

**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

**Цюпак Тетяна, Вронський Михайло**

ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА МОРФО-ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН  
ПІДЛІТКІВ ІЗ СКОЛІОЗОМ І-ІІ СТУПЕНЯ..... 96

**Грейда Наталія, Ютовець Іван**

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ТРАВМАХ ГОМІЛКОВОСТОПНОГО  
СУГЛОБУ У ФУТБОЛІСТІВ ..... 99

**Костишин Денис**

ФІЗИЧНА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ТА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЮНИХ  
ФУТБОЛІСТІВ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ БІОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ ..... 101

**Бойчук Вікторія**

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧОЇ АЕРОБІКИ НА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ТА  
РУХОВИЙ РОЗВИТОК ДІВЧАТ-ПІДЛІТКІВ..... 104

**Воловник Олександр**

РОЗВИТОК СИЛОВОЇ ВИТРИВАЛОСТІ В АТЛЕТИЧНІЙ  
ГІМНАСТИЦІ З УРАХУВАННЯМ МОРФОЛОГІЧНИХ  
ОСОБЛИВОСТЕЙ..... 106

**Гарбарець Олена**

РЕАКЦІЯ СИСТЕМИ ДИХАННЯ НА СИЛОВІ НАВАНТАЖЕННЯХ У  
ЮНАКІВ 15-17 РОКІВ ..... 108

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 екоморфів, у порівнянні з ендоморфами. Достовірний кореляційний зв'язок відносних показників силової витривалості з морфологічними ознаками

виявляється при подоланні зовнішніх опорів 90, 75 і 50% від максимальної сили. У вправах, виконуваних з обтяженнями 30% від індивідуально максимального коефіцієнт кореляції нижче статистично достовірного рівня. На прояв силової витривалості істотний вплив робить рівень розвитку м'язової сили, притім не в однаковому ступені в різних конституціональних групах і при різних рівнях інтенсивності зусиль. Тіснота зв'язку силової витривалості з максимальною м'язовою силою підвищується при збільшенні ваги обтяження. У зоні максимальних, субмаксимальних і великих обтяжень вона більше в порівнянні з зоною малих обтяжень.

На основі порівняльного аналізу структури силової витривалості і чинників, її що обумовлюють, у юнаків різноманітних конституціональних типів розроблені три варіанти тренувальних програм, що мають комплексну спрямованість на розвиток основних компонентів витривалості. У першому варіанті 50% часу приділялося на розвиток силової витривалості й удосконалювання жирового компонента ваги тіла і рельєфності м'язів, 25% - розвитку максимальної сили і силової витривалості і 25% - на розвиток максимальної сили і збільшення обсягу м'язової маси. В другому варіанті 50% часу приділялося на розвиток максимальної сили і збільшення обсягу м'язової маси і 50% - розвитку максимальної сили, силової витривалості і рельєфності м'язів. У третьому варіанті 50% часу використовувалося на розвиток максимальної сили і збільшення обсягу м'язової маси, 25% - на розвиток максимальної сили і силової витривалості і 25% - на розвиток силової витривалості й удосконалювання форм м'язів тіла.

**Висновки.** Програмування тренувального процесу з урахуванням морфологічних особливостей юних культуристів дозволяє диференціювати процес силової підготовки і забезпечити найбільше ефективний розвиток силової витривалості і її основних компонентів.

#### *Список використаних джерел*

1. Вейдер Джо. Система строительства тела. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 112 с.
2. Гайволя Р. Педагогічні умови організації позакласної роботи з фізичного виховання учнів старших класів // Молодіжний науковий вісник. – №5. – 2014. – С. 29-33.
3. Гайдук І. Атлетична гімнастика в системі фізичного виховання дітей старшого шкільного віку // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 10: У 4-х т. – Львів: НВФ «Українські технології», 2006. – Т.1. – С 141-144.
4. Семенович С., Кіндрат В. Диференційований підхід у процесі навчання юнаків старшої школи атлетичної гімнастики // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. – №2(18). – 2012. – С.125-129. Сітовський
5. 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.

— — — — —

*Гарбарець Олена*

## **РЕАКЦІЯ СИСТЕМИ ДИХАННЯ НА СИЛОВІ НАВАНТАЖЕННЯ У ЮНАКІВ 15-17 РОКІВ**

*Хмельницький інститут соціальних технологій Університету «Україна»*

**Вступ.** Вирішення проблем здоров'я дітей і підлітків, удосконалення їхнього фізичного розвитку, вимагає комплексного виявлення закономірностей індивідуального розвитку організму на всіх етапах онтогенезу. Великий науковий інтерес являє вивчення росту і розвитку організму дітей з різним рівнем рухової активності, що допоможе більш правильно розробляти медико-біологічні програми життєзабезпечення підростаючого покоління. В житті дитини рухова активність є фактором активної біологічної стимуляції, який сприяє удосконаленню механізмів адаптації, підвищенню показників фізичного здоров'я. Гармонійність фізичного розвитку один із найважливіших показників здоров'я [1-4].

Отже, проблема взаємозв'язку і встановлення рівнів загальносоматичного і біологічного розвитку має величезне науково-прикладне значення. Комплексних досліджень фізичного розвитку і стану функціональної системи дихання підлітків при адаптації до фізичних вправ силового характеру в доступній нам літературі недостатньо. Вікові особливості становлення моторики, та її вегетативного забезпечення у школярів вивчені недостатньо. Між тим, знання закономірностей розвитку даного контингенту вимагає першочергової уваги.

**Мета дослідження:** вивчити показники зовнішнього дихання під впливом навантаження силового характеру в підлітків 15-17 років.

**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.** У якості силового навантаження ми пропонували такі види вправ: згинання і розгинання рук в упорі лежачи, кількість разів, утримання кута у висі на щабліні, у сек. Проведені дослідження дозволили виявити деякі особливості у розвитку функціональних можливостей апарату дихання в учнів. Дослідження показали, що утримання кута в упорі (сек.) юнаки 15-17 років виконували в середньому 6.4 сек. у 15-річному віці, 10,6 сек. - у 16-річному віці і у 17-річному віці до 11,4 сек.