

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЗАПОРІЗЬКА ПОЛІТЕХНІКА»

Кафедра фізичної терапії та ерготерапії



«Сучасні технології в оздоровчій діяльності»

матеріали

III Всеукраїнської науково-практичної конференції
здобувачів вищої освіти та молодих учених
07 лютого 2025 року

Запоріжжя
НУ «Запорізька політехніка»
2025

УДК 615.825+ 796/799
С91

*Рекомендовано до видання Вченою радою
Національного університету «Запорізька політехніка»
(Протокол № 8 від 25.03.2025 р.)*

Редакційна колегія:

Бурка О.М., канд. пед. наук, доцент

С91

Сучасні технології в оздоровчій діяльності. III

Всеукраїнська науково-практична конференція здобувачів вищої освіти та молодих учених, м. Запоріжжя, 07 лютого 2025 р. [Електронний ресурс] / За заг.ред. Олени БУРКИ. Електрон. дані. – Запоріжжя: НУ «Запорізька політехніка», 2025. – 171 с. – 1 електрон. опт. диск (DVD-ROM); 12 см. – Назва з тит. екрана.

ISBN 978-617-529-489-5

Збірник містить тези доповідей студентів та молодих учених різних спеціальностей. В розміщених матеріалах відображено широкий спектр тематики наукових досліджень медичної та педагогічної сфер, наведено результати досліджень з діагностики, лікування, реабілітації, фізичного виховання, спорту, оздоровчої фізкультури та реабілітації.

Збірник розраховано на широкий загал дослідників та науковців в галузі фізичної терапії та ерготерапії, а також фізичної, реабілітаційної, спортивної медицини, фізичного виховання та спорту.

УДК 615.825+ 796/799

ISBN 978-617-529-489-5

© Національний університет
«Запорізька політехніка»
(НУ «Запорізька політехніка»), 2025

ЗМІСТ

ТЕМАТИЧНИЙ НАПРЯМОК «ІННОВАЦІЙНІ ЗАСОБИ ТА ТЕХНОЛОГІЇ ДІАГНОСТИКИ, ЛІКУВАННЯ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ».....	7
<i>Бариков Д.С., Біденко І. В.</i> МОЖЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ НАСЛІДКІВ БОЙОВОЇ ТРАВМИ.....	7
<i>Воронюк Є.А., Антонова-Рафі Ю.В.</i> ПРОГРАМА РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ СИНДРОМІ ГІПЕРМОБІЛЬНОСТІ СУГЛОБІВ.....	9
<i>Кірчева А.В., Мирна А.І.</i> ПРОГРАМИ ТАНЦІУВАЛЬНО-РУХОВОЇ ТЕРАПІЇ ДЛЯ ПАЦІЄНТІВ ІЗ ХВОРОБОЮ ПАРКІНСОНА.....	13
<i>Ковальова А.А., Кукла А.А.</i> АНАЛІЗ ПРОГРАМИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДЛЯ ПАЦІЄНТІВ З ДИТЯЧИМ ЦЕРЕБРАЛЬНИМ ПАРАЛІЧЕМ ЗІ СПАСТИЧНОЮ ДИПЛЕГІЄЮ.....	15
<i>Ковальова А.А., Циба С.В.</i> КОМПЛЕКС ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ ТЕРАПІЄЮ ДЛЯ ПАЦІЄНТІВ ПІСЛЯ ЕНДОПРОТЕЗУВАННЯ КУЛЬШОВОГО СУГЛОБУ НА ВІДДАЛЕНОМУ ПІСЛЯОПЕРАЦІЙНОМУ ПЕРІОДІ РЕАБІЛІТАЦІЇ.....	17
<i>Ковальова О.В., Осієвська С.В.</i> ЗАСТОСУВАННЯ КОЛЬОРОТЕРАПІЇ ДЛЯ СТАБІЛІЗАЦІЇ ПСИХОСОМАТИЧНОГО СТАНУ ЛЮДИНИ.....	21
<i>Кошля О.В., Акімова Л.С.</i> ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ НАСЛІДКІВ ЛЕГКОЇ ЧМТ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	26
<i>Логвиненко Д.В., Ситник О.А.</i> МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ЛІКУВАННІ СКОЛІОЗУ ПІДЛІТКІВ.....	28
<i>Подвижний С.С., Христова Т.Є.</i> СПЕЦИФІКА ВИКОРИСТАННЯ ПЛАВАННЯ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ ІЗ ЗАТРИМКОЮ ПСИХОФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ.....	30
<i>Пономаренко К.С., Овчаренко С.В.</i> ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я СПОРТСМЕНІВ-ВОЛЕЙБОЛІСТІВ ЯК ЧИННИК УСПІШНОСТІ ЇХ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	35
<i>Романюк О.Н., Романюк С.О.</i> ВИКОРИСТАННЯ ТРИВИМІРНОГО МОДЕЛЮВАННЯ ДЛЯ ДІАГНОСТИКИ ЗАХВОРЮВАНЬ СПИНИ.....	38
<i>Рубан А.К., Стрішкова Ю.С.</i> ВПЛИВ АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА ДІТЕЙ ІЗ РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРА (РАС).....	43

