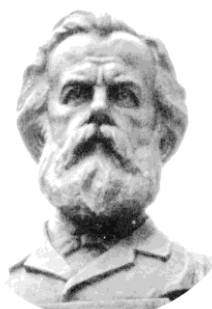


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

**НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА**



НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

СЕРІЯ 15

**“НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
/ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ/”**

ВИПУСК 02 (69) 16

Київ

Видавництво НПУ імені М.П.Драгоманова
2016

УДК 0.51

ББК 95

Н 34

WEB сторінка електронного видання : enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/211

Збірник входить до переліку наукових видань, затверджених постановами ВАК України у яких можуть публікуватися основні результати дисертаційних робіт:

“Педагогічні науки – фахове видання затверджене постановою Президії ВАК України від 26.01.2011 р. № 1-05/1.

“Фізичне виховання і спорт”- фахове видання затверджено наказом Міністерства освіти і науки України № 528 від 12.05. 2015 р.

Державний комітет телебачення і радіомовлення України Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації Серія KB № 8821 від 01.06.2004 р.

НАУКОВИЙ ЧАСОПИС Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. **Серія № 15.** “**НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ /ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ/”** 36. *Наукових праць/ За ред. Г. М. Арзютова.* – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2016. – Випуск 02 (69)16. – 122 с.

У статтях розглядаються результати теоретичних досліджень і експериментальної роботи з питань педагогічної науки, педагогічні, психологічні і соціальні аспекти, що висвітлюють нові технології в теорії та методикі навчання в фізичній культурі, спорту та підготовки спортсменів. Збірник розрахований на аспірантів, докторантів, вчителів і викладачів фізичного виховання, тренерів і спортсменів.

Редакційна рада:

Андрущенко В.П.	доктор філософських наук, академік АПН України, рек. НПУ імені М.П. Драгоманова; (гол. Ред. ради);
Авдієвський А.Т.	почесний доктор, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Андрусішин Б.І.	доктор історичних наук, професор, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Бех В.П.	доктор філософських наук, професор, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Биковська О.В.	кандидат пед. наук, доцент (секретар Редакційної ради); НПУ імені М.П. Драгоманова;
Бондар Вол. І.	доктор педагогічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Бондар Віт. І.	доктор педагогічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Дробот І.І.	доктор історичних наук, професор, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Жалдак М.І.	доктор педагогічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Мацько Л.І.	доктор філологічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Падалка О.С.	доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Синьов В.М.	доктор педагогічних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Шут М.І.	доктор фізико-математичних наук, професор, академік АПН України, НПУ імені М.П. Драгоманова.

Відповідальний редактор Г. М. Арзютов

Редакційна колегія:

Арзютов Г.М.	доктор педагогічних наук, професор, академік АНВО України, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Арефєв В.Г.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Архипов О.А.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Волков В.Л.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Дубогай О.Д.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Іванова Л.І.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова
Камасєв О.І.	доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, ХДАФК
Медведева І.М.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Приймаков О.О.	доктор біологічних наук, професор, академік АНВО України, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Суцєнко Л.П.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Тимошенко О.В.	доктор педагогічних наук, професор, академік АНВО України, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Ткачук В.Г.	доктор біологічних наук, професор, академік АНВО України, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Хорошуха М.Ф.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М. П. Драгоманова;
Цось А.В.	доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, СНУ імені Л. Українки
Шкрєбтий Ю.М.	доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, НУФВСУ
Грибан Г.П.	доктор педагогічних наук, професор, Житомирський державний університет імені І. Франка
Агрєбі Брахім	доктор філософії, професор, Інститут спорту і фізическої культури, Туніс
Бельській І.В.	доктор педагогічних наук, професор, Національний технічний у-т, Мінск, Білорусія
Дадело Станіслав	доктор педагогічних наук, професор, Вільнюський педагогічний університет, Литва
Ейдєр Ежи	доктор хабілітований, професор, директор ІФК Щецинського університету, Польща
Киласов О.В.	доктор філософії, професор, Москва, РЕУ імені Г.В. Плєханова, Росія

