

**Волинський національний університет  
імені Лесі Українки  
Кафедра фізичної терапії та ерготерапії**

# **СУЧАСНІ ОЗДОРОВЧО-РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ**

**Матеріали I Регіональної науково-практичної  
конференції молодих учених**

**Випуск 10**



**Луцьк – 2020**

С 91

УДК 796 (05)

Свідомство про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації:  
серія КВ № 14690-3661Р видане 21.05.2008 р.

**РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:**

- |                 |  |
|-----------------|--|
| Андрійчук О.Я   | – доктор наук з фізичного виховання та спорту,<br>професор (голова редакційної колегії)                  |
| Сітовський А.М. | – кандидат наук з фізичного виховання та спорту,<br>доцент (відповідальний секретар редакційної колегії) |
| Валецький Ю.М.  | – доктор медичних наук, професор   |
| Колесник Г.В.   | – доктор медичних наук, професор   |
| Цюпак Т.Є.      | – кандидат педагогічних наук, доцент   |
| Якобсон О.О.    | – кандидат медичних наук, доцент   |
| Усова О.В.      | – кандидат біологічних наук, доцент  |
| Лавринюк В.Є.   | – кандидат медичних наук, доцент   |
| Сергеев В.М.    | – кандидат медичних наук, доцент   |
| Тучак А.М.      | – кандидат педагогічних наук, доцент   |
| Грейда Н.Б.     | – кандидат педагогічних наук, доцент   |
| Ульяницька Н.Я. | – кандидат біологічних наук  |
| Гайдучик П.Д.   | – кандидат психологічних наук  |

Сучасні оздоровчо-реабілітаційні технології : матеріали I Регіональної науково-практичної конференції молодих учених / ВНУ ім. Лесі Українки, каф. фіз. терапії та ерготерапії ; редкол.: О. Я. Андрійчук [та ін.]. – Луцьк, 2020. – Вип. 10. – 111 с.

У збірнику вміщено тези доповідей, що висвітлюють сучасні технології оздоровчої та реабілітаційної роботи з різними категоріями населення.

Збірник розрахований на фізичних терапевтів, аспірантів, магістрантів й студентів галузі знань «Охорона здоров'я».

*Видається за рішенням кафедри фізичної терапії та ерготерапії  
(протокол № 5 від 28 грудня 2020 року).*

## ЗМІСТ

<b>Грейда Наталія, Вуйцик Віталій</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ КІФОЛОРДОТИЧНІЙ ПОСТАВІ У ДІТЕЙ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ .....	7
<b>Ульяницька Наталія, Гарбарчук Віталій</b> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ХВОРИХ ІШЕМІЧНОЮ ХВОРОБОЮ СЕРЦЯ НА САНАТОРНОМУ ЕТАПІ ВІДНОВНОГО ЛІКУВАННЯ.....	9
<b>Гупік Марія, Усова Оксана</b> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ГІПОТОНІЇ .....	11
<b>Зінченко Руслан</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ТА СЕРЦЕВА РЕАБІЛІТАЦІЯ У ПАЦІЄНТІВ З СЕРЦЕВО-СУДИННИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ.....	13
<b>Івашиків Марія, Кондзерська Вероніка</b> ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ХРОНІЧНИХ ОБСТРУКТИВНИХ ЗАХВОРЮВАННЯХ ЛЕГЕНЬ .....	17
<b>Капризова Надія</b> АМБУЛАТОРНА ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗІ ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА .....	19
<b>Карпук Юлія, Якобсон Олена</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ АРТЕРІАЛЬНІЙ ГІПЕРТЕНЗІЇ II СТАДІЇ.....	22
<b>Ульяницька Наталія, Міщук Діана</b> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПАЦІЄНТІВ ПІСЛЯ АРТРОСКОПІЇ КОЛІННОГО СУГЛОБА У ВІДНОВНОМУ ПЕРІОДІ .....	24
<b>Цюпак Тетяна, Німчук Ольга</b> ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА ПСИХОМОТОРНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ З СИНДРОМОМ ДАУНА.....	26
<b>Ульяницька Наталія, Ознамець Наталія</b> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ОСІБ З ТРАВМАТИЧНИМ УШКОДЖЕННЯМ ГОЛОВНОГО МОЗКУ НА ЕТАПІ ВІДНОВНОГО ЛІКУВАННЯ.....	28
<b>Грейда Наталія, Остролуцька Діана</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ НЕЙРОЦИРКУЛЯТОРНІЙ ДИСТОНІЇ У ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ .....	30
<b>Пахнюк Наталія, Грицай Оксана</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ДЛЯ ВІДНОВЛЕННЯ ХОДЬБИ В ОСІБ ПІСЛЯ ІНСУЛЬТУ .....	33

