

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Державний заклад
«Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського»
Національний університет «Чернігівський колегіум
імені Т. Г. Шевченка»
Professional association of kinetotherapists and manual therapist from
republic of Moldova
Uniwersytet Szczeciński (Polska)
University of Bucharest (Romania)
Навчально-науковий інститут фізичної культури, спорту та
реабілітації
Кафедра фізичної реабілітації, біології і охорони здоров'я

АДАПТАЦІЙНІ МОЖЛИВОСТІ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ

З Б І Р Н И К
НА У К О В И Х П Р А Ц Ї
XV МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ,
присвяченої
105-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації,
біології і охорони здоров'я та
60-річчю створення лабораторії функціональної діагностики
імені професора Т. М. Цонєвої
19–20 вересня 2024 року
м. Одеса
Частина 2
Одеса – 2024

УДК 796611.7–053.67(063)

Рецензенти:

- **С. П. Гвоздій** – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри фізіології, здоров'я і безпеки людини та природничої освіти Одеського національного університету імені І.І. Мечникова;
- **І. Л. Ганчар** – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри спортивних дисциплін Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького

Головний редактор

Босенко Анатолій, доктор педагогічних наук, кандидат біологічних наук, професор

Редакційна колегія:

Коробейніков Георгій	доктор біологічних наук, професор (Німеччина-Україна)
Лизогуб Володимир	доктор біологічних наук, професор (Україна)
Магльований Анатолій	доктор біологічних наук, професор (Україна)
Михалюк Євгеній	доктор медичних наук, професор (Україна)
Носко Микола	доктор педагогічних наук, професор (Україна)
Орлик Надія	кандидат біологічних наук, доцент (Україна)
Потоп Володимир	доктор педагогічних наук, професор (Румунія)
Приймаков Олександр	доктор біологічних наук, професор (Польща)
Топчій Марія	кандидат біологічних наук, доцент (Україна)
Холодов Сергій	Кандидат педагогічних наук, доцент (Україна)

Адаптаційні можливості дітей та молоді: збірник наукових праць XV Міжнародної науково-практичної конференції, присвяченої 105-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації, біології і охорони здоров'я та 60-річчю створення лабораторії функціональної діагностики імені професора Т. М. Цонєвої Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (Одеса, 19–20 вересня 2024 року, Ч. 2) / голов. ред. А. І. Босенко. Одеса: Університет Ушинського, 2024. 328 с.

У збірнику наукових праць конференції представлені роботи широкого кола фахівців з сучасних проблем фізичного виховання і спорту. В статтях розкриваються медико-біологічні, фізіолого-гігієнічні, психолого-педагогічні та валеологічні основи розширення адаптаційних можливостей дітей та молоді, зміцнення їх здоров'я, а також питання підготовки фахівців за відповідними напрямками.

Рекомендовано до друку вченою радою ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (*протокол № 3 від 31.10.2024 року*)

УДК: 796611.7–053.67(063)