Схвалено рішенням Вченої ради НПУ імені М.П. Драгоманова

© Автори статей, 2016 © НПУ імені М.П. Драгоманова, 2016

ISSN 2311-2220

Збірник друкується щомісяця

ЗМІСТ

1.	<i>Абдулвахид Длшад Нихад</i> ВОПРОСЫ СПОРТИВНОГО ОТБОРА И СПОРТИВНОЙ ОРИЕНТАЦИИ В ЛИТЕРАТУРНОМ ДИСКУРСЕ.....	4
2.	<i>Адирхаєв С.Г.</i> ОБҐРУНТУВАННЯ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, ЩО ЗАБЕЗПЕЧУЮТЬ РОЗВИТОК РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ МОЛОДІ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ ЗДОРОВ'Я.....	12
3.	<i>Балан Б.А.</i> АНАЛІЗ ФІЗИЧНОЇ І ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ФУТБОЛІСТІВ 17 – 21-РІЧНОГО ВІКУ В ПЕРІОД ПЕРЕХОДУ ДО ПРОФЕСІЙНИХ КОМАНД.....	16
4.	<i>Бойко А.Л.</i> МЕТОДЫ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ СПОРТСМЕНК ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.....	19
5.	<i>Булатов С.</i> ОСОБЛИВОСТІ ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У ХЛОПЦІВ-ПІДЛІТКІВ, ЯКІ ЗНАХОДЯТЬСЯ В ШКОЛАХ СОЦІАЛЬНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ.....	22
6.	<i>Гринь А.Р.</i> ВПЛИВ ЗАНЯТЬ МІНІ-ФУТБОЛОМ НА ФІЗИЧНИЙ СТАН СТУДЕНТОК НТУУ “КПІ”.....	27
7.	<i>Дорофєєва О.Є.</i> ОСОБЛИВОСТІ ІМУННОГО СТАТУСУ ЯК КРИТЕРІЇ ОПТИМІЗАЦІЇ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ У ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ.....	30
8.	<i>Єфіменко Н.П., Єфіменко П.Б., Канищева О.П.</i> ФОРМУВАННЯ РЕКРЕАТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	33
9.	<i>Зюзь В.Н., Балухтина В.В.</i> АСПЕКТЫ ПРОФЕСІОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ТУРИСТОВ ВОДНИКОВ.....	37
10.	<i>Кажмір А. П., Мухін В. М.</i> ПОРУШЕННЯ БІОМЕХАНІКИ РУХОВОГО АПАРАТУ ПІСЛЯ ТОРАКОПЛАСТИКИ ТА НАПРЯМКИ ЇХ КОРЕКЦІЇ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ.....	42
11.	<i>Казаріна О.А.</i> ТЕХНІЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ВОЛЕЙБОЛІСТОК РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ.....	46
12.	<i>Левченко В. А., Файчак Р.І., Оклієвич Л. І., Бублик С.А., Карабанович П.П.</i> ОЦІНКА РЕСПІРАТОРНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ У ДІВЧАТ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ З ПРОЯВАМИ ФІЗИЧНОЇ ДЕЗАДАПТАЦІЇ В УМОВАХ ФОРСОВАНОГО ДИХАННЯ.....	48
13.	<i>Marchuk S.A.</i> INDICES OF PSYCHOPHYSICAL QUALITIES OF STUDENTS.....	50
14.	<i>Нікітченко А.М., Коптєв К.Г.</i> ТЕОРЕТИЧНІ І МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ РУХОВИХ УМІНЬ І НАВИЧОК У БОРОТЬБІ НА ПОЯСАХ АЛИШ.....	53
15.	<i>Пітин М.П., Передерій А.В., Мельник М.Г.</i> ПРОБЛЕМИ ІНТЕГРАЦІЇ НАВЧАЛЬНОЇ ТА СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНІВ.....	56
16.	<i>Путро Л.М., Котко Д.Н., Гончарук Н.Л.</i> ОСНОВНЫЕ НЕДОСТАТКИ КОЛИЧЕСТВЕННОЙ И КАЧЕСТВЕННОЙ ПОЛНОЦЕННОСТИ ПИЩЕВЫХ РАЦИОНОВ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОГО КЛАССА.....	58