<b>Грейда Наталія, Первов Валерій</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ТРАВМАТИЧНИХ УШКОДЖЕННЯХ ШИЙНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА У ЮНАКІВ ТА ДІВЧАТ 18-19 РОКІВ.....	35
<b>Приймачук Владислав, Якобсон Олена</b> ЕФЕКТИВНІСТЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ОСТЕОАРТРОЗІ КУЛЬШОВОГО СУГЛОБУ .....	37
<b>Роман Уляна</b> ПРОБЛЕМА ВЕГЕТАТИВНИХ ДИСФУНКЦІЙ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ .....	39
<b>Трохимчук Олена</b> ЕФЕКТИВНІСТЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ВІДНОВЛЕННІ ФУНКЦІЇ ВЕРХНЬОЇ КІНЦІВКИ ХВОРИМ, ЩО ПЕРЕНЕСЛИ ІШЕМІЧНИЙ ІНСУЛЬТ У РАННЬОМУ ВІДНОВНОМУ ПЕРІОДІ .....	41
<b>Троць Олена, Якобсон Олена</b> ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПАЦІЄНТІВ З ХРОНІЧНИМИ ОБСТРУКТИВНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ ЛЕГЕНЬ .....	43
<b>Усова Оксана, Чех Олена</b> ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДЛЯ ПАЦІЄНТІВ З НЕПОВНОЮ ТРАВМОЮ СПИННОГО МОЗКУ .....	46
<b>Грейда Наталія, Шеремета Марія</b> КОРЕКЦІЯ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ГЛУХИХ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ КІНЕЗІОТЕРАПІЇ .....	48
<b>Грейда Наталія, Юхимук Вадим</b> КОРЕКЦІЯ ПОКАЗНИКІВ МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ТА РУХОВОЇ ФУНКЦІЇ ПРИ ЦЕРЕБРАЛЬНОМУ ПАРАЛІЧІ У ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ .....	50
<b>Чурпій Ігор, Голод Наталія, Янів Олеся, Федорівська Леся, Куравська Юлія, Тудоси Василина</b> ШЛЯХИ УДОСКОНАЛЕННЯ ЗАСВОЄННЯ СТУДЕНТАМИ ПРАКТИЧНИХ НАВИЧОК З ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ .....	52
<b>Дутчак Юрій, Томчишена Наталія</b> ОСОБИСТІСНІ ЧИННИКИ ЕФЕКТИВНОЇ УПРАВЛІНСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖЕРА .....	54
<b>Ризак Володимир, Квіквінія Палміра</b> ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ У ЛЮДСЬКІЙ ДІЯЛЬНОСТІ .....	59
<b>Квасниця Олег, Щеглюк Роман</b> РОЗВИТКОК ВИТРИВАЛОСТІ ЮНИХ ЛЕГКОАТЛЕТІВ, ЯКІ СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ У БІГУ НА ДОВГІ ДИСТАНЦІЇ .....	61

