

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 kineotherapists 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
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
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)

Носко М. О., Дейкун М. П., Мехед О. Б.	
Технології змішаного навчання при підготовці фахівців з громадського здоров'я: поєднання онлайн і традиційних методів.....	234
Пісоцька Л. А., Глухова Н. В., Дукач Л.М.	
Комп'ютерно-інтегрована технологія скринінгової діагностики виявлення адаптаційних резервів організму.....	241
Подрігало О. О., Подрігало Л. В., Го Сяохун	
Застосування психофізіологічних тестів для контролю стану спортсменів-танцюристів.....	252
Приймаков О. О., Sawczuk M., Омельчук О. В., Мазурок Н. С.	
Структура та взаємозв'язки параметрів фізичного розвитку і фізичної підготовленості єдинокорців високої кваліфікації.....	257
Самокиш І. І.	
Моніторинг фізичного розвитку студентів ЗВО методами антропометричних індексів	267
Сергета І. В., Дреженкова І. Л., Стоян Н. В. Шевчук Т. В.,	
Теклюк Р. В., Гончарук Т. І.	
Особливості взаємозалежності показників, які визначають специфічність функціональних можливостей організму студентів з різними підходами до організації рухової діяльності.....	272
Степанова В. С., Трапезнікова С. С., Годзієв М. А., Гуца С. Г., Плакіда О. Л.	
Застосування інноваційних технологій в системі абілітації дітей із затримкою психомовного розвитку.....	281
Trandafiresc E-A., Potop V.	
The hidden game in women's football: a comparative analysis of perceptual, cognitive, psychomotor, and physical skills by positional role.....	286
Хорошуха М. Ф., Босенко А. І., Борщенко В. В.	
Взаємозв'язок смертей молодих спортсменів зі спрямованістю тренувального процесу.....	297
Холодов С. А., Михайлюк І. М.	
Застосування методу динамічної пропріоцептивної корекції у фізичній реабілітації дітей з порушеннями психофізичного розвитку.....	303
Якуба І. П., Гвоздій С. П.	
Особливості викладання вибіркового курсу «Стійкість рослин до абіотичних факторів» з використанням інноваційних технологій навчання.....	308
Яремчишин М. М.	
Психологічні стратегії адаптації молоді під час реабілітації їх родичів – працівників МВС після поранення та взяття у полон.....	314
Наші автори	320

Pryimakov O. O., Marek Savchuk,

Omelchuk O. V., Mazurok N. S.

STRUCTURE AND INTERRELATIONSHIPS OF PARAMETERS OF PHYSICAL DEVELOPMENT AND PHYSICAL FITNESS OF HIGH-SKILL WRESTLERS

The factor structure and interrelations of parameters of physical development (PD) and physical fitness (PE) of high-skill wrestlers have been studied. 44 athletes in Greco-Roman and freestyle wrestling, judo were examined. The leading factors and interrelations of the parameters of the structure of FR and FP, their mutual influence and impact on the level of special performance of wrestlers were determined. The developed mathematical models are recommended to use for modeling and estimation of FR and FP structure as determinants of physical efficiency of wrestlers.

Key words: *wrestlers, factor structure, interrelations, physical development, physical fitness, models.*

УДК 378.013+613.11+611.672+612.06

Самокиш І.І.

(Україна, м. Одеса)

МОНІТОРИНГ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ ЗВО МЕТОДАМИ АНТРОПОМЕТРИЧНИХ ІНДЕКСІВ

Анотація. *В роботі представлені матеріали дослідження фізичного розвитку студентів ЗВО за допомогою антропометричних індексів, як: індекс Пінья; індекс пропорційності (індекс Леві); ваго-ростовий індекс (індекс Кетле); індекс Брока-Брукша; життєвий індекс; силові індекси. Дослідження фізичного розвитку за допомогою індексів показали, що в більшості випадків студенти мали нижчі за середні і низькі показники згідно допустимих нормативних меж.*

Ключові слова: *фізичний розвиток, антропометричні індекси, студенти.*

Актуальність. Останнім часом у зв'язку з погіршенням соціально-економічних і екологічних умов, зниженням якості життя виявляються негативні зрушення у стані здоров'я української студентської молоді. Регулярні медичні обстеження студентів виявляють значне погіршення стану здоров'я, відставання фізичного розвитку, а також високий відсоток осіб, що мають хронічні захворювання. Стан здоров'я сучасної молоді становить реальну загрозу національній безпеці країни. Незадовільний стан фізичного розвитку та фізичної підготовленості студентів вказує на необхідність пошуку нових технологій діагностики функціональних можливостей. Проблема може бути успішно вирішена за умови отримання повної і достовірної інформації про динаміку фізичного розвитку і функціонального стану студентів в процесі навчання, а також застосування комплексних методів її узагальнення [1; 4; 5].