17.	<i>Саламаха О.Є.</i> ДО ПИТАННЯ ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ.....	62
18.	<i>Семенів Б.С., Пристанський Т.Г., Стахів М.М.</i> ПІДВИЩЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СТУДЕНТІВ БІОЛОГО – ТЕХНОЛОГІЧНОГО ФАКУЛЬТЕТУ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	65
19.	<i>Сердюк М.Г.</i> ФОРМИ ТА МЕТОДИ ДІЯЛЬНОСТІ РЕГІОНАЛЬНИХ ЦЕНТРІВ ОЛІМПІЙСЬКИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ОСВІТИ УКРАЇНИ.....	69
20.	<i>Сосненко Є.П., Лупало О.В.</i> ВИВЧЕННЯ УМОВ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ТВОРЧОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ НА ЗАНЯТТЯХ В ГРУПІ ОЗДОРОВЧОГО ПЛАВАННЯ.....	72
21.	<i>Сушко Р.О.</i> СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ВДОСКОНАЛЕННЯ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ: ОГЛЯД ПРОБЛЕМИ І ШЛЯХИ ВИРІШЕННЯ.....	76
22.	<i>Тодорова В.Г.</i> СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ВИДАХ СПОРТУ З ВИСОКИМИ ВИМОГАМИ ДО ХОРЕОГРАФІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	79
23.	<i>Футорний С.М.</i> СУЧАСНИЙ СТАН ТА АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В УКРАЇНІ.....	83
24.	<i>Хачикян С.С.</i> ВСТРЕЧНАЯ АТАКА В БОКСЕ.....	87
25.	<i>Хорошуха М. Ф.</i> ОСОБЛИВОСТІ ЗМІН ФУНКЦІЇ МИСЛЕННЯ У ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ 13–16 РОКІВ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД СПРЯМОВАНОСТІ ЇХ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ (ПОВІДОМЛЕННЯ ЧЕТВЕРТЕ).....	90
26.	<i>Хрипач Артем, Король Олександр, Гулей Купріян, Оліярник Володимир.</i> КОРЕКЦІЯ ПСИХОФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ, ХВОРИХ НА СКОЛІОЗ, З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАНЯТЬ ПЛАВАННЯМ.....	94
27.	<i>Цыганенко О.И., Першегуба Я.В., Склярова Н.А., Оксамытная Л.Ф.</i> ПРОБЛЕМА ПРИМЕНЕНИЯ ПИТАНИЯ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ СИНДРОМА ПЕРЕТРЕНИРОВАННОСТИ У СПОРТСМЕНОВ. ПУТИ РЕШЕНИЯ.....	99
28.	<i>Черновський С.М., Колумбет О.М.</i> ОБҐРУНТУВАННЯ ЗМІСТУ ПРОФЕСІЙНО ОРІЄНТОВАНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТОК ФАКУЛЬТЕТУ ДИЗАЙНУ.....	102
29.	<i>Чичкан Елена, Яковенко Елена, Яшная Елена.</i> ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ТАКТИКИ В ГРЕБЛЕ АКАДЕМИЧЕСКОЙ.....	107
30.	<i>Шашлов М.І.</i> ЗМІНИ ГОРМОНАЛЬНОГО СТАТУСУ І СПЕЦІАЛЬНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СПОРТСМЕНОК У СПОРТИВНОМУ ФІТНЕСЕ.....	111
31.	<i>Шерзад Афанди Рашид.</i> ФАКТОРЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В УСЛОВИЯХ ПОВЫШЕННЫХ ТЕМПЕРАТУР.....	113
32.	<i>Вербовий Василь, Фотуйма Олександр.</i> ПОКАЗНИКИ ПСИХОФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ В ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ.....	119

