

ПРИМЕНЕНИЕ ПРОБЫ РУФЬЕ В КОНТРОЛЕ ЗА ФУНКЦИОНАЛЬНЫМ СОСТОЯНИЕМ 12 - 13-ЛЕТНИХ СПРИНТЕРОВ

Лойко Т.В., Приходько В.И.

(Белорусский государственный университет
физической культуры, г. Минск)

В работах многих авторов показано, что по результатам математического анализа сердечного ритма спортсмена можно достоверно судить об уровне его адаптации к тренировочным нагрузкам. К сожалению, болыин инство ДЮСШ не имеет специального оборудования, необходимого для регистрации кардиоинтервалограммы (КИГ). В связи с Этим нам представляется актуальным поиск простой не инструментальной методики, позволяющей хотя бы косвенно оценить уровень вегетативной регуляции сердечной деятельности юных спортсменов.

Цель данного исследования - изучить диагностические возможности пробы Руфье.

Нами обследовано 88 бегунов на короткие дистанции в возрасте 12 - 13 лет (42 мальчика и 46 девочек). Для изучения приспособительных возможностей юных спринтеров использовались кардиоинтервалография и проба Руфье. КИГ регистрировалась в покое, в ортостазе, после пробы с форсированным дыханием и 15-секундного бега на месте в макс и мал ьном темпе.

Методом корреляционного анализа была изучена взаимосвязь между величиной индекса напряжения (ИИ), рассчитываемого по показателям КИГ, и индекса Руфье (ИР). Выявлено, что в покое, в ортостазе, после пробы с форсированным дыханием и 15-секундного бега па месте в максимальном темпе между этими показателями существовала прямая корреляционная связь преимущественно средней силы (r находился в пределах от 0,47 до 0,72).

В зависимости от оценки ИР всех спринтеров, отдельно мальчиков и девочек, мы разделили на 5 групп. В каждой из них анализировалась величина ИИ. Установлено, что для бегунов с более высокими оценками ИР был характерен более низкий ИИ, как в покое, так и при нагрузках. В ортостазе и после 15-секундного бега на месте в максимальном темпе достоверные различия по его величине выявлены практически между всеми группами спринтеров. Состояние исходного вегетативно-

го тонуса у спортсменов с различной оценкой ИР отличалось своей направленностью. Для бегунов с отличными приспособительными реакциями была характерна исходная ваготония, с хорошими - исходная нормотония с тенденцией к ваготонии, со средними и удовлетворительными - исходная нормотония, с плохими - исходная симпатикотония.

Таким образом, по величине ИР можно косвенно судить о состоянии вегетативной регуляции сердечной деятельности юных спринтеров.

Репозиторий БГУФК