<b>Сахарук Любомир</b> КЛІНІКО - ПСИХОПАТОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РЕКУРЕНТНОГО ДЕПРЕСИВНОГО РОЗЛАДУ .....	66
<b>Камалян Ерік, Гайдучик Петро</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ВЕРТЕБРОГЕННОМУ ОСТЕОХОНДРОЗІ .....	67
<b>Ніколайчук Андрій, Гайволя Руслан</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ АРТРОЗІ КОЛІННОГО СУГЛОБА .....	70
<b>Конончук Надія, Тучак Анатолій</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ СТЕГНОВОЇ КІСТКИ.....	72
<b>Бойковська Вікторія</b> ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ЛІКУВАЛЬНОЇ ГІМНАСТИКИ ВАГІТНИМ .....	74
<b>Димидюк Антон, Тучак Олег</b> ОРГАНІЗАЦІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ДІТЕЙ З НАДЛИШКОВОЮ МАСОЮ ТІЛА ТА ОЖИРІННЯМ .....	77
<b>Ліщина Олена, Мельничук Вікторія</b> ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА ПОКАЗНИКИ САМОПОЧУТТЯ, АКТИВНОСТІ ТА НАСТРОЮ НАРКОЗАЛЕЖНИХ ОСІБ .....	79
<b>Олійник Сергій, Андрійчук Ольга</b> ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ КОРОНАВІРУСНІЙ ХВОРОБІ	81
<b>Пантелєєв Владислав</b> КОРЕКЦІЙНА АНІМАЛОТЕРАПІЯ ПРИ ПОРУШЕННЯХ М'ЯЗОВОГО ТОНУСУ .....	83
<b>Сава Марія-Марта</b> ВЕРБАЛЬНІ ТА ТАКТИЛЬНІ МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НЕДОНОШЕНИХ ДІТЕЙ .....	85
<b>Андрійчук Богдан</b> РЕАКЦІЯ КАРЦИНОМИ МОЛОЧНОЇ ЗАЛОЗИ НА НЕОАД'ЮВАНТНУ ПОЛІХІМІОТЕРАПІЮ .....	87
<b>Головерса Олена, Грицай Оксана</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ХВОРОБІ ПАРКІНСОНА.....	89
<b>Лойко Ірина</b> ВПЛИВ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ТА ГОСТРОТУ ЗОРУ ДІТЕЙ 9-10 РОКІВ З КОРОТКОЗОРИСТІЮ.....	91
<b>Сітовський Андрій, Савчук Ігор, Слюсар Аліна, Олійник Яна</b> ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ РЕЗЕРВ СЕРЦЯ ТА ФІЗИЧНА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ПІДЛІТКІВ 12-14 РОКІВ РІЗНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП.....	94

<b><i>Цюпак Тетяна, Вронський Михайло</i></b> ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА МОРФО-ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ПІДЛІТКІВ ІЗ СКОЛІОЗОМ І-ІІ СТУПЕНЯ.....	96
<b><i>Грейда Наталія, Ютовець Іван</i></b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ТРАВМАХ ГОМІЛКОВОСТОПНОГО СУГЛОБУ У ФУТБОЛІСТІВ.....	99
<b><i>Костишин Денис</i></b> ФІЗИЧНА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ТА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ БІОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ .....	101
<b><i>Бойчук Вікторія</i></b> ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧОЇ АЕРОБІКИ НА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ТА РУХОВИЙ РОЗВИТОК ДІВЧАТ-ПІДЛІТКІВ.....	104
<b><i>Воловник Олександр</i></b> РОЗВИТОК СИЛОВОЇ ВИТРИВАЛОСТІ В АТЛЕТИЧНІЙ ГІМНАСТИЦІ З УРАХУВАННЯМ МОРФОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ.....	106
<b><i>Гарбарець Олена</i></b> РЕАКЦІЯ СИСТЕМИ ДИХАННЯ НА СИЛОВІ НАВАНТАЖЕННЯХ У ЮНАКІВ 15-17 РОКІВ .....	108

*Бойчук Вікторія*

## **ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧОЇ АЕРОБІКИ НА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ТА РУХОВИЙ РОЗВИТОК ДІВЧАТ-ПІДЛІТКІВ**

