

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

2. Инагамджанов Т. И. Реабилитация больных при повреждениях коленного сустава / Т. И. Инагамджанов // Спорт. травма. – 2011. – № 5 – С. 28–35.

3. Informatcyino-analitichna dovidka pro stan travmatizmu nevirobnichoho charakteru v Ukraini za 6 micyachiv 2019 roku. Dostupno: <https://www.dsns.gov.ua/files/2019/8/23/555/нф.-аналіт.%20довідка%206%20місяців%202019%20р..doc.pdf> [in Ukrainian].

—————  
*Костишин Денис*

### **ФІЗИЧНА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ТА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ БІОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ**

*Хмельницький інститут соціальних технологій Університету «Україна»*

**Вступ.** У дитячому спорті особливо важливо дотримуватись принципу адекватності: навантаження повинне дозуватися з урахуванням вікових функціональних можливостей організму. Це у свою чергу припускає знання специфіки онтогенетичного розвитку дітей і підлітків в умовах розширеного рухового режиму. Цілком очевидна необхідність розробки моделі онтогенетичного розвитку юних спортсменів при різних формах їхньої фізкультурно-спортивної діяльності. Багато досліджень присвячені адаптації організму дітей і підлітків до різних факторів середовища, у тому числі і до фізичних навантажень [1-7]. Практично у всіх цих роботах з певною часткою значимості розкриті механізми адаптації, вивчені основні закономірності онтогенетичного перетворення енергозабезпечення м'язової діяльності і розвитку рухових якостей, показана особлива роль рухової діяльності в житті дитини. Знання основних закономірностей онтогенетичних перетворень робочих можливостей необхідне для природно-наукового обґрунтування теорії розвитку таких найважливіших рухових якостей, як сили і витривалості з урахуванням біологічних особливостей кожного вікового етапу та у залежності від спрямованості фізичного тренування.

Тому, **метою** нашого дослідження було: дослідити особливості рухової підготовленості та функціонального стану кардіореспіраторної системи юних футболістів на різних етапах пубертатного періоду.

**Методи дослідження.** У медико-біологічну оцінку фізичної підготовленості входило: визначення фізичної працездатності ( $PWC_{170}$ ); визначення розрахунковим шляхом показника максимального споживання кисню (МПК); встановлення швидкості пересування в бігу на короткі і середні дистанції; встановлення ступеня економичності фізичної діяльності за даними ергономічного тесту (ЕТ) і за результатами Гарвардського степу-тесту (ІГСТ);

визначення реакції серцево-судинної системи на фізичну діяльність в умовах тестуючого навантаження по аналізі змін частоти серцевих скорочень (ЧСС). а також за допомогою розрахунку інтегрального показника якості реакції кровообігу (ПКР) по формулі Б. Н. Кушелевського; дослідження стану зовнішнього дихання в умовах тестуючого навантаження з використанням спірографа "Мета-тест-І".

**Результати дослідження.** Якщо зіставити динаміку МПК із результатами ергономічного тестування і рівнем  $PWC_{170}$  при двох крайніх варіантах статевого розвитку, то ми не одержимо переконливих даних про одночасне узгоджене збільшення всіх цих показників. Так, наприклад, у юних футболістів з більш раннім вступом у пубертат рівень  $PWC_{170}$ , починаючи з 7 класу, прогресивно наростає і був вірогідно вище ( $P < 0,05$ ) ніж у футболістів з більш пізнім вступом у пубертат, тоді як рівень МПК у них практично не змінювався і знаходився на стабільно більш низькому рівні в порівнянні з групою ретардантів. Поясненням феномена підвищення рівня  $PWC_{170}$  при низькому МПК в акселератів може бути те, що на завершальних етапах пубертата є присутнім велика частка анаеробного компонента в загальному енергетичному балансі й ефективність фізичної роботи меншою мірою залежить від МПК. Дана концепція підтверджується результатами ергономічного тестування. Підвищення економічності пересування при циклічних навантаженнях встановлюється саме при прискореному варіанті статевого розвитку. Лише тільки швидкісна витривалість у бігу на 1000 м вища в групі хлопчиків з уповільненим варіантом статевого розвитку. Як уже було зазначено, МПК тісно корелює з часом бігу саме на середніх дистанціях, тому логічно, що в ретардантів на тлі настільки високих величин МПК підтримується більш висока дистанційна швидкість.

Максимальні по інтенсивності навантаження варто вводити в загальний тренувальний режим юних футболістів, починаючи з 4 стадії статевого дозрівання. Саме ця стадія відбиває оптимальну готовність організму до виконання швидкісно-силових вправ. На це вказують насамперед отримані результати ергономічного тестування, а також високий рівень соматичного розвитку й істотне збільшення ваго-ростового показника, що відбиває зростання активної м'язової маси. Таким чином, результати ергономічного тестування свідчать, що на ранніх стадіях статевого дозрівання доцільно виключити з режиму тренувань вправи високої інтенсивності. Варто віддавати перевагу навантаженням аеробного характеру, у яких ведучою фізичною якістю є витривалість.

Незалежно від індивідуальних особливостей статевого розвитку відбувається зниження рівня МПК у перехідні періоди від стадії до стадії, причому це носить односпрямований характер з динамікою наростання і зниження  $PWC_{170}$  у процесі пубертатних змін. Це означає, що в рамках цілісного організму такі ведучі фізичні якості, як загальна витривалість і працездатність мають чітко виражений гетерохронний характер розвитку в



період статевого дозрівання. При цьому найвищі величини МПК відзначаються в дітей і підлітків з більш пізнім терміном вступу в пубертат.

**Висновки.** Специфіка функціонування організму хлопчиків у підлітковому періоді в більшій мірі визначається ступенем статевого розвитку, ніж календарним віком. До того ж, істотні розходження в темпах статевого дозрівання в межах однакової вікової групи призводять до виникнення значної неоднорідності контингенту учнів. В одному класі навчаються школярі з різним ступенем статевого дозрівання, а, отже, і з різними функціональними й адаптаційними можливостями.

*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. Чижик В. Метод визначення біологічного віку хлопців 10-17 років за ступенем розвитку статевих ознак / Віктор Чижик, Андрій Сітовський // Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. – Миколаїв, 2009. – Т. 24. – Вип. 4(1). – С. 241-245.