Вивчення рівня фізичного розвитку студентів за допомогою антропометричних індексів є актуальним в наш час. Антропометричними індексами називається величина співвідношення двох або кількох показників фізичного розвитку. Порівняння окремих індексів може дати уявлення про ступінь пропорційності розвитку, як окремого індивідуума, так і групи обстежених. Антропометричні індекси разом з параметрами фізичної підготовленості, фізичної працездатності дають цілісне уявлення про функціональні можливості та рівень здоров'я студентської молоді.

Методи дослідження. Рівень фізичного розвитку студентів досліджувався за допомогою таких антропометричних індексів, як: індекс Піньє; індекс пропорційності (індекс Леві); ваго-ростовий індекс (індекс Кетле); **індекс Брока-Брукша**; життєвий індекс; силові індекси. У дослідженні брали участь студенти 17-19 років (n=150), які навчались у Південноукраїнському національному педагогічному університеті імені К.Д. Ушинського (м. Одеса) та Одеській національній академії зв'язку імені О.С. Попова.

Результати та їх обговорення. Індекс Піньє [2] показує співвідношення між довжиною тіла стоячи, масою тіла й окружністю грудної клітини. Отримані дані свідчать про те, що майже половина студенток (41,9%) 17-19 років мали низький рівень пропорційності статури. Добру й міцну статуру мали більшість студентів чоловічої статі (53,7%).

Індекс пропорційності (індекс Леві) [2] пов'язує між собою такі показники, як окружність грудної клітки і довжину тіла стоячи. Він характеризує тип статури і розвиток м'язів тіла.

Виділяють нормостенічний, астенічний і гіперстенічний типи статури. Серед студентів жіночої та чоловічої статі виявлено різний відсотковий розподіл за типами статури.

Насторожує той факт, що серед дівчат 17-19 років є досить значна кількість астеніків, тобто осіб, які мають вузьку грудну клітку, вузькі плечі відносно довжини тіла (42,5%). Більшість хлопців тієї ж вікової групи відносились до нормостеніків (49,4%). Краща ступінь міцності статури і кількість нормостеніків у групі юнаків 17-19 років пов'язана з природними біологічними відмінностями між чоловічою і жіночою статтю.

Ваго-ростовий індекс (індекс Кетле) [2; 3] дає оцінку щодо оптимальних значень, перевищення яких свідчить про надлишок або нестачу маси тіла. Середні значення ваго-ростового індексу (нормальний діапазон, найменші ризики для здоров'я) у дівчат і хлопців 17-19 років мали лише 28,4 і 30,9% відповідно.

У більшості студентів відзначались високі значення коефіцієнта (48,5-51,4%), що свідчить про надлишок маси тіла. Близько п'ятої частини всіх студентів мали низький ваго-ростовий індекс, що може свідчити про нестачу маси тіла.

Більшість показників за **індексом Брока-Брукша** [2; 3] студентів (90,5%) заходила у межах норми, де параметри маси тіла в кілограмах повинні були відповідати параметрам довжини тіла стоячи у сантиметрах з поправками:

- мінус 100 сантиметрів при довжині тіла стоячи від 155 см до 164 см;
- мінус 105 сантиметрів при довжині тіла стоячи від 165 см до 175 см;
- мінус 110 сантиметрів при довжині тіла стоячи від 176 см до 190 см.

Життєвий індекс [2] студентів визначається шляхом ділення ЖЄЛ на масу тіла. У середньому у дівчат він перебував у межах 48-50 мл/кг, у хлопців – 53-55 мл/кг, що може свідчити про недостатність їх життєвої ємності легень або про надмірну вагу тіла.

Силкові індекси визначають розвиток сили окремих груп м'язів відносно маси тіла. Вони розраховуються шляхом ділення показників сили на масу тіла і виражаються у відсотках.