11. Blume, D.-D. Kennzeichnung koordinativer Fähigkeiten und Möglichkeiten ihrer Herausbildung im Trainingsprozess / D.-D. Blume // Wissenschaftliche Zeitschrift der DHfK. 1998. - № 3. - S. 17-41.
12. Breivik G. Dangerous Play With the Elements: Towards a Phenomenology of Risk Sports // Sport, Ethics and Philosophy, 2011. – vol. 5(3). – pp. 314–330.
13. Claxton, D.B. The missing link in aerobic dance / D.B. Claxton, A.G. Lacy // The journal of physical education, recreation and dance. -1991.-V. 62, №6.-P. 49-52.
14. Cooper, C. Aerobic parameters of exercise as a function of body size during growth in children II J. Appl. / C. Cooper // Physiol. 1984. - Vol. 56, №3. - P. 628-634.
15. Fie J. Leader in World Gymnastics // Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 1985. – vol. 56(3) . – pp. 30–31.
16. Kninsch K., Lehrbuch des geraet-und kunstturnens, Technik und methodik in theorie und praxis fuer schute und verein, 1983, 375 s.

Футорний С.М.

Національний університет фізичного виховання і спорту України

СУЧАСНИЙ СТАН ТА АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В УКРАЇНІ

Стаття присвячена актуальним питанням застосування комплексного підходу щодо визначення явища фізичної реабілітації. Представлено дані стосовно термінологічного змісту поняття «фізична реабілітація», категоріального апарату, короткі історичні відомості, аспекти сучасної підготовки фахівців даної освітньо-професійної галузі, теперішній стан та перспективи розвитку.

Ключові слова: фізична реабілітація, лікувальна фізична культура, наука, фахівець фізичної реабілітації, медицина.

Футорний С.М. Современное состояние и актуальные проблемы физической реабилитации в Украине.

Статья посвящена актуальным вопросам применения комплексного подхода по определению явления физической реабилитации. Представлены данные терминологического содержания понятия «физическая реабилитация», категориального аппарата, краткие исторические сведения, аспекты современной подготовки специалистов данной образовательно-профессиональной области, текущее состояние и перспективы развития.

Ключевые слова: физическая реабилитация, лечебная физическая культура, наука, специалист физической реабилитации, медицина.

Futornyj S. Daily status and actual problems of physical rehabilitation in Ukraine. *The article is devoted to current issues, which apply complex approach to the definition of the physical rehabilitation phenomenon. The data concerning the terminology meaning of "physical rehabilitation" categorical apparatus, brief historical information, aspects of modern preparation for specialists on the educational and professional field, the current state and development prospects. Research tasks: to conduct analysis of scientific and methodological literature on the study of the general concept of "physical rehabilitation"; to consider the definition of terminological apparatus, goals, objectives, principles and methods basic means; summarize domestic and international experience of actual trends of physical rehabilitation current state in Ukraine. To achieve the objectives of the research, we used the following methods: analysis and compilation of special scientific and methodical literature, monitoring of information Internet resources, content analysis of theoretical and methodological publications (monographs, textbooks, and methodical materials), a systematic approach. The results showed that physical rehabilitation is part of the complex treatment, which successfully combined with medicinal therapy, physiotherapy and different treatment methods, applying methods promotion, prevention, intervention and rehabilitation, resulting in improved physical, psychological, emotional and social condition of the individual.*

Key words: physical rehabilitation, medical physical culture, science, expert in physical rehabilitation medicine.

Постановка проблеми і її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. За останнє десятиріччя тенденції розвитку медицини України характеризуються помірними успіхами становлення реабілітаційного напрямку, цільовим спрямуванням якого було й залишається поетапне, відновне комплексне лікування патологічних процесів, захворювань й ушкоджень організму людини [1, 6]. Загальний термін «реабілітація» має широке змістове розуміння і відображення стосовно багатьох сфер діяльності людини — політичній, юридичній, розумовій, спортивній та інших. Медична сфера визначає даний термін як процес відновлення здоров'я і працездатності хворих та інвалідів [5, 10]. Однак цілісне й змістове розуміння даного поняття, визначеного медичною сферою, безпосередньо виконує фізична реабілітація, спрямована на підвищення якості лікування, запобігання виникненню й розвитку можливим ускладненням при різних захворюваннях і травмах, прискорення відновлення функцій органів і систем, тренування і загартовування організму, повернення працездатності, зменшення ймовірності інвалідизації [1-3, 10]. Слід зазначити, що сьогодні в Україні не в достатній кількості висвітлено та досліджено таке поняття як фізична реабілітація у якості цілісної, загальної теоретичної й практичної системи знань, вмінь та навичок. Необхідність застосування комплексного підходу обумовлює можливість розширення меж застосування сучасних методів дослідження та розгляд поняття «фізична реабілітація» через призму його комплексної систематизації, що потребує перш за все виявлення сучасних тенденцій та розкриття актуальних питань розвитку фізичної реабілітації України [1,11, 14].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Як вказують науковці, сучасний стан нашої держави визначає її пасивну участь у процесі формування, укріплення та збереження здоров'я суспільства, внаслідок чого поширюється індивідуальна активність населення, яка хоче покращити як рівень свого здоров'я, так і спосіб життя, використовуючи в даному напрямку у якості ведучого засобу саме фізичну культуру, сподіваючись на її позитивний вплив не тільки на життя і здоров'я, а й на фізичну

