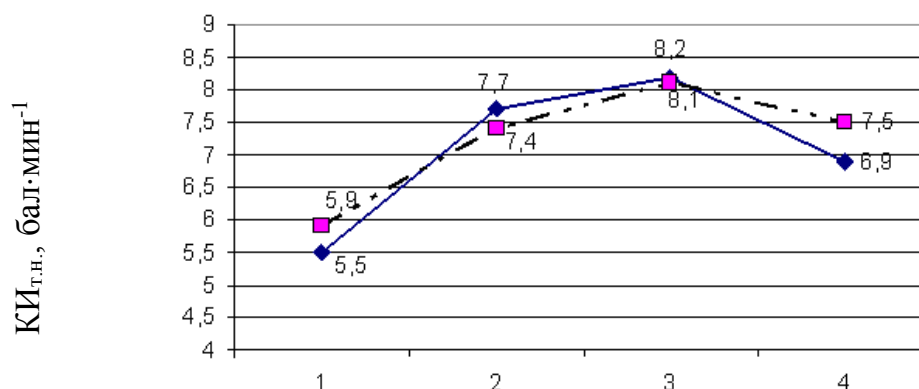


Рис. 2. Динамика интенсивности тренировочных нагрузок хоккеистов на траве высокой квалификации в мезоциклах первого подготовительного периода на этапах констатирующего и формирующего экспериментов

1 – вытягивающий мезоцикл; 2 – базовый развивающий мезоцикл; 3 – базовый стабилизирующий (контрольно-подготовительный) мезоцикл; 4 – предсоревновательный мезоцикл

—◆— – констатирующий эксперимент; —■— – формирующий эксперимент

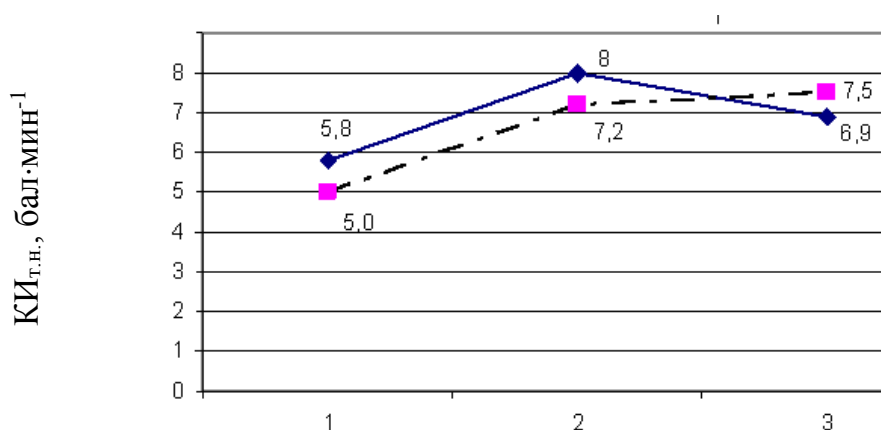


Рис. 3. Динамика интенсивности тренировочных нагрузок хоккеистов на траве высокой квалификации в мезоциклах второго подготовительного периода на этапах констатирующего и формирующего экспериментов

1 – втягивающий мезоцикл; 2 – базовый стабилизирующий (контрольно-подготовительный) мезоцикл; 3 – предсоревновательный мезоцикл

—◆— – констатирующий эксперимент; —■— – формирующий эксперимент

Так, в 1-м подготовительном периоде (см. рис. 2), во втягивающем мезоцикле коэффициент интенсивности тренировочных нагрузок составил 5,5 бал·мин⁻¹ (КЭ) и 5,9 бал·мин⁻¹ (ФЭ). Затем, в базовом развивающем мезоцикле наблюдалось значительное увеличение КИ_{т.н.} – с 5,5 до 7,7 бал·мин⁻¹ (28,6% – КЭ) и с 5,9 до 7,4 бал·мин⁻¹ (20,2% – ФЭ). В базовом стабилизирующем (контрольно-подготовительном) мезоцикле интенсивность тренировочных и соревновательных нагрузок еще больше увеличивается. На этапе КЭ – с 7,7 до 8,2 бал·мин⁻¹ (6,1%) и на этапе ФЭ – с 7,4 до 8,1 бал·мин⁻¹ (8,6%).

В предсоревновательном мезоцикле КИ_{т.н.} уменьшается с 8,2 до 6,9 бал·мин⁻¹ (15,8%) на этапе КЭ и с 8,1 до 7,5 бал·мин⁻¹ (7,4%) на этапе ФЭ.

Анализ рис. 2 позволяет сделать как минимум два вывода. Первый – тренировочная работа в 1-м подготовительном периоде носит характер достаточно значительного возрастания интенсивности нагрузок от втягивающего мезоцикла к базовому развивающему мезоциклу (на 20,2 – 28,6%), затем несколько повышается в базовом стабилизирующем (контрольно-подготовительном) мезоцикле (6,1–8,6%) и снижается в предсоревновательном (7,4 – 15,8%). Второй – интенсивность тренировочных нагрузок на этапе ФЭ имеет менее скачкообразный характер, что обусловило планомерно-постепенное (не форсированное) вхождение хоккеистов в спортивную форму.

