

ВЛИЯНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ АСИММЕТРИИ НА ПРОЯВЛЕНИЕ СПОСОБНОСТИ К СОХРАНЕНИЮ РАВНОВЕСИЯ У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ САМБИСТОВ

Н. Р. Давлетова

Преподаватель кафедры боевой и физической подготовки
Академия милиции МВД Р. Узбекистан

АННОТАЦИЯ

Оценка функционального состояния курсантов обучающихся в Академии милиции МВД Р. Узбекистан показала, что несмотря на то, что обследуемый контингент самбистов по уровню спортивной квалификации высокий и все они являются мастерами спорта, однако их функциональные возможности по уровню физической работоспособности, а также по показателям МПК и ЖЕЛ различаются. Установлены спортсмены, как с высокими резервными возможностями, так и с низкими показателями физической работоспособности. Проведение тестирования с закрытыми глазами дало возможность получить более объективную информацию о состоянии способности к сохранению равновесия. Регуляция баланса и контроля позы осуществляется за счет мышечного чувства, в обеспечении которой участвуют проприоцептивные рецепторы чувствительности, а не за счет зрительного анализатора.

Ключевые слова: самбо, курсанты, функциональная асимметрия, физическая работоспособность, аэробные возможности.

INFLUENCE OF FUNCTIONAL ASYMMETRY ON THE MANIFESTATION OF THE ABILITY TO MAINTAIN EQUILIBRIUM IN HIGHLY QUALIFIED SAMBISTS

ABSTRACT

Assessment of the functional state of cadets studying at the Police Academy of the Ministry of Internal Affairs of the Republic of Uzbekistan showed that despite the fact that the surveyed contingent of sambo wrestlers is high in terms of sports qualifications and all of them are masters of sports, their functional capabilities in terms of physical performance, as well as in terms of BMD and VC are different. Athletes with both high reserve capacities and low indices of physical performance have been identified. Testing with eyes closed made it possible to obtain more objective information about the state of the ability to maintain balance. The regulation of balance and control of posture is carried out due to the muscular sense, in the provision of which proprioceptive sensitivity receptors are involved, and not due to the visual analyzer.

Keywords: sambo, cadets, functional asymmetry, physical performance, aerobic capabilities