

## СОМАТОТИП СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЦИКЛИЧЕСКИМИ ВИДАМИ СПОРТА.

Таралева Т.А., Махмудов Д.Э., Хаялиев Р.Я., Абдукаримов Б.А.

*Республиканский научно-практический центр спортивной медицины при  
НОК Узбекистана*

**Актуальность.** В настоящее время, в связи с возрастающими требованиями к спорту в общем и к спортсмену, одним из распространенных практических медико-биологических направлений науки остается спортивная соматотипология. По мнению М.Г. Мартиросова, если спортивная деятельность адекватна морфофункциональным особенностям организма, то возможности генофонда раскрываются наиболее полно и реализуются в морфофункциональном статусе спортсменов. Необходимость изучения морфологических показателей спортсменов различных видов спорта актуальна, главным образом, в связи с постоянной потребностью в уточнении критериев спортивного отбора. В большинстве видов спорта существует целый ряд четко сформулированных антропометрических модельных характеристик, без соблюдения которых добиться успеха в конкретной дисциплине практически невозможно.

**Цель исследования:** изучить соматотип спортсменов, занимающихся велоспортом и академической греблей.

**Материалы и методы:** Исследование проводилось на базе Республиканского научно-практического центра спортивной медицины во время углубленного медицинского осмотра спортсменов в 2021 году. Исследованию подлежали элитные спортсмены сборной команды Федерации **Rowing&Canoe**, в количестве 26 человек и элитные спортсмены сборной команды Федерации Велосипедного спорта в количестве 54 человек, из которых 23 девушек и 31 юношей.

**Результаты исследования:** Изучение соматотипа в велоспорте установило, что среди юношей частота встречаемости мезо-эндоморфного типа телосложения составляет 6,45% на начальный период подготовки и

19,35% в конце подготовительного периода, мезо-экторморфный тип телосложения, согласно нашим исследованиям, в 29% случаях наблюдался в начале и 67,74% в конце подготовительного периода, частота встречаемости мезоморфного типа телосложения в начале и в конце подготовительного периода составила 12,9%:9,68%, экто-эндоморфного типа - 35,5%:3,23% соответственно, эндоморфный тип телосложения выявлен у 6,45% юношей, занимающихся велоспортом в начальном этапе подготовки. У девушек, занимающихся велоспортом, соотношение мезо-эндоморфного типа телосложения на начало и конец подготовительного периода составило: 39,13%:39,13% соответственно. Мезо-экторморфный тип телосложения встречался в 34,78% случаях на начальном этапе подготовительного периода и в 30,44% к завершению периода подготовки, мезоморфный тип телосложения выявлен у 21,74% девушек в начале тренировочного процесса и 13,04% девушек к концу тренировочного периода, экто-эндоморфный тип телосложения на начальном и конечном этапе подготовке составил 4,35%:13,04% соответственно и эндоморфный соматотип выявился в конце тренировочного периода у 4,35% спортсменок. У академистов выявлен преимущественно мезо-экторморфный тип телосложения:19,23%:7,7% соответственно на начало и конец подготовительного периода, экто-мезоморфный соматотип у академистов не выявлен. В динамике тренировочного процесса у академистов снижается процент встречаемости мезо-эндоморфного типа телосложения с 19,23% до 7,7% и мезоморфного типа телосложения с 15,39% до 11,53%. Экто-эндоморфный соматотип, как в начале, так и в конце подготовительного периода оставался одинаковым, то есть 19,23 %, а экторморфный соматотип у академистов в основном встречается в 7,7% случаев к концу периода подготовки.

**Выводы:** Согласно нашим исследованиям, спортсмены, занимающиеся велоспортом и академической греблей, имеют преимущественно мезо-экторморфный тип телосложения. Это способствует, наряду с технической и функциональной подготовкой, достижению хороших результатов в спорте.