**Дослідження м'язово-суглобових від­чуттів**

**Мета дослідження:**визначення величини й оцінка нижнього порога розрізнення м'язово-суглобових відчуттів.

**Матеріали та обладнання:**набір пластин неоднако­вої ваги в грамах, аркуші паперу розміром 5 х 5 см і пов'язка для очей.

**Процедура дослідження**

Дослідження проводиться в групі, яка складається з трьох осіб: експериментатор, досліджуваний, протоколіст.

Досліджуваному одягають на очі пов'язку, пропонують витягнути руки вперед, не напружуючи їх, долонями догори.

+На долонях лежать аркуші паперу, на них потім екс­периментатор кладе важки вагою 4 і 5 г. Завдання дослі­джуваного: визначити, в якій руці важчий важок. Потім послідовно додають 1-, 2- і 3-грамові важки, поки досліджуваний не зможе встановити різницю у вазі. Дослід вторюють мінімум тричі. Якщо руки в досліджуваного втомлюються, то йому треба дати відпочити протягом 1,5— З хвилин після відповідного досліду. В кожному досліді руки, на які кладуть початкові 4- та 5-грамові важки, міняють.

**Інструкція досліджуваному:**"На Ваші долоні буде покладено важки. Із зав'язаними очима визначте, в котрій з Ваших витягнутих рук більша вага".

**Обробка та аналіз результатів**

Показником шкірно-суглобової чутливості в розріз­ненні маси є середній результат кількох дослідів. Для отри­мання показника спочатку для кожного досліду встанов­люють різницю між вагою у правій та в лівій руці, яку визначив досліджуваний. Потім вираховують показник порога розрізнювальної чутливості за формулою

Пк = ∑ Р*n* ,

N

+де ∑Р*n* — сума різниць у вазі в усіх проведених дослі­дах, а N — кількість дослідів.

Оцінку чутливості в розрізненні ваги визначають на основі даної методики за таблицею.

Чим вищий оцінний бал, тим краща шкірно-суглобо­ва чутливість досліджуваного.

Тренування чутливості до розрізнення ваги виробляє звичку усвідомлювати власні відчуття, що часом приво­дить до поліпшення результатів.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Оцінка в балах | Оцінка розрізнювальної чутливості ваги | | | | | | | | |
| 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Розрізнювальна величина  (в гр)  Пк | 1,0  -  1,9 | 2,0  -  2,4 | 2,5  -  2,9 | 3,0  -  3,4 | 3,5  -  3,9 | 4,0  - 4,9 | 5,0  -  6,9 | 7,0  -  7,9 | 8,0 і більше |