

**Громадська організація  
«Львівська медична спільнота»**

**ЗБІРНИК ТЕЗ НАУКОВИХ РОБІТ  
УЧАСНИКІВ МІЖНАРОДНОЇ  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**

**«СВІТОВА МЕДИЦИНА:  
СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ  
ТА ФАКТОРИ РОЗВИТКУ»**

**27-28 січня 2017 р.**

**Львів  
2017**

УДК 61(100)(063)

ББК 5(0)я43

С 24

**С 24 Світова медицина: сучасні тенденції та фактори розвитку.**  
Збірник тез наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції (м. Львів, 27-28 січня 2017 року). – Львів: ГО «Львівська медична спільнота», 2017. – 108 с.

У збірнику представлені матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Світова медицина: сучасні тенденції та фактори розвитку».

Усі матеріали подаються в авторській редакції.

УДК 61(100)(063)

ББК 5(0)я43

**Бакуридзе-Манина В. Б.**  
*старший преподаватель кафедры физической реабилитации,  
спортивной медицины и валеологии*

**Бублий Р. В., Кулиева А. А., Иванцов И. С.**  
*студенты*

ГУ «Днепропетровская медицинская академия  
Министерства здравоохранения Украины»  
г. Днепр, Украина

## **ИССЛЕДОВАНИЕ СВЯЗИ РАЗМЕРА ОКРУЖНОСТИ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ И СТЕПЕНИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ У СТУДЕНТОВ**

Было произведено измерение окружности груди у студентов. Выборка составляла 327 студентов 1 и 2 курсов ДМА МОЗ Украины. Из них 171 человек – девушки и 156 – парни. Было установлено, что окружность груди имеет весо-мое влияние на скорость, интенсивность проводимых упражнений. Так же было установлено, что окружность грудной клетки менее влияет на гибкость и выносливость. А на подвижность, при выполнении сложных движений, влияния почти не оказывает.

**Вступление.** При изучении зарубежных источников информации нами было обнаружено, что не во всех странах принимается во внимание индекс физического развития (ФР), хотя измерения проходят большинство учащихся. В некоторых странах (Россия, Германия, Великобритания, Нидерланды, США, Китай и Сингапур), при выполнении физических упражнений, антропометрические показатели не учитывались вообще. Однако система тестов EUROFIT предусматривает измерение некоторых антропометрических параметров (длина, вес, жировой компонент) при оценке уровня общей выносливости, мышечной силы, силовой выносливости, скорости и гибкости. Использование антропометрических показателей, для уточнения и коррекции результатов студентов при физическом тестировании, частично проводят при национальных соревнованиях в Польше (при оценке результатов метания мяча через голову учитывается длина тела). В Японии учитывают длину и массу тела в оценке физической подготовленности детей во всех упражнениях: в возрасте 6-9 лет – прыжок в длину, бег на 50 метров, метание мяча, прыжки через планку, бег рывком.

В Украине учебный процесс, и процесс физической подготовки (ФП) в целом ориентирован на средние показатели (не учитывая специальных групп для занятия спортом). Такой подход приводит к известным последствиям: негативное отношение студентов к упражнениям, несоответствие возможностей учащихся к поставленным нормам, непонимания важности занятий физической культуры для общего развития в целом, или, куда хуже, негативным последствиям на здоровье учащихся. Так что теперь пора переходить от среднестатистических методов оценки к индивидуальным данным по отношению к каждому индивиду.

Критерии, которые важно учитывать при реализации индивидуального подхода в оценке физической подготовленности студентов, остаются актуальной проблемой. Одним из таких критериев может служить показатель физического развития (ФР). Показатели ФР в значительной степени генетически обусловлены и существенно повлиять на них невозможно.

С другой стороны, регулярные измерения ФР являются простыми и доступными. Таким образом, эти показатели являются наиболее важными критериями для дифференцированной оценки ФР студентов одной и той же возрастно-половой группы.

Некоторые эксперты в своих исследованиях уже начали решать эту проблему. Результаты их исследований показывают, что учет соматометрических индексов способствует повышению у студентов уровня физической подготовленности, физического и психического здоровья и оказывает положительное влияние на отношение молодых людей к занятиям физической культурой, оптимизируя физическую активность и создавая желание физического совершенствования. Было показано, что индекс ФР коррелирует с физической культурой, особенно в старшем школьном возрасте (14-16 лет).

Телосложение является одним из ведущих показателей физической подготовленности среди старших школьников. Мы выяснили, что есть несколько веских научных доказательств демонстрирующих связь показателей ФР с результатами проводимых тестов по оценке физической формы. Но также недостаточно ясно, в какой степени обхват груди (ОГ) влияет на результаты принятых стандартов ФР. Считается, что в абсолютных показателях индекс ФР является наиболее информативной при оценке активности, связанной с усилиями тела смещать какие-либо предметы в пространстве (метание, подъем грузов), тогда как индекс ФР является более информативным в физической активности, связанной с переносом собственного веса тела (ходьба, бег, гимнастика).

Данные литературы противоречивы. Некоторые эксперты утверждают, что результаты бега на 100 метров и 1000 метров зависят от роста. Другие специалисты выявили статистически значимые связи между соматическими показателями (в основном продольных размеров тела) и уровнем физической подготовленности у мальчиков и девочек, что видно из результатов метания мяча на дальность стоя, прыжка в высоту, в длину, челночного бега; показатели гибкости ухудшались с увеличением длины тела. Третья группа экспертов настаивает на отсутствии влияния индекса ФР на физические показатели, так как коэффициенты корреляции между показателями и физической подготовленностью, по данным тестов, были равны почти нулю.