ЗМІСТ

Абрамян Н. Д., Попова Р. К. Психологічний супровід розвитку резильєнтності студентів.....	6
Босенко А. І., Топчий М. С. Рівень мотивації сучасних учнів старшої школи до занять з фізичного виховання.....	13
Бабак С. В., Любчик О. С. Роль кверцетину у функціонуванні організму та його відновленні.....	20
Бабова І. К. Рекомендації Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) щодо щоденної фізичної активності для різних груп населення.....	27
Банах В. І. Деякі засадничі положення щодо персоналізації фізичного виховання здобувачів у закладах вищої освіти.....	32
Балим О. А. Ігрові та корекційні аспекти уроків ЛФК та ритміки для дітей з інтелектуальними порушеннями.....	48
Бондаренко Д. А., Дорошенко Т. С., Панасюк Т. О., Келеш Т. О., Vareцька О. Ю., Петровська Т. М., Максименко Ю. А. Гендерні особливості ступеню фізичної активності підлітків Одеської області.....	55
Борщук В. В., Мажилівська К. Р. Використання активних та інтерактивних методів навчання на уроках природничих дисциплін.....	61
Боярська Т. В., Бобро О. В. Відновлення фізіологічної активності тканин молочної залози засобами фізичної реабілітації.....	65
Буховец Б. О. Зміни функціонального стану рівноваги школярів 12 років із депривацією зору....	71
Воробієнко А. А., Плиска О. І., Янчій Р. І. Статеві особливості відповіді клітинного та гуморального імунітету у щурів...	80
Воскобойнікова Г. Л., Довжук В. В., Коновалова Л. В., Іщенко А. А., Довжук Н. Ш. Педагогічний супровід студентської молоді в освітньому процесі в умовах повномасштабної війни.....	88
Галаманжук Л. Л., Демчик К. І. Стан розвитку рухового потенціалу дітей у дошкільний період.....	93
Годзієв М. А., Польщак Т. В., Гуца С. Г. Порівняльна оцінка ефективності застосування деяких методик лікувальної гімнастики при ідіоматичному сколіозі.....	103
Гребеніна А. А., Волчкова О. Є. Застосування засобів фізичної реабілітації в корекції моторного розвитку дітей раннього віку з наслідками уражень нервової системи.....	108

Boiarska T.V., Bobro O.V.

RESTORATION OF PHYSIOLOGICAL ACTIVITY OF MAMMARY GLAND TISSUES BY MEANS OF PHYSICAL REHABILITATION

The article is devoted to determining the specifics of the impact of physical rehabilitation methods on the restoration of the physiological activity of breast tissue. Diseases of the mammary gland are one of the most urgent problems of medicine. Hormonal fluctuations in the female body are considered to be the cause of its occurrence. Rehabilitation methods for the restoration of mammary tissue must be comprehensive. Massage techniques allow you to restore the nutrition of the mammary gland, and to obtain a stable positive result, you need to perform physical exercises. In the course of the study, exercises were determined that contribute to the functional recovery of mammary gland tissue. Exercises are selected individually, taking into account a woman's physical fitness and endurance, her state of health and her age.

Key words: mastopathy, physical rehabilitation methods, physical exercises.

УДК 376

Буховець Б. О.

(Україна, м. Одеса)

ЗМІНИ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ РІВНОВАГИ ШКОЛЯРІВ 12 РОКІВ ІЗ ДЕПРИВАЦІЄЮ ЗОРУ

Анотація. У школярів 12 років із депривацією зору відмічається стійкі порушення функціонального стану рівноваги, для покращення якої застосовують програми адаптивного фізичного виховання. Представлена програма концептуально є сукупністю поглядів, об'єднаних фундаментальним задумом, провідною ідеєю і метою. Особливістю представленої програми є розробка комплексів коригуючих фізичних вправ, методик кінезіотейпування м'язів тулуба, рухливих та спортивних ігор відповідно до спеціальної медичної

групи. За отриманими результатами дослідження стану рівноваги відповідно до тесту «Фламінго» на початку та наприкінці експерименту можна припустити, що представлена програма вплинула на поліпшення рівноваги учасників експерименту, що є вкрай важливим для розвитку координації рухів.

Ключові слова: школярі, адаптивне фізичне виховання, депривація зору, програма.

Актуальність. Депривація зору школярів ускладнює їх просторове орієнтування, затримує формування рухових навичок та призводить до зниження рівня, як рухової так і пізнавальної активності [2]. У школярів із депривацією зору відмічається розлади утримання заданого вихідного положення тіла у просторі та при виконанні різних рухів, що засвідчують порушення функціонального стану рівноваги. Моторні порушення в школярів із депривацією зору, виникають унаслідок труднощів при зоровому наслідуванні та оволодінні просторовими уявленнями [3]. Важливим є той факт, що моторні порушення можуть мати індивідуальний характер та різний ступінь важкості, відповідно до ступеню прояву патології органів зору [4]. Для покращення функціонального стану рівноваги школярів із депривацією зору та для корекції прояву моторних порушень даного контингенту застосовують програми адаптивного фізичного виховання в умовах спеціалізованих або загальних закладів освіти [1].

