



## Рівень периферійного зору баскетболістів 14 років

Помещикова І. П.<sup>1</sup>, Кудімова О. В.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Харківська державна академія фізичної культури, Харків, Україна

<sup>2</sup>Харківський національний медичний університет, Харків, Україна

**Анотація.** Розглянуто обсяг периферійного зору баскетболістів 14 років. Встановлено, що найбільший показник периферійного зору за горизонтальним меридіаном на зовні, краще сприймається зелений і синій кольори, достовірної різниці між периферійним зором правого і лівого ока не виявлено ( $p < 0,05$ ).

**Ключові слова:** периферійний зір, баскетболіст, поле зору, зоровий аналізатор, сенсорні системи.

**Вступ.** Ефективність виконання спортивних вправ багато в чому залежить від процесів сприйняття і переробки сенсорної інформації. Ці процеси зумовлюють, як найбільш раціональну організацію рухових актів, так і досконалість тактичного мислення спортсмена. Зоровий аналізатор забезпечує сприйняття світла, кольору, простору; форму, структуру, амплітуду параметрів руху.

Ряд авторів зазначають, що різноманітна рухова діяльність, заняття різними видами спорту, робить значний вплив на функціональний стан зорової сенсорної системи, а систематичне застосування спеціальних ігрових вправ значно покращує функціональний стан організму в цілому і зорової системи зокрема. З іншого боку, на підставі аферентних зорових імпульсів формується рухова відповідь реакції з вибором, що безпосередньо впливає на результативність гравців. Так, Ю. В. Катюков, М. В. Проломова пропонують тренування сенсорних систем використовувати, як додатковий фактор у підвищенні технічної майстерності гандболісток [1]. Ю. М. Макаров, А. І. Осипенко встановили прогностичну значимість центральної ланки зорового аналізатора для ефективного визначення функціональних обов'язків кваліфікованих футболістів [2]. Ю. В. Менхин, А. М. Тамбовський прийшли висновку використання комплексного підходу в розгляді взаємозв'язку зорового аналізатору із ефективністю спортивної діяльності [3].



Як в більшості видів спорту, так і в баскетболі, зір є основним постачальником інформації. Специфіка баскетболу така, що багато ігрових дії відбуваються на основі периферичного зору. Недостатньо розвинене периферичний і бінокулярний зір значно звужує і збіднює тактичні та технічні дії баскетболіста. Так, Н. Р. Дубініна і Ю. В. Човнюк, вказують на тісний взаємозв'язок між м'язово-руховим апаратом баскетболістів і зоровою сенсорною системи. Автори відзначають, що під час гри знижується поріг глибинного зору, проходять зміни в окооруховому апараті очей, збільшується латентний період зорово-рухових реакцій, що значно впливає на техніко-тактичні показники спортсменів. Проте досліджень показників периферійного зору баскетболістів недостатньо, що і стало привидом наших досліджень.

**Мета та завдання дослідження.** Мета дослідження – встановити показники периферичного зору баскетболістів 14 років.

**Завдання дослідження:**

1. На основі науково-методичної літератури розглянути теоретичні аспекти зорової сенсорної системи в спортивній діяльності.
2. Встановити показники периферійного зору правого і лівого ока баскетболістів 14 років на різні кольори.
3. Дослідити різницю у показниках периферійного зору спортсменів на різні кольори.

**Матеріал і методи дослідження.** Методи дослідження: теоретичний аналіз науково-методичної літератури, метод пірометрії, методи математичної статистики.

Для визначення показника поля зору використовувався прилад «Периметр Форстера». Поле зору визначалося для лівого і правого ока окремо на білий, червоний, синій і зелений кольори двох основних меридіанів – горизонтального на зовні і до середини та вертикального – до гори і до низу.

У дослідженні прийняли участь 16 баскетболістів ДЮСШ № 7 м. Харкова у віці 14 років.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Вивчення показників баскетболістів 14 років дало можливість встановити, що у цьому віці градус периферійного зору, як правим, так і лівим оком за всіма кольорами, які тестувалися, найбільший по горизонтальному меридіані на зовні, а найменший – по вертикальному меридіані до гори (табл. 1). Достовірної різниці між показниками периферійного зору правого і лівого ока за обома меридіанами ні на один із кольорів виявлено не було ( $p > 0,05$ ).