*Хмельницький інститут соціальних технологій Університету «Україна»*

**Вступ.** Інтенсивний розвиток жіночого спорту є реалією нашого часу. Вплив спортивного тренування на організм описано в ряді досліджень, але практично всі вони присвячені чоловікам. В дівчат-підлітків різної міри тренуваності рівень соматовегетативного та рухового розвитку неоднаковий. Відомо, що фізичний розвиток дівчат-спортсменок, відрізняється від організму нетренованих тотальними розмірами: формою й масою тіла, обводом грудної клітки, а також фізичними якостями: силою, гнучкістю, координацією рухів, психологічними особливостями. Спортивне тренування значною мірою удосконалює опорно-руховий апарат, змінює функції всіх систем організму. Під його впливом спостерігається явний розвиток органів дихання. Тренування суттєво впливає на серцево – судинну систему [1-6]. Різниця в рівні розвитку і стану ФСД обумовлені специфікою органів дихання, кровообігу, кровотворення, потребою організму в кисні, що не може не позначитись на соматовегетативному та руховому розвитку.

З настанням у дівчат-спортсменок статевої зрілості соматовегетативний та руховий розвиток супроводжується специфічними відмінностями, що пов'язані з фізичними навантаженнями та біологічними особливостями тренуваного організму, ці відмінності є мало вивченими на сьогоднішній день і потребують уваги.

**Мета дослідження** полягає в дослідженні особливостей фізичної працездатності, соматовегетативного та рухового розвитку дівчаток, що займаються у секції аеробіки.

**Методи дослідження.** Фізична працездатність визначалась за показниками субмаксимального тесту  $PWC_{170}$ . Досліджувались наступні параметри функціонального стану кардіореспіраторної системи: частота серцевих скорочень (ЧСС), артеріальний тиск (АТ) – систолічний, діастолічний, пульсовий та середній, індекс Робінсона "подвійний добуток" (ПД), систолічний індекс (СІ), адаптаційний потенціал системи кровообігу (АП), життєва ємність легень (ЖЕЛ), максимальна затримка дихання (МЗД), максимальний тиск видиху (МТВ), максимальна об'ємна швидкість вдоху та видиху (МОШвд, МОШвид), життєвий індекс (ЖІ), максимальне поглинання кисню (МПК).

**Результати дослідження.** При аналізі фізичного розвитку не спостерігається значних відмінностей за показниками довжини, маси тіла та індексу Кетле як в 13 так і в 14 років.

Абсолютні та відносні показники фізичної працездатності, за тестом  $PWC_{170}$ , в 13 років між дівчатками контрольної та експериментальної групи не відрізняються. В 14 років у дівчат, що займаються аеробікою, відмічаються достовірно вищі показники фізичної працездатності.

Показники адаптаційного потенціалу системи кровообігу достовірно вищі в дівчаток контрольної групи в обох вікових періодах. Хоча з віком вони дещо знижуються в контрольній групі та не суттєво зростають в експериментальній. Що дозволяє говорити про більш сприятливі адаптаційні можливості системи кровообігу у школярок, які займаються аеробікою.

Аналіз результатів вивчення функціонального стану системи дихання показав, що в стані відносного спокою життєва ємність легень, життєвий індекс, час максимальної затримки дихання і максимальний тиск видиху у дівчаток, що займаються аеробікою більші у порівнянні з їх однолітками-неспортсменами як в 13 так і в 14 років.

Зростання фізичної працездатності та функціональних можливостей всіх ланок кардіореспіраторної системи у дівчаток 13-14 років є одним з важливих оздоровчих ефектів занять аеробікою.

**Висновки.** З віком працездатність зростає. Регулярні заняття спортом вносять певні зміни в природній хід онтогенетичного розвитку. Показники фізичної працездатності вищі у спортсменів, в порівнянні з неспортсменами. Адаптаційний потенціал системи кровообігу достовірно кращий у дівчат, що займаються аеробікою.