Подобная тенденция изменения интенсивности тренировочных и соревновательных нагрузок наблюдается и на протяжении мезоциклов 2-го подготовительного периода на этапе КЭ (см. рис. 3). Так, КИ_{т.н.} значительно повышается в базовом стабилизирующем (контрольно-подготовительном мезоцикле) по сравнению с втягивающим мезоциклом – с 5,8 до 8,0 бал·мин⁻¹ (27,5%, КЭ), а затем так же, как в 1-м подготовительном периоде, интенсивность тренировочных занятий снижается в предсоревновательном мезоцикле (с 8,0 до 6,9 бал·мин⁻¹; 13,8%).

На этапе ФЭ интенсивность тренировочных и соревновательных нагрузок характеризовалась восходящей тенденцией. В базовом стабилизирующем (контрольно-подготовительном) мезоцикле по сравнению с втягивающим мезоциклом КИ_{т.н.} повысился с 5,0 до 7,2 бал·мин⁻¹ (22%). В предсоревновательном мезоцикле этого периода произошло незначительное повышение интенсивности нагрузок с 7,2 до 7,5

бал·мин⁻¹ (4,0%), что не следует рассматривать как тенденцию, а лишь как сложившиеся условия тренировочного процесса.*

Интенсивность тренировочных и соревновательных нагрузок на протяжении годового цикла подготовки носит волнообразный характер (рис. 4). Наибольшие значения $KI_{т.н.}$ наблюдаются в первом и втором соревновательных периодах, наименьшие – в первом и втором подготовительных периодах. Как видно из рис. 4, между показателями интенсивности в периодах годового тренировочного цикла на этапах КЭ и ФЭ существенной разницы не наблюдается. Вместе с тем, во всех периодах наблюдалась несколько большая интенсивность тренировочных занятий на этапе формирующего эксперимента, что в целом рассматривалось как один из путей повышения уровня подготовленности хоккеистов. Общий и двигательный объем тренировочной работы, а также величина нагрузки хоккеистов на траве высокой квалификации на этапах КЭ и ФЭ представлены в табл. 2.

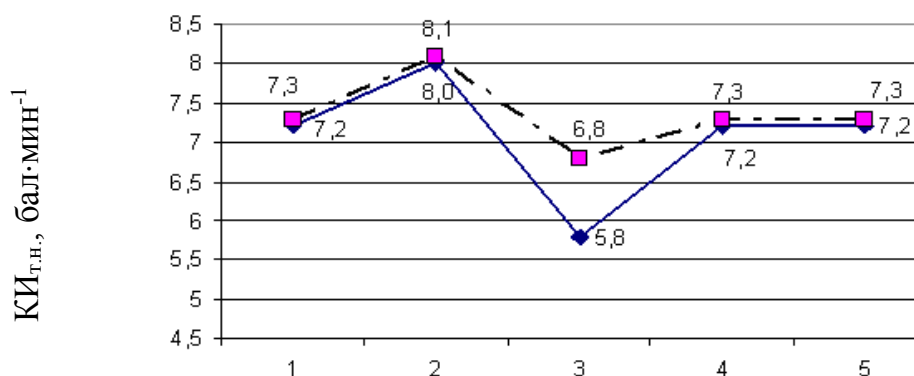


Рис. 4. Динамика интенсивности тренировочных нагрузок хоккеистов на траве высокой квалификации в периодах годового тренировочного цикла на этапах констатирующего и формирующего экспериментов

1 – 1-й подготовительный период; 2 – 1-й соревновательный период; 3 – 2-й подготовительный период; 4 – 2-й соревновательный период; 5 – переходный период

—◆— – констатирующий эксперимент; —■— – формирующий эксперимент

Таблица 2

Общий объем тренировочной работы хоккеистов на траве высокой квалификации на этапах констатирующего (КЭ) и формирующего (ФЭ) экспериментов

Периоды годового тренировочного цикла	Общий объем тренировочной работы, мин (час)		Двигательный объем тренировочной работы, мин (час)		Величина нагрузки, баллы	
	КЭ	ФЭ	КЭ	ФЭ	КЭ	ФЭ
1-й подготовительный	20683	20683	8961	8540	64487	62196
1-й соревновательный	22266	23930	12370	12595	98960	101403

* В предсоревновательных мезоциклах, как правило, проводятся контрольные игры с другими командами. Иногда такие игры проводятся больше запланированных. В этом случае, интенсивность тренировочных и соревновательных нагрузок в мезоцикле повышается.

2-й подготовительный	16008	17445	5929	6430	34388	43973
2-й соревновательный	13972	15590	7354	8195	52948	59670
Переходный	12580	13713	5718	6218	41741	45519
Всего за годичный тренировочный цикл	85509	91361	40332	42108	292524	312761

Выводы.

1. Эффективность управления тренировочным процессом спортсменов обусловлен эффективным контролем средств тренировочной работы.