УДК 159.93+371.381

Пономаренко К.С.¹, Овчаренко С.В.²

¹студент, «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту», м. Дніпро

²доц., «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту», м. Дніпро

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я СПОРТСМЕНІВ-ВОЛЕЙБОЛІСТІВ ЯК ЧИННИК УСПІШНОСТІ ЇХ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

В сучасному світі здоров'я людини визнано однією з найбільших цінностей, що відображається в Цілях сталого розвитку як універсальний заклик до дій задля миру і достатку всіх людей планети [5]. Здоров'я, за визначенням Всесвітньої організації збереження здоров'я, є станом цілковитого фізичного, духовного і соціального благополуччя. Серед видів здоров'я особливе місце займає психічне здоров'я як стан інтелектуально-емоційної сфери, загального душевного комфорту, який забезпечує адекватну поведінку людини в різних сферах життя та діяльності.

Складниками та критеріями визначення психічного здоров'я особистості є рівень зрілості пізнавальної та емоційно-вольової сфери, планування та досягнення життєвих цілей та цілей конкретних видів діяльності, рівень адекватності поведінки та прийняття себе як особистості, рівень адекватності стосунків у мікросоціальному середовищі. Зазначені показники є критеріями психічного здоров'я спортсменів як чинника успішності їх змагальної діяльності.

Питання підтримки й збереження психічного здоров'я спортсменів активізувалися на початку ХХІ сторіччя, оскільки спорт вищих досягнень і, особливо, професійний спорт, характеризується значними нервово-психічними навантаженнями та впливом екстремальних чинників на психіку спортсмена. Все це може створити певні передумови до погіршення стану психічного здоров'я спортсменів. У зв'язку з цим можна зазначити, що проблема збереження психічного здоров'я спортсменів є актуальною, має теоретичне і практичне значення [4; с.152].

Сучасний волейбол потребує від тренерів та спортсменів пошуку нових підходів для підвищення результативності змагальної діяльності. З цієї проблеми у науковців і практиків сформувалася чітка позиція щодо необхідності оптимізації системи підготовки висококваліфікованих спортсменів, зокрема в контексті важливості психологічної підготовки та підтримки їх психічного здоров'я [1].

Змагальна діяльність, яка вимагає від спортсмена повної віддачі та роботи на межі своїх можливостей, створює ситуації, в яких

спортсменові необхідно регулювати свій психічний стан. Якщо спортсмен не володіє навичками управління своїм станом, то психічна напруга зростає, що знижує ефективність діяльності та призводить до її дезорганізації. Така ситуація може призвести до втрати впевненості в собі, психічного стресу та депресії. Негативні зміни в психіці спортсменів акумулюються, трансформуються і переходять у патологічні прояви. Чим вище фізичні й психічні навантаження або зростання кількості екстремальних факторів впливу, тим більш суттєві негативні зміни психіки спортсмена вони викликають [4].