#### *Список використаних джерел*

1. Сітовський А. М. Річна динаміка фізичної працездатності дівчаток 7-их класів в умовах трьох уроків фізичної культури залежно від темпів їх біологічного розвитку / А. М. Сітовський // Сучасні оздоровчо-реабілітаційні технології : зб. наук. пр. – Луцьк, 2005. – № 1. – С. 146–150.
2. Сітовський А. М. Фізична працездатність підлітків в умовах диференційованого фізичного виховання з урахуванням темпів їх біологічного дозрівання / А. М. Сітовський // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац ун-ту ім Лесі Українки / уклад.: А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк, 2009. – № 1 (5). – С. 61– 65.
3. Сітовський А. М. Функціональний стан серцево-судинної системи як критерій диференціації фізичного навантаження для школярів / А. М. Сітовський // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – Луцьк, 2002. – Т. 2. – С. 34–36.
4. Сітовський А. М. Особливості річної динаміки фізичної працездатності хлопчиків 7-их класів в залежності від темпів їх біологічного розвитку / А. М. Сітовський // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. – Львів, 2005. – Вип. 9, т. 4. – С. 58–62.
5. Сітовський А. М. Диференційована фізична підготовка учнів 7-их класів з урахуванням темпів їх біологічного розвитку / А. М. Сітовський // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. – Львів: НВФ „Українські технології”, 2006. – Вип. 10, т. 1. – С. 113–118.
6. Сітовський А. М. Функціональний стан кардіореспіраторної системи дівчат 13-14 років у процесі занять оздоровчою аеробікою / А. М. Сітовський, В.А.



Кренделева // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Вип. 8. – Харків: ХДАФК, 2005. – С. 229-232.

*Воловник Олександр*

## **РОЗВИТОК СИЛОВОЇ ВИТРИВАЛОСТІ В АТЛЕТИЧНІЙ ГІМНАСТИЦІ З УРАХУВАННЯМ МОРФОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ**

*Хмельницький інститут соціальних технологій Університету «Україна»*

**Вступ.** Незважаючи на велику значимість силової витривалості в структурі фізичної підготовленості культуристів, вона досліджувана поки недостатньо як у теоретичному, так і в практичному аспектах. Дотепер слабо вивчена її структура, не вистачає науково обґрунтованих даних про методику розвитку витривалості з урахуванням індивідуальних особливостей осіб що займалися (віку, статі, морфофункціонального розвитку, рівня підготовленості) [1-6]. На сьогоднішній день особливо важлива розробка методики удосконалювання силової витривалості в культуристів різноманітних типів статури (конституції), тому що в цьому виді спорту, поряд із розвитком силових спроможностей, особлива увага акцентується на формуванні гарної статури. На жаль, конкретні експериментальні дослідження в цьому напрямку поки відсутні.

У зв'язку з цим проблема розвитку силової витривалості культуристів з урахуванням їхніх морфологічних особливостей є дуже актуальною і має значний науково-пізнавальний і практичний інтерес.

**Мета дослідження** - теоретична розробка й експериментальне обґрунтування методики розвитку силової витривалості культуристів 16-18 років різних соматотипів.

**Методи дослідження.** Теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури; опитування у формі інтерв'ю і бесіди; педагогічні спостереження; тестування фізичної підготовленості і функціонального стану; антропометрія; педагогічний експеримент; математико-статистичесний аналіз.

**Результати дослідження.** Встановлено, що між показниками силової витривалості і морфофункціональними характеристиками, рівнем розвитку силових спроможностей існує неоднозначна кореляційна залежність у представників різних соматотипів. Позитивний кореляційний взаємозв'язок спостерігається між розмірними ознаками, складом тіла й абсолютних показників силової витривалості. Вона тим вище, чим більше вага що переборюється обтяження. Причому ця залежність має більш виражений характер у мезоморфів і екторморфів, у порівнянні з ендоморфами. Достовірний кореляційний зв'язок відносних показників силової витривалості з морфологічними ознаками