

ЕВОЛЮЦІЯ СПОРТИВНОГО ОДЯГУ І ЙОГО РОЛЬ ДЛЯ СУЧАСНИХ СПОРТСМЕНІВ

Коломоєць А.А., гр. ПТ-17

Науковий керівник – доц. І.О. Кудряшов
Харківський державний університет харчування та торгівлі

У всі часи люди приділяли увагу своєму фізичному стану і здоров'ю. Чим швидше розвивався технічний прогрес, тим більше з'являлося приладів для занять спортом. Першими тренажерами вважаються механотерапевтичні пристрої, винайдені Густавом Цандером. Він створив механічні апарати, які були призначені для певних вправ, на яких виконувалися швидкі і повільні рухи, відбувався масаж різних частин тіла і витягувався хребет. Усього Цандер винайшов 70 механотерапевтичних пристроїв. З появою таких тренажерів підвищився інтерес до занять спортом. Піклуватися про свій фізичний стан, займатися спортом поступово ставало популярним серед населення.

На початку ХХ століття жінки займалися окремо від чоловіків, оскільки спортивний одяг тоді ще не винайшли. Їм доводилося підкорювати дерев'яні бігові доріжки та інші снаряди в звичайному одязі, а саме: в довгих спідницях і сукнях. Також заняття проходили в незручному взутті на підборах. Чоловіки займалися спортом в повсякденному одязі, знявши піджаки.

Спортивний одяг еволюціонував десятиліттями і тепер, у наш час, для спортсменів, які професійно займаються спортом, або любителів винайдена спеціальна спортивна уніформа, а саме: компресійний одяг. Це одяг спортсменів, зроблений зі спеціалізованих еластичних матеріалів, облягаючих тіло. Такий одяг підтримує м'язи, посилює рухи спортсмена, зберігаючи і повертаючи енергію при розтягуванні і скорочення м'язів під час фізичної активності.

Комплект компресійної одягу забезпечує спортсмену трохи більшу витривалість, силу, ефективність у витраті енергії. Компресійний одяг щільно прилягає до тіла і дозволяє краще відчувати кожен рух, а це означає більш чіткий контроль навантаження. Крім цього, компресійний одяг відповідає за додаткову підтримку судин, попереджаючи ризик розвитку різних хвороб, пов'язаних з варикозним розширенням вен.

Завдяки таким властивостям у ХХІ столітті майже кожна людина має у себе в гардеробі компресійний одяг: лосини, шорти, футболки, різноманітні топи тощо.