

ХАРАКТЕРИСТИКА АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ У ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТОМ В УСЛОВИЯХ КАРАКАЛПАКСТАНА

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7311635>



ELSEVIER

Султансуйнов Азамат Саметович

*Базовый докторант Каракалпакского
Государственного университета,
Республики Узбекистан, г. Нукус*



Received: 10-11-2022

Accepted: 10-11-2022

Published: 22-11-2022

Abstract: В статье рассматриваются вопросы изучения характеристик антропометрических показателей у девушек, занимающихся спортом в условиях Каракалпакстана.

Keywords: Физическое развитие, антропометрические показатели, занятия спортом, девушки-спортсменки, Республика Каракалпакстан.

About: FARS Publishers has been established with the aim of spreading quality scientific information to the research community throughout the universe. Open Access process eliminates the barriers associated with the older publication models, thus matching up with the rapidity of the twenty-first century.

CHARACTERISTICS OF ANTHROPOMETRIC INDICATORS IN GIRLS ENGAGED IN SPORTS IN THE CONDITIONS OF KARAKALPAKSTAN



ELSEVIER

Sultansuynov Azamat Sametovich

*Basic doctoral student of Karakalpakstan
State University,
Republic of Uzbekistan, Nukus*



Received: 10-11-2022

Accepted: 10-11-2022

Published: 22-11-2022

Abstract: The article deals with the issues of studying the characteristics of anthropometric indicators in girls engaged in sports in the conditions of Karakalpakstan.

Keywords: Physical development, anthropometric indicators, sports, female athletes, Republic of Karakalpakstan

About: FARS Publishers has been established with the aim of spreading quality scientific information to the research community throughout the universe. Open Access process eliminates the barriers associated with the older publication models, thus matching up with the rapidity of the twenty-first century.

Введение

В настоящее время особое внимание уделяется охране здоровья молодого поколения. При этом во всем мире актуальны вопросы изучения механизмов адаптации юношей и девушек к различным видам спортивной деятельности. В целях оздоровления населения, в частности студенческой молодежи, все больше привлекают к занятиям физической культуры и спорту. Как известно, регулярные физические нагрузки рассматриваются как средство повышения

функциональной мощности систем транспорта кислорода, способствующее развитию устойчивости к различным видам стрессорных факторов [1, 6].

Экологические последствия кризиса в регионе Приаралья, вызванные интенсивным высыханием Аральского моря, привели к загрязнению атмосферного воздуха, подземных и поверхностных вод, включая питьевую воду, почвы, а также продуктов растениеводства и животноводства. Следствием этого явилось ухудшение качества и условий жизни, рост заболеваемости, низкой продолжительности жизни населения [1, 7]. Уже ранние медико-экологические исследования показали, что отрицательное влияние экологической ситуации в сочетании с медико-социальными, экономическими проблемами в зоне Аральской катастрофы отразилось на увеличении уровня материнской и младенческой заболеваемости [1, 4, 6].

В последние годы проблема воздействия различных экологических факторов на состояние здоровья человека, встала особенно обостренно в связи с ухудшающимися условиями обитания. Поэтому здоровье населения можно рассматривать как индикатор экологической ситуации любого региона [1, 4].

Физическое развитие растущего организма рассматривается как основной критерий спортивной тренированности и общей устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды [3].

На сегодняшний день студенческая молодежь является активной социально группой, которая в большой мере предопределяет будущее любого государства. Выявление общих закономерностей физиологических механизмов при активной физической деятельности в процессе адаптации к физическим нагрузкам, должно явиться основой для подбора адекватных средств целенаправленного воздействия на организм студентов [4, 5, 7].

В женском спорте, так же, как и в мужском, наблюдается значительный рост спортивных достижений на фоне повышенных тренировочных нагрузок. Это обстоятельство непременно определяет решение вопросов совершенствованию физических нагрузок при обеспечении более полной мобилизации функциональных возможностей организма, предотвращая при этом нарушение онтогенетических процессов [2, 3, 6].

Материал и методы исследования.

В исследовании принимали участие 143 практически здоровых девушек-студенток Каракалпакского государственного университета в возрасте 18-21 лет. Были обследованы 2 группы студенток. Первая группа включала 65 студенток, обучающихся по специальности “физическая культура и спорт”, вторая – 78 студенток гуманитарных факультетов (табл.1).

