

Вывод: результаты исследования свидетельствуют о значимых различиях в выборе желтого, розового и синего цветов у студентов с различной ДА и о достоверных отличиях в выборе серого, зеленого, красного и черного цветов у студентов с различным уровнем тревожности.

Литература

1. Черёмушникова, И.И. Возможности теста Люшера (8-цветовой вариант) в диагностике характерологических и поведенческих особенностей студентов с различным уровнем физической подготовки / И.И. Черёмушникова, Е.В. Витун, Е.С. Петросиенко, С.В. Нотова // Вестник ОГУ 2010 № 12 (118). С. 108–110.

ОЦЕНКА СЕНСОМОТОРНЫХ РЕАКЦИЙ У СПОРТСМЕНОВ

Лукойко Е.А., Кириллова К.А.

Научный руководитель: к. м. н., доцент Орехов С.Д., к. м. н., доцент Дорохина Л.В.
Кафедра нормальной физиологии
Гродненский государственный медицинский университет, Беларусь

Актуальность исследования: современный спорт предъявляет высокие требования к подготовке спортсменов, поэтому необходим научный подход к спортивной тренировке, четкие алгоритмы профессионального отбора для достижения высоких результатов [1, 2].

Цель исследования: выявить наиболее информативные методики для оценки сенсомоторных реакций у спортсменов, занимающихся вольной борьбой.

Материалы и методы: в исследовании приняли участие студенты факультета физической культуры ГрГУ им. Я. Купалы и студенты ГрГМУ. 38 из них были квалифицированными спортсменами, занимающимися вольной борьбой, а 42 — не занимающиеся спортом. Обследование проведено на компьютерном комплексе «НС-психотест».

Результаты: при выполнении исследования получен большой массив данных — более 70 показателей, имеющих разную информативность. Тест «треморометрия» показал, что у спортсменов количество касаний было достоверно меньше по сравнению с контролем ($52,14 \pm 5,22$ и $92,83 \pm 9,63$ соответственно, $p=0,0004$). У них также было меньше общее время касаний ($1,90 \pm 0,28$ и $4,12 \pm 0,47$ сек, $p=0,0002$) и процент времени касаний ($9,95 \pm 0,99$ и $20,38 \pm 2,37\%$, $p=0,0002$). В тесте «реакция на движущийся объект» среднее время реакции (по модулю) у спортсменов превосходила контрольную группу — $41,48 \pm 2,46$ и $51,43 \pm 1,96$ мсек соответственно ($p=0,0008$), что свидетельствует о скорости реакций. Число опережений у них меньше $9,63 \pm 0,71$, чем в контрольной группе $12,57 \pm 0,91$, ($p=0,016$), что свидетельствует о своевременности реакций. Тест «закон силы» позволил выявить увеличение времени реакции у спортсменов, при реагировании на раздражитель различной интенсивности $348,03 \pm 7,17$ против $307,13 \pm 8,43$ мсек в контроле ($p=0,0004$).

Вывод: проведенные исследования позволили выявить наиболее важные методики для оценки сенсомоторных реакций у спортсменов, занимающихся вольной борьбой. Для данного вида спорта имеет значение не столько быстрота реагирования, сколько своевременность ответа на сигнал, а также выносливость моторных систем к статическому напряжению.

Литература

1. Подригало Л.В. Изучение и оценка взаимосвязей показателей двигательного анализатора спортсменов армспорта / Л.В. Подригало, М.Н. Галашко, Н.И. Галашко // Физическое воспитание студентов 2013 № 3. С. 46–49.
2. Salaj S. Specificity of jumping, sprinting, and quick change-of-direction motor abilities / S. Salaj, G. Markovic // J. Strength Cond. Res 2011. Vol. 25, N. 5. P. 1249–1255.