підготовленість, поведінку, емоційний стан, прояв вольових якостей [1, 5]. Значна кількість наукових поглядів сконцентрована саме навколо обговорення та визначення засобів фізичної реабілітації та особливостей й механізмів їх застосування. Автори багатьох наукових праць стверджують, що майбутня перспектива даних досліджень забезпечить підвищення якості та ефективності комплексного процесу реабілітації населення нашої країни [6]. Згідно з результатами досліджень міжнародних організацій кожний 10 мешканець у світі є «неповно справний», майже 30 мільйонів осіб щороку отримують каліцтво і різні ураження, кількість інвалідів на початку XXI ст. зростає до одного мільярда. Інвалідність — це всесвітнє соціальне явище, до якого має бути прикута постійна увага кожної країни, органів її державної влади та управління, науковців та медиків, психологів та педагогів і в тому числі, фахівців з фізичної культури, спорту й фізичної реабілітації. Це обумовлює необхідність створення і організації якісної системи підготовки фахівців даного профілю відповідно до сучасних світових стандартів освіти [1]. Визначені положення вказують на значну зацікавленість спеціалістами проблематики сучасного становлення та розвитку фізичної реабілітації, окреслюючи окремі напрямки досліджень та формуючи наукові підходи у розгляді проблемних питань.

Постановка мети і завдань досліджень. Виходячи з усього вищевикладеного, нами були сформульовані наступні завдання досліджень:

- провести аналіз даних науково-методичної літератури щодо вивчення загального поняття «фізична реабілітація»;
- розглянути визначення термінологічного апарату, мети, завдань, принципів, основних засобів й методів;
- узагальнити вітчизняний та світовий досвід щодо актуальних напрямів проблематики сучасного стану розвитку фізичної реабілітації в Україні.

Методи та організація досліджень. Для вирішення поставлених завдань дослідження нами були використані наступні методи: аналіз і узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури, моніторинг інформаційних ресурсів мережі Інтернет, контент-аналіз теоретичних і методичних робіт (монографій, навчальних посібників, методичних матеріалів), системний підхід.

Проведені нами дослідження в даній області виконані відповідно «Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр.» Міністерства освіти і науки, сім'ї, молоді та спорту України, розробленого і затвердженого в Національному університеті фізичного виховання і спорту України.

Виклад основного матеріалу досліджень з аналізом отриманих наукових результатів. Комплексне дослідження будь-якого явища перш за все ґрунтується на визначенні самого поняття, вибір термінологічно обґрунтованого змісту. Відповідно даним спеціалізованої науково-методичної літератури найпоширенішим являється наступне визначення поняття «фізична реабілітація»: «це застосування з лікувальною і профілактичною метою фізичних вправ і природних факторів у комплексному процесі відновлення здоров'я, фізичного стану та працездатності хворих» [1, 2]. Згідно Закону України № 2961-IV від 06.10.2005 «Про реабілітацію інвалідів в Україні» поняття «фізична реабілітація» розглядається як система заходів, спрямованих на вироблення і застосування комплексів фізичних вправ на різних етапах лікування і реабілітації, що забезпечують функціональне відновлення особи, виявляють і розвивають резервні і компенсаторні можливості організму шляхом вироблення нових рухів, компенсаторних навичок, користування технічними та іншими засобами реабілітації, виробами медичного призначення [1]. За даними українсько-латинсько-англійського медичного словника, фізична реабілітація – це «комплекс заходів, спрямованих на відновлення порушених функцій організму й працездатності хворих та інвалідів» [5, 10]. Всесвітня організація охорони здоров'я представляє термін загальний «реабілітація» як процес цілеспрямований і обмежений у часі [5, 10]. Т.Ю. Круцевич, визначає поняття «фізична реабілітація», як «комплекс заходів, скерований на відновлення втраченої або послабленої функції після захворювання або травми» [8]. А.С. Вовканич вважає, що фахівці з фізичної реабілітації повинні готуватись як «педагоги у сфері відновлення чи переробки рухової діяльності і неповносправних осіб» [2]. В.Г. Савченко та В.В. Клапчук у своїй роботі вказують, що фізична реабілітація здійснюється не лише в рамках медичної реабілітації [11]. Це твердження підтримують автори інших наукових праць, які не схильні протиставляти фізичну реабілітацію і медикаментозно-фармакологічне лікування та вважають, що робота фахівців з фізичної реабілітації повинна плануватися в партнерстві з лікарями і тільки така спільна діяльність дозволить значно покращити рівень здоров'я нації [7]. Таким чином, реабілітація — це комплекс лікувальних, психологічних, педагогічних, соціальних і трудових заходів, спрямованих на відновлення здоров'я й працездатності хворого [10]. Наступним кроком являється формулювання структурних складових – категоріального апарату, а саме визначення, мети, завдань, засобів та інше.