Мета дослідження – дослідити зміни у функціональному стані рівноваги школярів 12 років із депривацією зору під впливом програми адаптивного фізичного виховання.

Завдання: 1. Аналіз даних спеціальної науково-методичної літератури з представленої теми дослідження.

2. Проаналізувати зміни у функціональному стані рівноваги школярів 12 років із депривацією зору.

3. Визначення ефективності запропонованої програми адаптивного фізичного виховання школярів 12 років із депривацією зору **на стан їхньої функціональної рівноваги.**

Методи дослідження. В дослідженні були застосовані наступні методи: теоретичний аналіз даних наукової літератури з обраної теми дослідження, педагогічні (експеримент, тестування) та математична обробка даних. Тестування функціонального стану рівноваги підлітків 12 років з депривацією зору виконували за допомогою тесту «Фламінго» [5].

Результати та їх обговорення. Представлена програма адаптивного фізичного виховання для школярів із депривацією зору концептуально є сукупністю поглядів, об'єднаних фундаментальним задумом, провідною ідеєю і метою. Розробку представленої програми адаптивного фізичного виховання для школярів із депривацією зору реалізовано з урахуванням певних передумов: соціальнопедагогічних, особистісних та біологічних. Програма передбачала дотримання низки організаційних, соціальних та педагогічних умов. До організаційно-педагогічних умов віднесено: – створення умов залучення школярів до регулярних занять фізичними вправами; формування у школярів позитивного ставлення до занять фізичною культурою; урахування об'єктивних можливостей НРЦ «Зоресвіт» для забезпечення занять з адаптивного фізичного виховання. Наукове дослідження тривало 6 місяців, в якому прийняли участь 13 школярів із порушенням зору, віком 12 років.

До соціально-педагогічних було включено: формування і розвиток у школярів стійкої мотивації (потреби) до занять адаптивним фізичним вихованням; використання багатоваріантних засобів і методів фізичного виховання в процесі занять адаптивним фізичним вихованням; забезпечення дослідження функціонального стану рівноваги з використанням тесту «Фламінго».

Організаційний компонент представленої програми передбачає оцінку доцільності застосування розроблених комплексів фізичних вправ з урахуванням

спеціальної медичної групи та умов її впровадження. Діагностичний компонент представленої програми передбачав дослідження функціонального стану рівноваги з використанням тесту «Фламінго». Методичний компонент програми передбачає планування корекційних заходів, розробку програми занять з адаптивного фізичного виховання. Результативний передбачає дослідження функціонального стану рівноваги тестом «Фламінго» до експерименту та після.

Структуру програми також склали три етапи практичної реалізації, кожен з яких вирішував відповідні завдання: підготовчий – диференціація школярів відповідно до спеціальної медичної групи, тестування функціонального стану рівноваги; інформування батьків та школярів про результати проведеного дослідження; адаптація їх організму до фізичних навантажень; підбір та розробка комплексів коригуючих фізичних вправ, методик кінезіотейпування м'язів тулуба, рухливих та спортивних ігор; корекційний – корекція прояву координаційних порушень. Організаційно-методичні вказівки при виконанні представлених в програмі комплексів фізичних вправ включали окреме дозування обсягу та інтенсивності навантаження для школярів із депривацією зору з урахуванням спеціальної медичної групи [6].

До спеціальної медичної групи А відносять школярів, які не потребують обмежень у руховому режимі та займаються відповідно програми з фізичного виховання для дітей із порушенням зору. Представники групи А мають належний стан здоров'я, що відповідає віковим нормативам рівня фізичного розвитку, функціонального стану серцево-судинної, дихальної систем та опорно-рухового апарату, фізичної та психологічної підготовленостей. Школярі групи А можуть мати наступні ураження органа зору: спадкову тапето-ретинальну дистрофія; спадкову атрофію зорового нерву; замутнення рогівки; атрофію та субатрофію очного яблука; не прогресуючий кератоконус; гіперметропічний тип клінічної рефракції; наслідки запальних захворювань сітківки [1].

