

СТАН ЦЕНТРАЛЬНОЇ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ СТУДЕНТІВ ЯК СКЛАДОВОЇ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ СИСТЕМИ АДАПТАЦІЇ ДО ДОЗОВАНИХ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ

Топчій М. С., Босенко А. І.
Університет Ушинського
topciy_maria@ukr.net, bosenco@ukr.net

Оцінка функціонального стану центральної нервової системи (ЦНС) людини, як складової функціональної системи адаптації до численних чинників, яка забезпечує програмування дій, оцінку їх результатів, приймає участь в аферентному синтезі інформаційних впливів залишалась актуальним питанням в усі часи. В багатьох дослідженнях з цією метою використовувався час зорово-рухової реакції. Визначаючи інформативність даного показника, необхідно відзначити, що характеристики рухових реакцій використовуються не тільки для оцінки функціонального стану центральної нервової системи, її збудливості, реактивності і рухливості, а також для вивчення індивідуально-типологічних властивостей вищої нервової діяльності, зокрема, сили, врівноваженості нервових процесів.

За мету роботи ставили вивчити динаміку загального функціонального стану центральної нервової системи студентів молодших курсів факультету фізичного виховання під впливом дозованих фізичних навантажень за замкнутим циклом.

В лабораторії вікової фізіології спорту кафедри біології і основ здоров'я Університету Ушинського було обстежено 175 студентів молодших курсів факультету фізичного виховання. У якості дозованого фізичного навантаження використовували модель тестування за Д. М. Давиденко і співавторів (1984). Оцінку загального функціонального стану мозку здійснювали за методикою Т. Д. Лоскутової (1977) у стані спокою до роботи та на 5-й хв. відновлення.

Проведені дослідження динаміки функціонального стану ЦНС студентів під впливом дозованого фізичного навантаження за замкнутим циклом дозволило встановити два основні типи її реакцій, які характеризуються різними спрямованістю, глибиною зрушень, кількісним співвідношенням та їх залежністю від вихідного стану. Високий вихідний рівень ЗФС мозку обумовлює зниження, низький, навпаки, забезпечує підвищення його критеріїв після впливу зовнішніх чинників.

Реакцію центральної нервової системи юнаків-студентів на зовнішні впливи, у тому числі навчальних навантажень, слід оцінювати за діапазоном відхилень від вихідного рівня, тобто за законом «маятника»: зрушення показників в межах $\pm 25\%$ розглядати як реакцію активації, в межах $\pm 50\%$ – як реакцію напруги, а коливання понад $\pm 50\%$ – як передпатологію з можливим переходом у стан хвороби.

Наукове видання

**ІНДИВІДУАЛЬНІ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ
ОСОБЛИВОСТІ ЛЮДИНИ
ТА ПРОФЕСІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ**

VI всеукраїнська науково-практична конференція

Черкаси, 20-22 вересня 2017 року

Тези доповідей

Комп'ютерне верстання:
Любченко Л. Г.

Підписано до друку 04.09.2017.
Формат 60x84/16. Папір офсет. Друк офсет. Гарнітура Times New Roman.
Умовн. друк. арк. 5,8. Обл. вид. арк. 5,5.
Замовлення № 110. Тираж 300 прим.

Бізнес-інноваційний центр
Черкаського національного університету ім. Богдана Хмельницького
18000, Україна, м. Черкаси, бульвар Шевченка, 205.
тел.: (0472) 33-69-05

Свідоцтво про внесення до державного реєстру
суб'єктів видавничої справи ДК №3427 від 17.03.2009 р.