Некоторые эксперты рекомендуют рассматривать только показатели длины и веса, но значение окружности грудной клетки не учитывают вообще. Для того, чтобы рассмотрение любых индексов ФР было оправданным, необходимы данные выполнения физических нагрузок с данными физической подготовки заранее, до тестов. Это информация практически недоступна, так как все требования являются усредненными, без подхода к оценке каждого. Отсутствие этой информации не позволяет определить оптимальные антропометрические показатели, которые характеризуют двигательную активность.

**Материалы и методы.** Для исследования были отобраны 327 учащихся 2 курса 1 лечебного факультета ДМА МОЗ Украины. Из них 171 девушки и 156 – парни. 94 мальчика и 63 девушки 1 курса и 62 мальчиков и 108 девушек 2 курса. Результаты анализа влияния окружности грудной клетки (ОГК) по итогам 30 метровой дистанции: нами было установлено, что 64,5% от учащихся с недостаточно развитой грудной клеткой пробежав дистанцию получили отметку «неудовлетворительно», в то время как 47,0% студентов с хорошо развитой грудной клеткой брали стандарт оценки «хорошо» и «отлично».

Это свидетельствует о том, что обследованные, с большим обхватом груди имели лучшие показатели, как скорости, так и выносливости, и, соответственно, учащиеся с меньшим обхватом ГК, показали результат на порядок хуже. Однако, было установлено, что 43,2 процента учащихся с большим, чем средний размер обхватом груди показали неудовлетворительные результаты. Таким образом, очевидно, что прямой зависимости между ОГК и скоростью не наблюдается, но тенденция существует. Тест на гибкость показал, что для студентов с небольшим обхватом груди (87,2%) характерен низкий уровень гибкости. Низкий уровень гибкости наблюдается также у студентов с развитой грудной клеткой (на 67,6% случаев).

Анализ данных показал, что студенты с большим обхватом ГК (81,4%) продемонстрировали более высокие показатели выносливости при выполнении навыков. Стоит отметить, что более высокий уровень подвижности показали обследованные с малым размером ГК (65,0%).

Высокий уровень скоростно-силовых показателей наблюдался у 14,6% студентов с хорошо развитой грудной клеткой, в то время как большое количество (61,5%) учащихся с недоразвитой грудной клеткой провалили прыжок. Это означает, что существует прямая двусторонняя связь между уровнем скоростно-силовой подготовки и размером ГК: студенты с большим обхватом грудной клетки показали хорошие результаты, учащимся с низкой массой тела присущи низкие скоростно-силовые показатели.

Мы установили, что 51,6% студентов с хорошо развитой грудной клеткой характеризуются высоким и выше среднего уровнем общей выносливости, напротив 75,0% из тех, у кого недоразвита грудь, показали низкие результаты при выполнении упражнений на выносливость. Таким образом, можно утверждать, что обхват грудной клетки влияет на результаты в беге на расстояние 1500 метров, самые высокие результаты в гонках на выносливость достигнуты учащимися с размерами ГК выше среднего.

Мы установили, что 28,0% студентов с хорошо развитой грудной клеткой имеют высокий уровень силы рук: 68,5% учащихся с меньшей ГК показали плохие результаты в упражнениях на силу рук, что указывает на корреляцию между уровнем развития груди и этим физическим качеством.

Обобщив полученные данные, мы можем утверждать, что большинство результатов выполнения физических упражнений, используемых педагогами, могут быть ограничены строением и размерами ГК. Это подчеркивает важность этого индекса ФР, особенно в упражнениях на проверку силы и скорос-

ти, а также гибкости и выносливости. К сожалению, эксперты часто пренебрегают размерами ГК, оценивая физическую зрелость студентов.

**Выводы.** Размер грудной клетки в значительной степени влияет на естественный уровень физической подготовленности студентов, выполнение упражнений на скорость, силу и в меньшей степени гибкость и выносливость, и практически не влияет на уровень маневренности. Это подчеркивает важность рассмотрения этого показателя во время дифференцированной оценки физической подготовленности учащихся старших классов и студентов. Перспективы дальнейших исследований в данном направлении видятся в уточнении влияния других индексов ФР на физическую подготовку учащихся .

### **Список литературы:**

1. Тимушкин А.В. Физическая культура и здоровье: учеб.пособие / А.В. Тимушкин, Н.Н. Чесноков, С.С. Чернов – М.: СпортАкадемПресс, 2003. – 139 с.
2. Физическое воспитание студентов: учеб. пособие /Л.С. Дворкин, К.Д. Чермит, О.Ю. Давыдов / Под общ. ред. Л.С. Дворкина. – Ростов н/Д: Феникс; Краснодар: Неоглория, 2008. – 700с.
3. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ.высш. учеб.заведений / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н.Н. Маликова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. -528с.
4. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры: Учеб. пособие для студ. вузов.– М.: 4-й филиал Воениздата, 2001. -319с.
5. Глобальные рекомендации по физической активности для здоровья[Электронный ресурс]:ВОЗ. Программы и проекты. Глобальная стратегия по питанию, физической активности и здоровью.-Режим доступа:[http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_recommendations/ru/](http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/ru/)