Таблиця 1

Порівняння показників периферійного зору баскетболістів 14 років (n=16) правого і лівого ока (градуси)

Колір	Око	Показники $\pm m$			
		До гори	До низу	На зовні	До середини
білий	Праве око	50,50 $\pm$ 1,68	63,25 $\pm$ 1,75	89,00 $\pm$ 0,50	62,00 $\pm$ 0,26
	Ліве око	57,37 $\pm$ 2,05	63,37 $\pm$ 1,99	88,25 $\pm$ 0,73	62,37 $\pm$ 0,37
	t	0,31	0,06	0,70	1,76
	p	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05
червоний	Праве око	52,00 $\pm$ 2,15	63,00 $\pm$ 2,03	88,62 $\pm$ 0,53	62,00 $\pm$ 0,38
	Ліве око	56,25 $\pm$ 1,80	65,00 $\pm$ 1,68	88,62 $\pm$ 0,59	62,12 $\pm$ 0,58
	t	0,48	0,14	0	1,27
	p	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05
синій	Праве око	52,37 $\pm$ 1,81	64,00 $\pm$ 2,31	89,12 $\pm$ 0,53	63,25 $\pm$ 0,41
	Ліве око	55,50 $\pm$ 1,48	65,12 $\pm$ 1,79	89,25 $\pm$ 0,49	62,75 $\pm$ 0,41
	t	0,70	0,12	0,65	1,42
	p	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05
зелений	Праве око	54,87 $\pm$ 1,59	63,25 $\pm$ 1,76	89,37 $\pm$ 0,42	66,87 $\pm$ 3,31
	Ліве око	55,87 $\pm$ 1,80	65,12 $\pm$ 2,03	89,37 $\pm$ 0,59	61,75 $\pm$ 1,49
	t	0,59	0,06	0,84	1,16
	p	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05

Встановлено, що правим оком до гори, на зовні і до середини найбільше поле зору на зелений колір маркеру, до низу – на синій. Для лівого ока: до гори – на білий, до низу, на зовні і до середини – на синій колір маркеру.

Порівняння результатів дослідження периферійного поля зору 14 річних баскетболістів виявив статистично достовірні розбіжності тільки між показниками білого і синього ( $p < 0,05$ ;  $t = 2,57$ ) та червоного і синього кольорів по горизонтальному меридіані до середини правим оком ( $p < 0,05$ ;  $t = 2,24$ ).

**Висновки.** Було встановлено, що у чотирнадцятирічних баскетболістів градус периферійного зору найбільший за горизонтальним меридіаном на зовні, краще сприймається зелений і синій кольори, достовірної різниці між периферійним зором правого і лівого ока не виявлено ( $p < 0,05$ ).

**Перспективи подальших досліджень:** планується встановити рівень периферійного зору баскетболістів старшого віку 15, 16 років.



### Список використаної літератури.

1. Дубина Н.Р., Човнюк Ю.В. Анализ физиологической характеристики спортивных игр: II. Особенности функционального состояния зрительной сенсорной системы и двигательного аппарата. *Теорія і методика фізичного виховання*. 2008. № 10 (48). С. 3-5.
2. Катукоев Ю. В., Проломова М. В. Тренировка сенсорных систем как дополнительный фактор в повышении технического мастерства гандболисток. *Теория и практика физической культуры*. 2000. № 4. С. 37-38.
3. Макаров Ю.М., Осипенко А.И. Роль диагностики центрального звена зрительного анализатора в прогнозировании игрового амплуа футболистов. *Теория и практика физической культуры*. 2005. № 9. С. 28-29.
4. Менхин Ю.В., Тамбовский А.Н. Об основах офтальмоэргономики спортивной деятельности. *Теория и практика физической культуры*. 1998. № 8. С. 5-10.
5. Помещикова І.П., Рубан Л.А., Покровенко Н.С. Вплив рівня периферійного зору на ігрові показники баскетболістів 14–16 років. Проблеми и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях. *Сборник статей XI международной научной конференции*, Белгород–Харьков, 2015. С. 147–151.