До групи Б відносять школярів, що потребують певного констатованого обмеження фізичного навантаження на заняттях фізичною культурою.

Представники даної групи також займаються згідно програми з фізичного виховання для слабозорих дітей. До даної групи відносять школярів, які мають наступні ураження органа зору: компенсовану глаукому; ускладнену міопію високого ступеня; атрофію зорового нерву; макулодистрофію (без схильності до геморагій та відшарувань сітківки); діабетичну, гіпертонічну ангіопатію; уроджену ускладнену катаракту; афакію [1].

Вивчення змін у функціональному стані рівноваги школярів 12 років передбачало аналіз розподілів рівнів прояву результатів тесту до початку та після завершення експерименту (рис. 1).

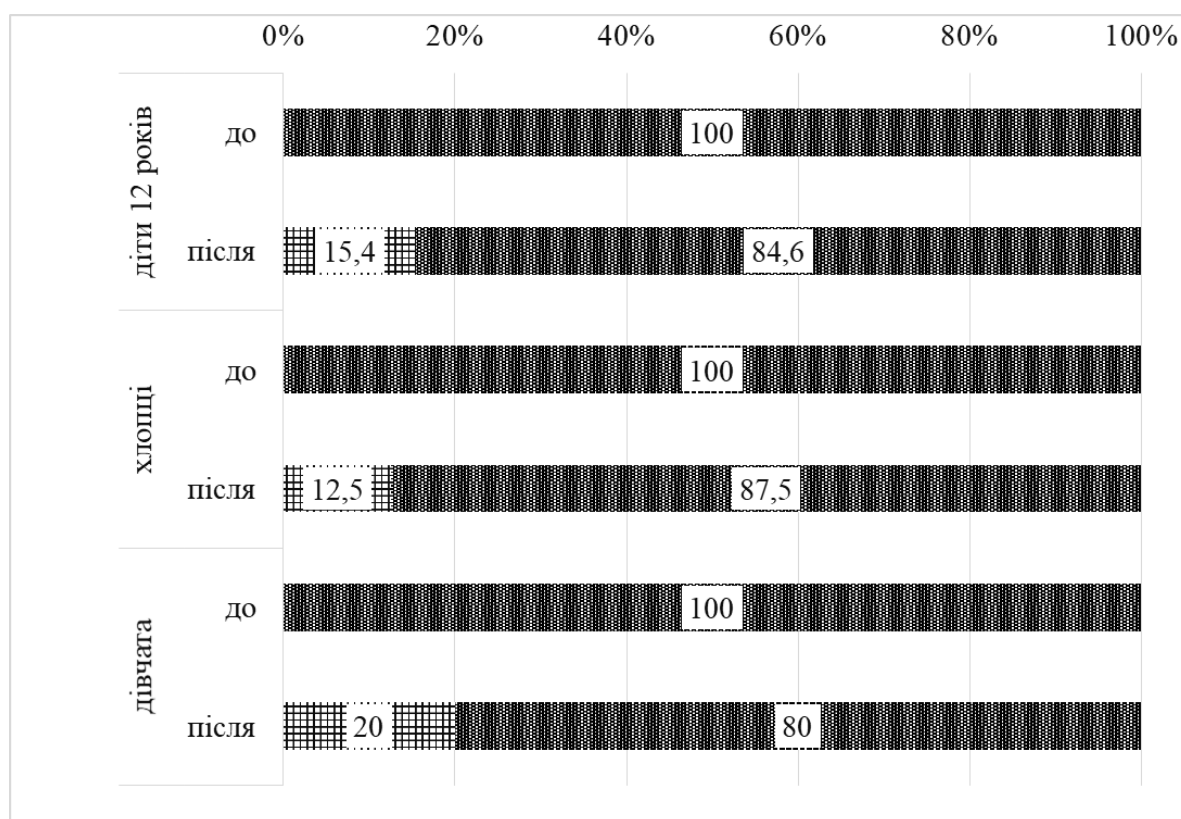


Рис. 1. Зміни у розподілі результатів тестування рівноваги у школярів 12 років із депривацією зору за рівнями у відсотках (n=13) до та після експерименту, де представлені такі рівні: ▨ середній; ▣ низький.