Отримані результати кистьової динамометрії хлопців та дівчат порівнюючи з нормою (середні показники сили кистей рук відносно загальної маси тіла у дорослих чоловіків повинні бути на рівні 60-70%, у жінок – 45-50% [2]) у більшості випадків знаходились нижче за середньому рівні (понад 40% студентів).

Така ж тенденція спостерігалась при встановленні станової сили (понад 42% студентів мали нижче за середній та низький рівні). Показники станової сили відносно загальної маси тіла студентів (хлопців та дівчат) оцінювались таким чином: результати менше 170% загальної маси тіла вважались низькими; 170 - 200% – нижче за середні; 200-230% – середні; 230-250% – вище за середні; понад 260% – високі [2].

Вищенаведені силкові індекси нижче норми були відзначені у близько 65% дівчат і 38% хлопців у віковій групі 17-19 років. Таким чином, силкові показники даної вікової групи у більшій кількості студентів були нижче норми, що говорить про недостатній розвиток м'язів рук та спини, особливо у дівчат. Мабуть, це

пов'язано не тільки з індивідуальними особливостями формування пропорцій тіла обумовлених генотипом, але і способом життя.

Висновки

Дослідження фізичного розвитку за допомогою індексів показали, що в більшості випадків студенти мали нижчі за середні і низькі показники щодо допустимих нормативних меж. Отримані результати дослідження можуть бути використані в практичній діяльності для оцінки рівня і гармонійності фізичного розвитку студентів, при оцінці впливу тих чи інших факторів навколишнього середовища, зокрема навчального процесу, на здоров'я з розробкою відповідних оздоровчих методик.

Список використаних джерел

1. Самокиш І.І. Основні проблеми моніторингу функціональних можливостей студентів вишів під час навчально-виховного процесу фізичного виховання. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /фізична культура і спорт/*. К.: НПУ, 2017. Вип. 5 К (86) 17. С. 295-299.
2. Самокиш І.І. Моніторинг функціональних можливостей студентів вишів у навчально-виховному процесі фізичного виховання: [монографія]. Одеса: ОНАЗ імені О.С. Попова, 2018. 292 с.
3. Самокиш І.І. Вдосконалення навчального процесу фізичного виховання у закладах вищої освіти з урахуванням комплексного моніторингу функціональних можливостей студентів: [навчальний посібник]. Одеса: ОНАЗ імені О.С. Попова, 2018. 68 с.
4. Samokih I. Hysteretic method of identifying features as a criterion for evaluating performance in physical education in higher education. *Physical Education of Students*. 2011. №4. P. 71-74.

5. Samokish I., Bosenko A., Pryimakov O., Biletskaya V. Monitoring system of functional ability of university students in the process physical education. *Central European Journal of Sport Sciences and Medicine*. Vol. 17. № 1. 2017. P. 75-80.

Samokysh Ivan

MONITORING OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF STUDENTS BY METHODS OF ANTHROPOMETRIC INDICES

Annotation. The paper presents research materials on the physical development of students using anthropometric indices, such as: the Pigeon index; proportionality index (Levi index); weight-height index (Quetelet index); Brock-Brooksh index; vital index; power indices. Studies of physical development with the help of indices showed that in most cases students had lower than average and low indicators according to permissible normative limits.

Key words: physical development, anthropometric indices, students.

УДК 796.03/.01:378.1

Сергета І. В., Дреженкова І. Л., Стоян Н. В.,

Шевчук Т. В., Теклюк Р. В., Гончарук Т. І.

(Україна, м. Вінниця)

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗАЛЕЖНОСТІ ПОКАЗНИКІВ, ЯКІ ВИЗНАЧАЮТЬ СПЕЦИФІЧНІСТЬ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ОРГАНІЗМУ СТУДЕНТІВ З РІЗНИМИ ПІДХОДАМИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ РУХОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Резюме. В ході проведених досліджень встановлені особливості взаємозалежності показників, котрі визначають особливості функціонального стану і адаптаційних можливостей організму дівчат і юнаків, які відзначаються різними підходами до організації рухової діяльності, виявлено, що

Наукове видання

АДАПТАЦІЙНІ МОЖЛИВОСТІ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ

З Б І Р Н И К Н А У К О В И Х П Р А Ц Ь

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 плагиату
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)