Мета фізичної реабілітації - відновлювати, компенсувати та розвивати нові фізичні, психологічні, соціальні та інші вміння і навички людини, які б дозволяли їй брати активну участь у житті суспільства, беручи до уваги зміну власного оточення та довкілля [10]. Головними завданнями реабілітації є: а) функціональне відновлення (повне або компенсація при недостатньому чи відсутності відновлення); б) пристосування до повсякденного життя і праці; в) залучення до трудового процесу; г) диспансерний нагляд за реабілітованими [10].

Реабілітація буде малоефективною, якщо не дотримуватись основних її принципів, а саме:

- ранній початок реабілітаційних заходів, що забезпечує швидке відновлення функції організму, попередження ускладнень і у випадку розвитку інвалідності — боротися з нею на перших етапах лікування;
- безперервність реабілітаційних заходів, що є основою ефективності реабілітації, оскільки тільки безперервність та поетапна черговість реабілітаційних заходів — запорука скорочення часу на лікування, зниження інвалідності і витрат на відновне лікування, довготривале матеріальне утримання інвалідів;
- комплексність реабілітаційних заходів - під керівництвом лікаря, реабілітація проводиться й іншими фахівцями: соціологом, психологом, педагогом, юристом та ін.;
- індивідуальність реабілітаційних заходів - реабілітаційні програми складають індивідуально для кожного хворого чи інваліда з урахуванням загального стану, особливостей перебігу хвороби, вихідного рівня фізичного стану, особистості хворого, віку, статі, професії тощо.

• необхідність реабілітації у колективі. Проходження реабілітації разом з іншими хворими чи інвалідами формує у пацієнта почуття члена колективу, морально підтримує його, нівелює дискомфорт, пов'язаний з наслідками захворювання [10].

Майже 80 % всіх наукових праць та практичних розробок галузі даного наукового напрямку присвячені вивченню специфіки дії засобів фізичної реабілітації на організму людини. Основний засіб фізичної реабілітації — фізичні вправи й природні фактори. Обов'язкова умова фізичної реабілітації — активна, вольова й цілеспрямована участь хворого в процесі лікування й виконання фізичних вправ [1]. Фізичні вправи - це важливий фактор збереження високої і продуктивної не тільки фізичної, але й психічної активності людини на довгі роки. Застосування фізичних вправ в фізичній реабілітації вимагає активної участі хворого у лікувальному процесі. Дуже важливо визначити, який саме ступінь активності рекомендується тому чи іншому хворому з огляду на характер захворювання, ступінь функціональних розладів, загальний стан пацієнта і пристосованість до фізичних навантажень [9].

Фізичні вправи через м'язи впливають на рівень обміну речовин і діяльність найважливіших функціональних систем організму. Лікувальна дія фізичних вправ проявляється у складних психічних, фізіологічних і біологічних процесах, що відбуваються в організмі під час занять фізичної реабілітації [1, 12]. Шахліна Л.Г. [14] у своїй роботі показала, що протягом багатьох десятиліть фізична реабілітація, яка є важливим складовим компонентом медичної реабілітації, характеризується вдосконаленням своїх засобів і методів. В даний час фізична реабілітація представлена комплексом засобів - лікувальною фізичною культурою, фізіотерапією, лікувальним масажем, механотерапією, працетерапією. Лікувальна фізична культура включає комплекси фізичних вправ за рахунок включення системи опорно-рухового апарату – «умовно головної» системи рухової активності. При цьому для створення оптимальних умов для працюючих м'язів механізми біологічної регуляції - рефлекторний і гуморальний - втягують системи кровообігу, дихання, крові і, забезпечуючи координацію та інтеграцію функцій всіх систем організму, вдосконалюють адаптаційні процеси організму для виконання запропонованої фізичної діяльності [14]. Отже, за даними Шахліної Л.Г. [14], виконання фізичних вправ залучає, тренує і вдосконалює не тільки систему опорно-рухового апарату, а й всі вегетативні системи, а також механізми нейрогуморальної регуляції. При цьому збільшуються функціональні можливості організму, його працездатність, що важливо для будь-якої людини, особливо при захворюваннях. Важливим аспектом сучасної фізичної реабілітації є індивідуальний підхід до хворого, принцип поступового збільшення фізичного навантаження, систематичності її проведення. Звертає на себе увагу на той факт, що в даний час все частіше лікарі та реабілітологи враховують у комплексній медичній реабілітації статево приналежність хворого, його вік, що має величезне значення в досягненні позитивного ефекту лікування. Важливий і психологічний фактор, мотивація хворого до запропонованого лікування. Рухова активність при індивідуальному підході повинна включати комплекс спеціальних фізичних вправ з урахуванням обсягу і тривалості тренувального заняття, інтенсивності його проведення, характеру і швидкості відновлення після нього [14].