Як вказано в представлених даних, на початку експерименту всі школярі виявилися на низькому рівні в проходженні тесту «Фламінго». Після завершення експерименту виявилось, що серед дванадцятирічних учасників збільшилася

кількість тих, хто може утримувати рівновагу протягом хвилини, виконуючи лише 16 спроб і менше. Цей підсумок стосується 15,4% учасників цього віку, що складає 12,5% від загальної кількості хлопців та 20% від загальної кількості дівчат. За отриманими результатами можна заключити, що програма корекції моторних порушень вплинула на поліпшення рівноваги учасників експерименту, що є вкрай важливим для психофізичного розвитку, вдосконалення фізичних навичок та координації рухів школярів 12 років із депривацією зору.

Для порівняльного аналізу та визначення статистичної достовірності виявлених змін, необхідно спочатку розрахувати середні значення, медіани, стандартні відхилення та інші статистичні показники, які допоможуть об'єктивно порівняти отримані дані (табл. 1).

Таблиця 1

**Результати перевірки на нормальність розподілів даних тесту на
рівновагу у школярів 12 років із депривацією зору до та після
експерименту**

Група	Час тестування	Критерії узгодженості			
		Колмогорова-Смирнова з виправленням Лілієфорса		Шاپіро-Уїлка	
		D	p	W	p
Діти 12 років (n=13)	до експерименту	0,392	p<0,05	0,628	p<0,05
	після експерименту	0,191	p>0,20	0,911	p>0,10
Хлопці 12 років (n=8)	до експерименту	0,391	p<0,05	0,641	p<0,05
	після експерименту	0,183	p>0,20	0,887	p>0,20
Дівчата 12 років (n=5)	до експерименту	0,367	p<0,05	0,684	p<0,05
	після експерименту	0,186	p>0,20	0,943	p>0,20
Школярі спеціальної групи А (n=7)	до експерименту	0,435	p<0,05	0,6	p<0,05
	після експерименту	0,194	p>0,20	0,948	p>0,20
Школярі спеціальної групи Б (n=6)	до експерименту	0,319	p<0,10	0,683	p<0,05
	після експерименту	0,333	p<0,05	0,852	p>0,10

Після цього можна буде проаналізувати центральну тенденцію та визначити статистичну достовірність змін. Проте передусім важливо визначитися з тим, наскільки розподіл результатів відповідає нормальному закону.

Дані таблиці показують, що розподіли показника рівноваги у загальній групі дітей 12 років, а також у групах з урахуванням їхньої статі та режиму фізичних навантажень до експерименту були неузгодженими з нормальним розподілом. А тому, не зважаючи на зростання рівня відповідності нормальному закону результатів після його закінчення, ми мали аналізувати центри розподілів за медіанами, а також застосовувати критерій знакових рангів Вілкоксона для оцінки достовірності виявлених змін (табл. 2).

Таблиця 2

Зміни показника функціонального стану рівноваги школярів 12 років із депривацією зору протягом експерименту

Час тестування	Статистичні показники	Діти 12 років	з урахуванням статі		з урахуванням групи здоров'я	
			хлопці	дівчата	2 група	3 група
		n=13	n=8	n=5	n=7	n=6
До експерименту	$\bar{x}$	28,4	28,4	28,4	28,3	28,5
	s	0,51	0,52	0,55	0,49	0,55
	Me	28	28	28	28	29
	25%	28	28	28	28	28
	75%	29	29	29	29	29
Після експерименту	$\bar{x}$	21,7	22,6	20,2	21,4	22
	s	3,5	3,25	3,7	3,55	3,74
	Me	22	23	21	21	23
	25%	21	22	18	20	22
	75%	24	25	23	24	24
Достовірність змін	T	0	0	0	0	0
	p	p<0,01	p≤0,01	p≤0,05	p<0,05	p≤0,05

Примітка. Рівень достовірності відмінностей визначався за такими критичними значеннями: $T_{кр}(13; 0,01)=9$; $T_{кр}(8; 0,01)=0$; $T_{кр}(7; 0,05)=2$; $T_{кр}(6; 0,05)=0$; $T_{кр}(5; 0,05)=0$.

