**Лабораторна робота №2**

**Методи контролю фізичного розвитку людини**

**Карсанашвілі Андріан**

**І. Отримані результати вимірювань занести в табл.1.**

|  |  |
| --- | --- |
| Показник | Значення (см, градуси, кг) |
| Зріст стоячи | 175см |
| Зріст сидячи | 150см |
| Маса тіла | 66кг |
| Окружність плеча | 31см |
| Окружність грудей – пауза | 87см |
| Окружність грудей – максимальний вдих | 91см |
| Окружність грудей – максимальний видих | 84см |
| Екскурсія грудної клітки |  |
| Окружність талії | 71см |
| Окружність стегон | 86см |
| Окружність тазу | 88см |
| Окружність шиї | 37см |
| Окружність зап’ястя | 17см |

**ІІ. Визначити власний фізичний розвиток за допомогою індексів. Визначити гармонійність тіло будови.**

**Дані занести в таблицю 2.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Показник | Значення | Оцінка |
| Вік, роки | 19 |  |
| Маса тіла, кг | 66 |  |
| Зріст, см | 175 |  |
| Грудний кут (конституційний тип) |  |  |
| Коефіцієнт пропорційності (індекс Пірке) | 16,6 |  |
| Індекс Бругша (гармонійність статури) | 525,7 |  |
| Індекс маси тіла | 0,002 |  |
| Ваго-ростовий індекс (індекс Кетле) | 0,382 |  |
| Ідеальна маса тіла, кг | 66.8 |  |