Відокремлюється науковий напрямок, що формується з історичних фактів та відомостей стосовно самого процесу становлення фізичної реабілітації, як у світовому масштабі, так і в національних межах державного розвитку України. Так Юшко К.О. [15] у своїх дослідженнях визначив, що фізична реабілітація застосовувалась ще в стародавні часи. Аналізуючи літературні джерела, автор акцентує увагу на тому, що на Заході напрям фізичної реабілітації мав більш практично-профілактичний профіль, наприклад гімнастика Лінга, лікарська гімнастика Фуллера, у Стокгольмі - перший інститут гімнастики і масажу. Крім цього, науковець висвітлив і деякі аспекти зародження та становлення фізичної реабілітації і у нас на Батьківщині, відповідно до яких встановлено, що наукова думка та практичні дії вітчизняних вчених випереджали зарубіжних в області лікувальної гімнастики. Підтвердженням цьому є приведені автором роботи таких вчених: Пирогова М.І. «Про значення гімнастики у житті людини і народів», Крамаренко В.К. «Посібник з масажу та лікарської гімнастики», Пруського В.С. «Вчення про мототерапію» [15]. Результати наукових пошуків В. Клапчука та Г. Тумілович [5, 10] були спрямовані на деталізацію саме історії становлення вітчизняної фізичної реабілітації. Так автори відмічають, що у 1929 році у колишньому СРСР у наукову літературу і практику увійшов термін «лікувальна фізична культура», який замінив такі вузькобіологічні терміни, як «мототерапія», «кінезитерапія», «ерготерапія», «міокінезотерапія», «лікарська гімнастика» [4, 10]. Науковці зазначають, що дане поняття набуло статусу державного. Як самостійний засіб фізичної реабілітації лікувальна фізична культура переважно була визнана у соціалістичних країнах і залишилась у тих з них, що відрізнялись високим рівнем наукової та методологічної бази [5, 10].

Також автори зазначили, що з розвитком реабілітаційного напрямку в охороні здоров'я, починаючи з 1981 року на базі кабінетів (відділень) лікувальної фізичної реабілітації, масажу, механотерапії, фізіотерапії, голкорексотерапії, мануальної терапії та інших, відповідно до наказу Міністерства охорони здоров'я СРСР почали організовувати відділення відновного лікування [5, 10]. Подальші дослідження історичного розвитку фізичної реабілітації обумовили започаткування наукового напрямку, пов'язаного з становленням у якості окремої освітньої галузі та визначенням особливостей професійної підготовки фахівців в даній області. Оскільки потреба подальшого вдосконалення служби лікувальної фізичної культури в Україні була очевидною, звернули увагу на фізичну реабілітацію як складову частину медичної реабілітації. Вона добре зарекомендувала себе за кордоном як окрема галузь наукових знань і уже мала достатньо міцну наукову і методологічну базу. Перед усім, приваблювала більш розширена (у порівнянні з лікувальною фізичною культурою) сфера діяльності фахівців з фізичної реабілітації, тобто – змісту професійних завдань та типів послуг, які вони можуть надавати [5]. Перші кроки до формування фізичної реабілітації як самостійної освітньо-професійної галузі в Україні почав здійснювати Львівський державний інститут фізичної культури, де з 1994 року розпочалась співпраця із Канадським агентством міжнародного розвитку та трьома університетами Канади [5, 7, 10].