Таблица 1

Распределение обследованных лиц по возрастным группам

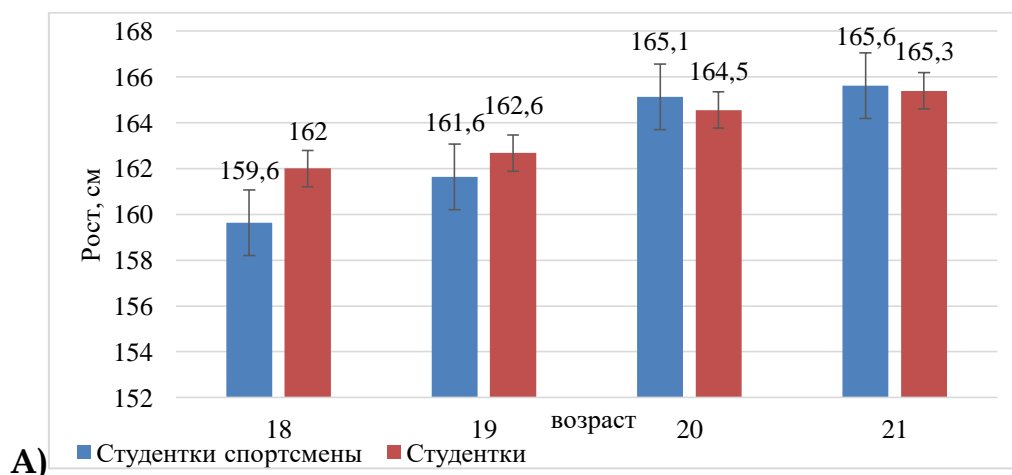
Возраст, лет	Студентки, занимающиеся спортом	Студентки, не занимающиеся спортом
18	16	18
19	17	22
20	16	20
21	16	18
всего	65	78
Итого	n=143	

Измерение роста производилось в положении стоя при помощи медицинского ростомера с точностью до 0,5 см. Измерение массы тела производилось специальными медицинскими рычажными весами с точностью до 50 г. В положении стоя проводилось измерение окружности грудной клетки при проводились пластиковой лентой с точностью до 1 мм.

Результаты и их обсуждение.

Сравнительный анализ результатов исследования по результатам изучения соматического развития обследованных девушек позволяет заметить, что девушки-студентки, не занимающиеся спортом в возрасте 18-19 лет, имеют периодическое отставание в росте тела девушек-спортсменок. В случае 18-19-летних студенток, которые не занимаются спортом, наблюдается регулярное отклонение в росте тела спортивных девушек (доля отклонений составила 0,7%). Начиная с 20-летнего возраста, длина роста спортивных девушек естественным образом увеличивалась с возрастом. В возрасте 20-21 года их темпы роста немного превышают рост девушек, которые не занимаются спортом. Процент отклонения составил 1,6% соответственно.

Таким образом, было установлено, что возрастная динамика показателей роста девушек-спортсменок выше, чем показатели роста девушек-студенток, не занимающихся спортом в возрасте 20-21 года. (Рис. 1А,Б).



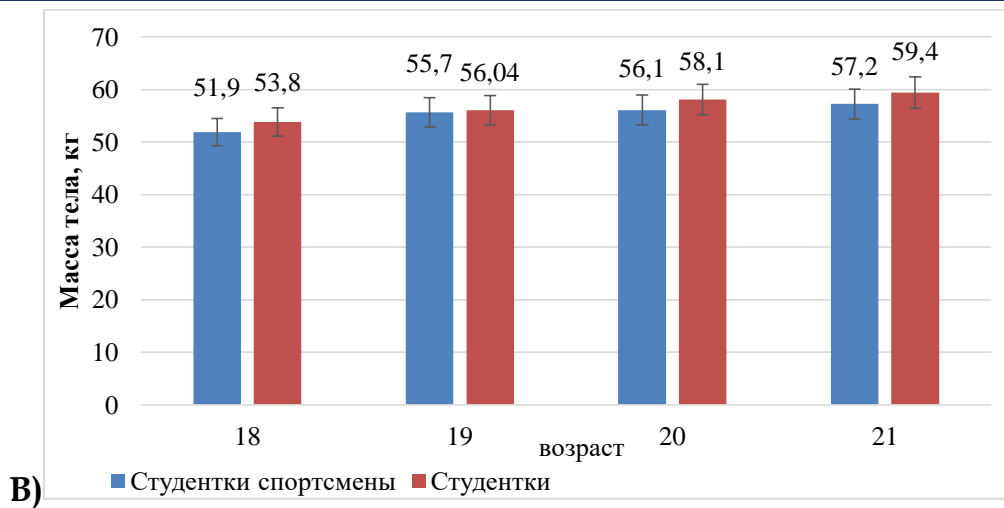


Рис.1. Показатели роста (А) и массы (В) тела спортсменок и студенток, не занимающихся спортом (девушек) в Республике Каракалпакстан (n=143)

При сравнительном анализе показателей девушек спортсменок, проживающих в различных районах Каракалпакстана, выявлено, что в возрастных группах 18-19-21 лет закономерно выше по сравнению девушек студенток, не занимающихся спортом (1,9 кг, 2 кг и 2,2 кг). Вместе с тем между девушками спортсменками и девушками не спортсменками наблюдается наибольшая разница (2,2 кг) в возрастной группе 21 год. В сравнительном аспекте прибавка в весе у девушек – спортсменок в возрастной период с 18 по 19 лет составила в среднем 1,1 кг, а для групп 20-21 год – в среднем составила 2,1 кг.