Психологія спорту та спортивної діяльності розкриває ряд особливостей, які мають вплив на психічне здоров'я спортсмена. У процесі занять спортом людина знаходиться в постійному русі, виконує різноманітні фізичні вправи, що сприяє розвитку її фізичних здібностей. Однак, не менш важливою є психологічна складова спортивного процесу, яка полягає у формуванні позитивного сприйняття себе та підвищенні віри у власні сили. В даному контексті важливими є самооцінка та самовпевненість спортсмена.

Як зазначають дослідники, «... самооцінка виступає психологічним ядром особистості. Вона поєднує структурні та процесуальні характеристики індивіда, а також розглядається як одна з ключових психологічних якостей, що впливає на ефективність будь-якої діяльності, включаючи й спортивну» [3; с. 61].

Формування адекватної самооцінки є складним процесом, тому необхідно ретельне й об'єктивне вивчення особистості спортсменів. Це допоможе не тільки виявити їх здібності та особливості, а й сформувати у них адекватну самооцінку, яка буде сприяти покращенню тренувального та змагального процесу, адже саморегуляція особистістю своєї поведінки і самоорганізація свого способу життя здійснюється через самооцінку [3].

Враховуючи психологічні аспекти змагальної діяльності, надамо загальні рекомендації щодо підвищення самооцінки та впевненості в собі [2]:

- встановлення реалістичних цілей та поступове досягнення їх, що сприяє підвищенню самооцінки;
- позитивне мислення та самомотивація, що допомагають подолати труднощі та вірити у свої сили;
- розвиток емоційного інтелекту та навичок контролю емоцій, що сприяє підвищенню самовпевненості;
- соціальна підтримка та спілкування з позитивними людьми, що впливає на самооцінку;

- аналіз та оцінка своїх досягнень, що допомагає зрозуміти власні здібності та підвищує впевненість в собі;
- розвиток спортивних навичок та досягнення поставлених цілей, що підвищує впевненість в своїх можливостях;
- взаємодія з тренером та спортивною командою, що сприяє формуванню позитивних міжособистісних відносин та впливає на самооцінку;
- регулярні тренування та участь у змаганнях, що допомагає розвивати вольові якості, наполегливість та самодисципліну;
- позитивний фізичний та емоційний досвід у спортивних ситуаціях, що підвищує впевненість у власних здібностях та можливостях.

Таким чином, спортивна діяльність вимагає від спортсмена високих результатів, тож її специфіка може суттєво впливати на психічне здоров'я спортсмена. Прагнення до спортивної досконалості, завищені стандарти виконання діяльності в поєднанні з тенденцією до критичного ставлення до своїх спортивних досягнень є стресовими чинниками спортивної діяльності, що дестабілізують психоемоційний стан спортсменів. Професійне заняття спортом передбачає постійне вдосконалення умінь та навичок, пов'язаних із певним напрямком спортивної діяльності, чітку організацію та регламентацію.

Правильно організовані тренування та спортивні досягнення сприяють формуванню позитивного сприйняття себе, розвитку вольових якостей та підвищенню самодисципліни. Тому важливим є психологічний аспект спорту, оскільки він має велике значення для психічного здоров'я та загального самопочуття кожного спортсмена.

Подальшого дослідження потребують питання якісної та кількісної діагностики психічного здоров'я спортсменів, вивчення особистісних характеристик спортсмена (вік, стать, кваліфікація, вид спорту, спортивний стаж тощо), встановлення впливу індивідуальних психологічних особливостей спортсмена на його психічне здоров'я.