Аналізуючи отримані дані щодо змін у показнику функціонального стану рівноваги школярів 12 років із депривацією зору протягом експерименту, можна встановити, що покращення за медіанами відповідного показника становить 6 спроб. Іншими словами, їхня здатність утримувати рівновагу стала значно розвиненішою, що підтверджується результатами статистичного аналізу на рівні значущості $p < 0,01$.

Учасники експерименту чоловічої статі після його завершення здійснювали на 6 спроб менше для утримання рівноваги протягом хвилини ($p \leq 0,01$), а дівчата - менше на 7 спроб, ніж до початку експерименту ($p \leq 0,05$). Також виявлено позитивні зміни у виконанні цього тесту дітьми спеціальної медичної групи А (на 7 помилок за хвилину менше, $p < 0,05$) та дітьми спеціальної медичної групи Б (на 6 помилок менше, $p \leq 0,05$).

Висновки

Підбиваючи підсумки дослідження із школярами 12 років із депривацією зору, можна визначити, що програма корекції проявів моторних порушень є ефективною, так як загальний позитивний тренд у рівновазі свідчить про ефективність програми корекції проявів моторних порушень для розвитку цього аспекту у дітей 12 років з депривацією зору, і це підтверджується статистично достовірними змінами.

Список використаних джерел

1. Буховець Б. О., Онищук С. О., Долинський Б. Т., Начинова О. В. Відмінні риси показників фізичної підготовленості школярів із порушенням зору в порівнянні з їхніми відносно здоровими однолітками. *OLYMPICUS*. 2024. № 2. С. 39–45. doi.org/10.24195/olympicus/2024-2.5.

2. Буховець Б., Кашуба В., Тодоров П. Диференціація показників фізичної підготовленості школярів із порушенням зору відповідно до спеціальної медичної групи. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2024. № 17. С. 334–343.

3. Данків А. Особливості фізичного розвитку дітей з порушеннями зору. *Вісник Прикарпатського національного університету. Серія: Фізична культура*. 2010. №11. С. 134–139.

4. Кравченко І., Гладов В. Особливості фізичного виховання дітей із порушеннями зору. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2017. № 1 (65). С. 250–259.

5. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник. Київ, 2011. 224 с.

Bukhovets B. O.

CHANGES IN THE FUNCTIONAL STATE OF BALANCE OF 12-YEAR-OLD SCHOOLCHILDREN WITH VISUAL IMPAIRMENT

Annotation. *In 12-year-old schoolchildren with visual impairment, persistent disturbances of the functional state of balance are noted, to improve which adaptive physical education programs are used. The presented program is conceptually a set of views united by a fundamental idea, leading idea and goal. A feature of the presented program is the development of complexes of corrective physical exercises, techniques of kinesiotaping of body muscles, mobile and sports games in accordance with a special medical group. According to the obtained results of the study of the state of balance according to the "Flamingo" test at the beginning and at the end of the experiment, it can be assumed that the presented program influenced the improvement of the balance of the participants of the experiment, which is extremely important for the development of coordination of movements.*

Key words: *schoolchildren, adaptive physical education, visual deprivation, program.*

Наукове видання

АДАПТАЦІЙНІ МОЖЛИВОСТІ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

XIV Міжнародної науково-практичної конференції,
присвяченої
105-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації,
біології і охорони здоров'я та
60-річчю створення лабораторії функціональної діагностики
імені професора Т. М. Цонєвої

19–20 вересня 2024 року
м. Одеса

Частина 2

Матеріали зверстані з електронних носіїв, наданих авторами публікацій.
Відповідальність за наукову достовірність матеріалів та відсутність плагіату
несуть автори

Головний редактор А. І. Босенко
Технічні редактори: О. В. Бобро
Дизайн обкладинки А. І. Босенко, Н. А. Орлик, М. С. Топчій
(фото Н. А. Орлик)