На основании приведенных данных можно заключить, что у девушек-спортсменок наблюдается некоторое отставание в развитии массы тела по сравнению с показателями девушек-студенток, обучающихся на гуманитарном факультете.

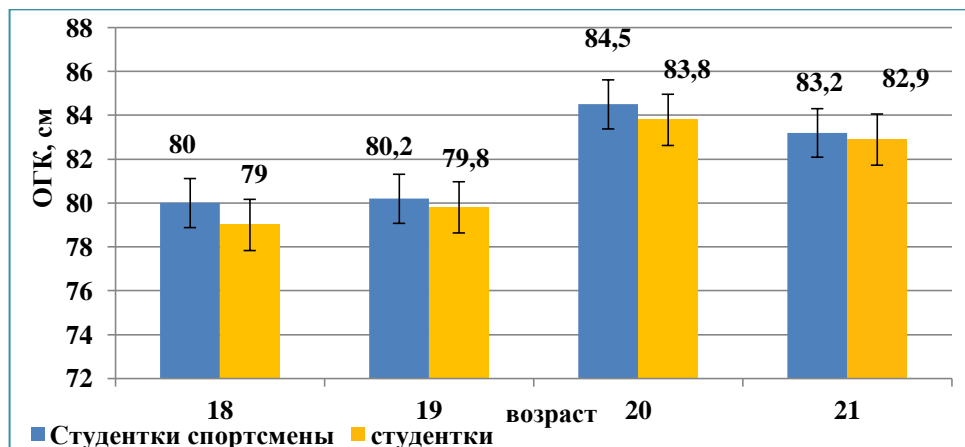


Рис. 2. Показатели ОГК у спортсменок и девушек, не занимающихся спортом в Республике Каракалпакстан (n=143)

Установлено, что у девушек студенток, не занимающихся спортом во всех возрастных группах показатели ОГК в ощутимой степени ниже чем у их сверстниц – спортсменок ($p < 0,05$). Среди обследуемых девушек спортсменок в возрасте 18-19 лет показатели ОГК имеют небольшое различие и составило 0,7 см соответственно. Наблюдается прибавка стандартного отклонения в показателях ОГК у девушек спортсменок 20-21 лет.

Таким образом, сравнительная оценка показателей ОГК у девушек студенток, занимающихся и не занимающихся спортом показала, что наибольшее различие наблюдается у девушек возраста 18-20 лет (1 см и 0,7 см). Отметим, такое повышение вероятно связано в результате улучшения воздействия климато-географических факторов Приаралья.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Абдиров Ч.А., Курбанов А.Б., Константинова Л.Г. Медико-экологическая ситуация в Республике Каракалпакстан и прогноз заболеваемости населения: – Нукус: Каракалпакстан, 1996. – 19 с.
2. Дембо А.Г., Земцовский Э.В. Спортивная кардиология. - Л.: Медицина.- 1989.- 466 с.
3. Ещанов Т.Б., Ажибеков М.А. Физиологическое значение и механизмы стрессовой реакции организма при адаптации: // Вестник ККО АН РУз. 2000.- № 4. -3-6 с.
4. Земцовский Э.В. Спортивная кардиология. - СПб.: Гиппократ, 1995.- 448 с.
5. Константинова Л.Г., Курбанов А.Б., Атаназаров К.М., Абсагтаров Н. Качество питьевой воды, состояние здоровья населения и прогноз заболеваемости населения Республики Каракалпакстан: // Экологические факторы и здоровье матери и ребенка в регионе Аральского кризиса: Материалы междунар. семинара. – Ташкент: ФАН, 2001. - 87-95 с.
6. Матчанов А.Т., Жамилов Д. Механизм адаптации сердечно-сосудистой системы организма и мышечной деятельности у молодых спортсменов в экологических условиях Приаралья. // Материалы республиканской научно-практической конф. «Проблемы рационального использования природных ресурсов Южного Приаралья».- Нукус.- 2007.- С. 3-4.
7. Меерсон Ф. З. , Пшенникова М. Г. Адаптация к стрессорным ситуациям и физическим нагрузкам.- М.: Медицина, 1988.- С. 87-93.