2. Для хоккея на траве основными параметрами тренировочной работы являются: количество тренировочных дней; количество дней с одноразовыми и двухразовыми тренировочными занятиями; количество тренировочных занятий с различными нагрузками как по величине, так и по направленности; количество игр – подготовительных, контрольных, подводящих, календарных; величина тренировочных нагрузок; интенсивность тренировочных (соревновательных) нагрузок.

3. На основе контроля параметров тренировочной работы осуществляется более целенаправленное управленческое воздействия на уровень подготовленности спортсменов в зависимости от этапа подготовки в пределах годичного тренировочного цикла.

Дальнейшее исследование проблемы будет направлено на разработку программ структурных образований тренировочного процесса, которая будет осуществляться с учётом параметров тренировочной работы.

Список использованных источников:

1. Адамчук В. Побудова тренувальних занять спортсменів багатоборців. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2016. № 1 (20). С. 232-237.

2. Вознюк Т. В. Оптимізація тренувального процесу кваліфікованих баскетболісток на передзмагальному етапі підготовки: автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання та спорту: спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт». Львів, 2006. – 20 с.

3. Вознюк Т. В. Основи теорії та методики спортивного тренування: навчальний посібник. Вінниця: ФОП Корзун Д. Ю., 2016. 240 с.

4. Гончаренко В., Гончаренко О. Вплив програми фізичної підготовки висококваліфікованих спортсменок у хокеї на траві на рівень функціональної підготовленості. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2017. № 3 (22). С. 263-269.

5. Костюкевич В. М., Коннова М. В. Методологія наукових досліджень. Вінниця: ТОВ «Планер», 2017. 172 с.

6. Костюкевич В. М. Построение тренировочных занятий в футболе. Киев: КНТ, 2016. 208 с.

7. Костюкевич В. М., Шевчик Л. М., Сокольвак О. Г. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. 256 с.

8. Костюкевич В., Щепотина Н. Модельные тренировочные задания как инструмент построения тренировочного процесса спортсменов командных игровых видов спорта. Наука в олимпийском спорте. 2016. № 2. С. 24-31.

9. Кутек Т. Вдосконалення технології управління підготовкою кваліфікованих спортсменок. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2016. № 1 (20). С. 336-347.

10. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. К.: Олимпийская литература, 2013. 624 с.
11. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров] в 2 кн. К.: Олимпийская литература, 2015. Кн. 2. 752 с.
12. Шинкарук О. А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посібник. Київ, 2013. 136 с.
13. Щепотіна Н. Ю. Дослідження взаємозв'язку морфофункціональних показників волейболісток з рівнем їх фізичної підготовленості. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2013. Вип. 15. С. 428-434.
14. Щепотіна Н. Ю. Модельні характеристики функціональної підготовленості кваліфікованих волейболісток. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2015. Вип. 19. С. 403-407.
15. Щепотіна Н. Ю. Оптимізація тренувального кваліфікованих волейболісток на основі модельних тренувальних завдань: автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання та спорту: спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт». К., 2017. 20 с.
16. Вомра Т. О. Periodization training for sport. Toronto: Sport books publisher, 2006. 220 p.
17. Cambetta V. Planning and Training program. Track and Field Coaching Vfnual. 1981. P. 42-45.
18. Kostiukevych V., Stasiuk V. Training process programming of gualified football players in higher education establishments. Physical education, sports and health in modern society. 2017. N2 (38). P. 41-50.
19. Perepelytsya O. A. Technical training of highly skilled hockey players on the grass in the Context of Model – purpose approach. Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sport. 2013, vol. 8, pp. 69-73.

ФАКТОРНА СТРУКТУРА ФІЗИЧНОГО СТАНУ ШКОЛЯРІВ 7-х ТА 8-х КЛАСІВ

Лисак Ірина, Іванова Євгенія, Кулібаба Сергій
Вінницький національний медичний університет

Анотації:

В результаті факторного аналізу було підтверджено, що групи показників, які характеризують фізичний розвиток (соматометричні показники), функціональний стан серцево-судинної системи у стані спокою, фізична роботоздатність, фізична підготовленість в деякій мірі можуть характеризувати фізичний стан дітей середнього шкільного віку. Найбільш інформативними показниками є індекс маси тіла, частота серцевих скорочень, артеріальний діастолічний та систолічний тиск, індекс Робінсона. Таким чином, факторний аналіз дозволив виявити головні компоненти

As a result of factor analysis, it was confirmed that groups of indicators characterizing physical development (somatometric indicators), the functional state of the cardiovascular system at rest, physical performance, physical fitness can to some extent characterize the physical condition of children of secondary school age. The most informative indicators are body mass index, heart rate, arterial diastolic and systolic pressure, Robinson index. Thus, factor analysis made it possible to reveal the main components of the physical state and their indicators characterizing the state of the organism of the children of grades 7-8 studied.

В результаті факторного аналізу було підтверджено, що групи показателів, характеризующих фізичное развитие (соматометрические показатели), функциональное состояние сердечно-сосудистой системы в состоянии покоя, физическая работоспособность, физическая подготовленность в некоторой степени могут характеризовать физическое состояние детей среднего школьного возраста. Наиболее информативными показателями являются индекс массы тела, частота сердечных сокращений, артериальное диастолическое и систолическое давление, индекс Робинсона.