

II Міжнародна науково-практична інтернет-конференція (25-26 квітня 2018 р., м. Бердянськ)

збільшення ймовірності смерті або зниження тривалості майбутнього життя. Кожна з них відображає перебіг біологічного часу і пов'язаного з ним збільшення біологічного віку.

На думку багатьох дослідників (Г. М. Голубева, І. Є. Євграфов, Н. А. Олійник, О. В. Федорюк та ін.) результативність заходів по збереженню і покращенню соматичного здоров'я осіб похилого та старшого віку сприяють фізична рекреація і фізична реабілітація. Досвід показує, що результативність цих заходів залишається дуже низькою і має тенденцію до подальшого зниження. І. В. Євграфов вказує на суперечність між необхідністю підтримки психофізичного стану населення на високому рівні і недостатністю розробки науково-обґрунтованої системи реалізації процесу підтримки нормального фізіологічного старіння.

В умовах реалізації пенсійної реформи процес підготовки фізичних терапевтів вимагає розширення знань у студентів про особливості в'янення біологічного віку, який, крім спадковості, більшою мірою залежить від умов середовища і способу життя.

Включення в навчальний план дисципліни «Основи геронтології» дасть змогу сприяти набуттю студентами знань про стан здоров'я і працездатність старіючої людини.

РОЛЬ МЕТОДУ ВЕКТОРКАРДІОГРАФІЇ В КОНТРОЛІ ЗА ФУНКЦІОНАЛЬНИМ СТАНОМ СПОРТСМЕНІВ

Автори

Гапонова Л. Ю., *магістр,*

Павленко Ю. О., *доктор наук з фіз. вих. та спорту, професор*

Національний університет фізичного виховання та спорту України, м. Київ, Україна

При проведенні етапних комплексних обстежень спортсменів у різних видах спорту основна проблема полягає у виборі адекватних завданням контролю методів з широкого кола методик, які використовуються для дослідження функціонального стану різних систем організму.

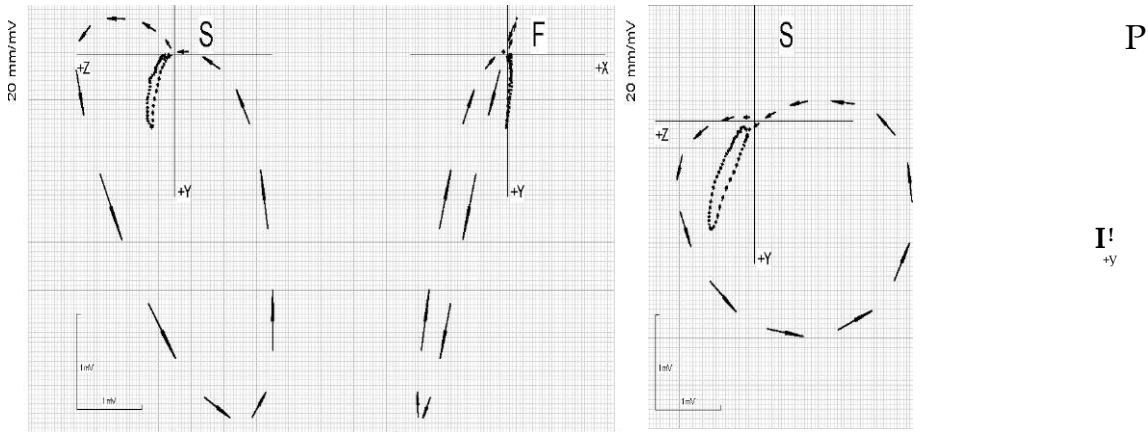
Серед основних систем функціональних можливостей, що лімітують спеціальну працездатність спортсменів у циклічних видах спорту, виділяють кардіореспіраторну систему, і зокрема резервні можливості серця.

Одержанню об'єктивну інформацію про резервні можливості серця, у тому числі про формування фізіологічної гіпертрофії міокарда топографічне різних відділів серця і її ступень, про перевантаження міокарда шлуночків і її ступень, про компенсаторну роль передсердь і їх гемодинамічних перевантаженнях, сприяє застосування методу векторкардіографії в етапних обстеженнях спортсменів.

Метод векторкардіографії на сьогоднішній день є одним з найінформативніших методів контролю за станом серцево-судинної системи. Також він має ряд переваг, таких як визначення індивідуальних особливостей протікання адаптації до фізичних навантажень, а також спрямованість міокарду до аеробного чи анаеробного характеру роботи.

Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку

Так на прикладі ВКГ-графіки двох спортсменок одного віку, кваліфікації і спортивного стажу, що займаються академічною греблею й виступають в одному екіпажі можна побачити настільки по різному серце кожної з них реагує на одне й теж запропоноване фізичне навантаження.



розрахованим методом числових даних), які представляються в таблиці і на їх основі можна робити аналіз та рекомендації щодо подальшої підготовки спортсменів. Найінформативніші з них інтегральні вектори: початковий, головний, кінцевий та вектор Т. Їх важливо розглядати в динаміці.

Таблиця 1 - Зміна величини інтегральних векторів ВКГ у відсотках

Назва вектору	I мікроцикл	II мікроцикл	III мікроцикл
	3 день	6 день	13 день
початковий	24,56	12,8	6,03
головний	31,96	19,62	10,29
кінцевий	21,83	23,89	9,11
Т	24,06	3,95	3,97

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ З ФУТБОЛУ НА РОЗВИТОК ШВИДКІСНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ЮНАКІВ 17-18 РОКІВ

Голуб Д.О., викладач

Бердянського економіко-гуманітарного коледжу БДПУ,
місто Бердянськ, Україна

Актуальність. Сучасний етап розвитку нашого суспільства відкриває великі можливості формування гармонійно розвиненої, суспільно активної особистості, яка поєднала б у собі духовне багатство, моральну чистоту і фізичну досконалість. Фізичний розвиток в юнацькому віці проявляється в таких основних властивостях, як сила, швидкість, спритність, гнучкість, витривалість. Кожна із цих властивостей сприяє зміцненню здоров'я.

На даний час помітно зріс інтерес фахівців до проблеми низького рівня розвитку швидкісних якостей у юнацькому віці. Відбувається пошук нових методів і засобів розвитку фізичних якостей, а саме, підвищення рівня розвитку