

**Анализ особенностей типа телосложения студентов-спортсменов УралГУФК**

**Научный руководитель – Звягина Екатерина Владимировна**

***Сайфутдинов Станислав Владиславович***

*Студент (бакалавр)*

Уральский государственный университет физической культуры, Челябинская область,  
Россия

*E-mail: mechel-98@mail.ru*

В процессе индивидуального развития организма у каждого человека складывается определенный тип телосложения. Существует несколько классификаций типов телосложения, в нашей работе мы рассмотрели 3 классификации: 1) классификация У. Шелдона; 2) классификация М. В. Черноруцкого 3) классификация П. Н. Башкирова. Исследование проводилось на кафедре анатомии Уральского государственного университета физической культуры (УралГУФК), в ходе практических занятий по «Спортивной морфологии» со студентами первого курса колледжа, дневного отделения, факультета физической культуры. Тип телосложения зависит от многих факторов, например, в нашем исследовании можно увидеть как виды спорта влияют на формирование телосложения, в связи с этим выбор вида спорта должен быть обоснован по многим критериям, в том числе морфологическим, это может привести к постепенным улучшениям спортивных результатов, как на уровне сборных так и на уровне обычных детских спортивных школ. Также тип телосложения определяет возможные вариации подкожного жира, в наши дни, всё что касается темы ожирения является очень актуальным, так как в мире с каждым годом увеличивается число людей страдающих избыточным весом, но с помощью правильно составленных, в том числе с учетом индивидуальных особенностей организма, рациона питания и программе тренировок это проблема становится решаемой.

**Источники и литература**

- 1) Вельтищев Ю. Е. Объективные показатели нормального развития и состояния здоровья ребёнка. М. : Медицина, 2010. 165 с.
- 2) Кречмер Э. Строение тела и характер // Педагогика. М. 2005. С. 219 – 227.
- 3) Лумпова О. М. Антропометрические и индексные показатели физического развития девушек юношеского возраста Прибайкалья // Сибирский медицинский журнал (г. Иркутск). 2011. Т. 104. № 5. С. 98–101.
- 4) Неудахин Е. В. К дискуссии о конституции человека, конституционных типах // Педиатрия. 2005. № 5. С. 60-67.
- 5) Николаев В. Г. Антропологические обследования в клинической практике // Морфологические ведомости. 2007. № 1–2. С. 253–256.