Список використаних джерел

1. Артеменко Б. О. Зв'язок функціональної рухливості нервових процесів з успішністю ігрової діяльності волейболістів високої кваліфікації. *Вісник Черкаського університету*. 2018. №2. С. 15-19.
2. Інформаційно-аналітичний портал «ФАКТ». URL: <https://fact-news.com.ua/psixologichni-osoblivosti-vplivu-sportu-na-psixichne-zdorovya-vazhlivist-i-korist>
3. Ляшенко В. М., Іванько В. В., Морозова С. М. Самооцінка особистості спортсмена як фактор підвищення ефективності спортивної

діяльності. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Випуск 3 (97). 2018. С. 61-64.

4. Марченко О. С., Білюк С. П., Яшук В. А. Особливості психічного здоров'я сучасних спортсменів. *Громадське здоров'я : проблеми та перспективи розвитку* : збірник матеріалів тез науково-практичної конференції (з міжнародною участю) / за ред. І. В. Гущука, А. Ю. Гільман, Г. В. Крайчинської, В. В. Максимчука, М. С. Романова та ін. Острог : Вид-во Національного університету «Острозька академія», 2018. С. 152-155.

5. Цілі Глобального розвитку. URL: <http://www.un.org.ua/ua/tsili-rozvykutysiacholittia/tsili-staloho-rozvytku>

УДК: 340.6: 616-001-073.524

Романюк О.Н.¹, Романюк С.О.²

¹проф., Вінницький національний технічний університет

²старш.викладач, Національний університет «Одеська політехніка»

ВИКОРИСТАННЯ ТРИВИМІРНОГО МОДЕЛЮВАННЯ ДЛЯ ДІАГНОСТИКИ ЗАХВОРЮВАНЬ СПИНИ

Біль в спині є значною світовою проблемою охорони здоров'я, що впливає на приблизно 619 мільйонів людей по всьому світу станом на 2024 рік. Вважається, що ця цифра може зрости до 843 мільйонів до 2050 року. Оцінюється, що приблизно 30 мільйонів американців щороку отримують професійне лікування від болю в спині, прями та непрямі витрати на лікування якого коливаються від 100 до 200 мільярдів доларів на рік. 29,9% дорослих відчували біль у нижній частині спини, при цьому вища захворюваність спостерігалася у віковій категорії від 45 до 64 років. Біль у нижній частині спини є найпоширенішою причиною інвалідності, що впливає на людей усіх віків, але переважно на осіб віком від 50 до 55 років. Жінки страждають частіше, ніж чоловіки.

В дослідженні 2024 року, яке порівнювало поширеність і роки, прожиті з інвалідністю через нижній біль у спині, з'ясувалося, що в Європі одні з найвищих показників серед регіонів світу. Це свідчить про значну потребу у фізіотерапевтичних послугах та інших видах лікування і реабілітації

Тривимірна графіка може бути корисною для діагностики захворювань спини [1-5], особливо при використанні сучасних технологій, таких як 3D-моделювання та комп'ютерне бачення. Основна ідея полягає в тому, щоб створити тривимірну модель хребта а потім використовувати цю модель для виявлення різних патологій.

Наукове електронне видання
Можна використовувати в локальному
та мережному режимах

«Сучасні технології в оздоровчій діяльності»

Збірник матеріалів
III Всеукраїнської науково-практичної конференції
здобувачів вищої освіти та молодих учених
07 лютого 2025 р.

Комп'ютерний набір: Бурка О. М.
Комп'ютерна верстка: Бурка О. М.

Один електронний оптичний диск (DVD-ROM); супровідна документація.
Тираж 100 прим. Зам. № 296

Видавець і виготовлювач
Національний університет «Запорізька політехніка»
Україна, 69063, м. Запоріжжя, вул. Університетська, 64
Тел.: (061) 769–82–96, 220–12–14

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 6952 від 22.10.2019.