

УДК: 613.16-06:612

Антонюк О. – ст. гр. СІ-31

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

## ХАРАКТЕРИСТИКА СИЛИ НЕРВОВИХ ПРОЦЕСІВ У ПЛАВЦІВ

Науковий керівник: викладач Босюк О.М.

"Життя на всіх ступенях його розвитку – постійне пристосування до умов існування" (І.М. Сеченов, 1863).

Загально відомо, що адекватна рухова активність, особливо у водному середовищі, сприяє розвитку фізичного здоров'я (Ганчар І.Л., 1998; Булатова М.М., Платонов В.Н., 2006), розширює функціональні можливості організму (Меерсон Ф.З., 2003; Артамонова Л.Л., 2009).

Застосований нами "Теппінг-тест" показав, що за однакових метеоумов частота рухів кисті руки у плавців 2-го розряду була найбільшою, а у плавців оздоровчої групи – найменшою (рис.1). Це пояснюється тим, що у тренуваних, на відміну від нетренуваних людей, більша швидкість появи і зникнення імпульсів в нервових центрах. При постійному частому посиленні імпульсів з центру до м'язових волокон вони стають швидкими, а при постійній, але рідшій імпульсації – повільними (Я.В.Курко, 2005).

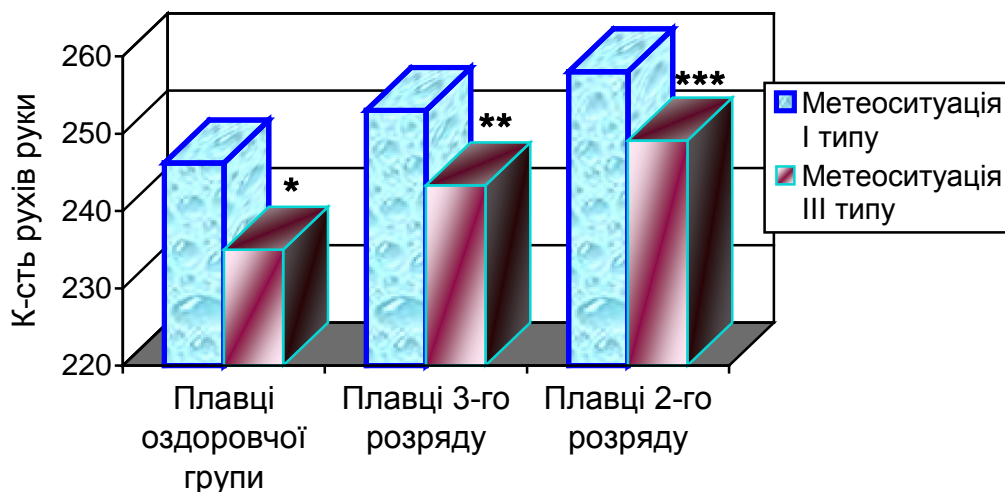


Рис. 1. Загальна кількість рухів кисті руки (за 40 с) у плавців групи оздоровчого плавання, 3-го та 2-го розрядів при метеоситуаціях I та III типів

Примітки:

1. \* –  $P < 0,05$  – порівняння у плавців оздоровчої групи;
2. \*\* –  $P < 0,05$  – порівняння у плавців 3-го розряду;
3. \*\*\* –  $P < 0,05$  – порівняння у плавців 2-го розряду.

Але нами встановлено, що при метеоумовах III типу, у порівнянні з I, показники кількості рухів кисті руки знизались у всіх досліджуваних, особливо у плавців групи оздоровчого плавання див.(рис.1).

**Висновок.** Застосування діагностичної комп'ютерної програми "Теппінг-тест", дозволило виявити зниження сили нервових процесів при погоді III типу, у порівнянні з I, в осіб, які займаються плавання і, особливо, у плавців оздоровчої групи.