У 1994 році в Українському державному університеті фізичного виховання і спорту, а згодом – в інших фізкультурних інститутах України - кафедри лікувальної фізичної культури і лікарського контролю реорганізуються у кафедри фізичної реабілітації і спортивної медицини. Потім це відбулося і у вищих медичних закладах освіти [7]. Після цього у відповідності до Української стандартної класифікації професій, яка розроблена Міністерством праці України на основі Міжнародної стандартної

класифікації професій, а також до Міжнародної стандартної класифікації освіти, на вищі фізкультурні навчальні заклади була покладена підготовка спеціалістів з фізичної реабілітації [5]. Згідно статистичним даним Міністерства освіти та науки України у 2008 році спеціалістів у сфері фізичної культури і спорту випускали 73 вищі навчальні заклади України, а у 2011 році їх стало 114 з ліцензійним обсягом близько 36000 випускників щорічно. Зрозуміло, що фізичних реабілітологів на належному рівні можуть випускати лише вищі фізкультурні навчальні заклади, чи ті, що мають факультет фізичного виховання. У 2008 році таких вищих навчальних закладів в Україні було 29, а сьогодні підготовка фахівців фізичної реабілітації здійснюється майже у 45 вищих навчальних закладах [5].

Однак слід зауважити те що, напрямок та підготовка фахівців фізичної реабілітації зазнає різнопланового характеру, який не відображає єдину у своєму відношенні систему знань та практичних навичок необхідних для здійснення безпечної та ефективної діяльності на практиці. Такий стан речей в основному обумовлений відсутністю єдиних стандартів практичної діяльності та професійної підготовки фахівців даного напрямку, що призводить до несистемного та часом розмежованого поняття у фізичній реабілітації на Україні. Саме це обумовило прийняття рішення щодо переведення галузі «фізична реабілітація» до медичної сфери [7]. У світовій практиці термінів та понять «фізична реабілітація» й «фахівець фізичної реабілітації» не існує, натомість є міжнародні терміни «фізична терапія» і «фізичний терапевт», які відображають за своїм змістом повністю ототожнюють україномовні поняття. Єдиним міжнародним органом фізичних терапевтів, який регулює їх діяльність являється Світова Конфедерація фізичної терапії (СКФТ) [7]. Практична реалізація наукових доробок галузі фізичної реабілітації знаходить своє впровадження у спеціалізованих центрах. Сьогодні на території України найбільш відомими закладами фізичної реабілітації являються Центр фізичної реабілітації INNOVO, Навчально-реабілітаційний центр «Джерело», Дитячий реабілітаційний центр «Сонячне світло», реабілітаційний центр «Еліта» та інші [1].

Слід зазначити, що з кожним роком фізична реабілітація набуває значного поширення у всіх галузях, чому сприяє заснована у 2007 році Українська Асоціація фахівців фізичної реабілітації, адже визначила новий етап розвитку фізичної реабілітації в Україні. Організація Асоціації – це спроба заохочувати та запроваджувати високі стандарти реабілітаційної діяльності, освіти та практики, створення єдиного загальноукраїнського інформаційного середовища, партнерства та співпраці з владою, національними та міжнародними організаціями [1, 7]. Отже на думку багатьох вчених, фізична реабілітація посідає одне з основних місць у комплексі реабілітаційних заходів, заснована на широкому використанні засобів фізичної культури й спрямована на лікування травм і захворювань, профілактику ускладнень, відновлення психологічної сфери хворого, відновлення побутових і трудових навичок [101313]. Науковці вказують на те, що фізичну реабілітацію застосовують як метод активної, функціональної і патогенетичної терапії; вона покликана відновити у хворого порушені функції, загально оздоровити його і зміцнити сили хворого, а також запобігти ускладненням захворювань. Крім цього, Українська Асоціація фахівців фізичної реабілітації ставить перед собою мету: формувати статус і сприяти розвитку професії «фізична реабілітація» для надання реабілітаційної допомоги відповідного рівня, обсягу і якості особам, які її потребують [5, 10].

ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ. Фізична реабілітація є частиною комплексної терапії яку успішно поєднують з медикаментозною терапією, з різними фізіотерапевтичними методами лікування, застосовуючи методи заохочення, профілактики, лікування, втручання і реабілітації, внаслідок чого покращується фізичний, психологічний, емоційний і соціальний стан індивіда.

Усе це дозволяє досягнути потребу фізичної реабілітації і значущість роботи реабілітолога з вищою фізкультурною освітою, предметом праці якого є складання програми фізичної реабілітації, її проведення і визначення ефективності на всіх етапах відновного лікування хворих та інвалідів, осіб середнього та похилого віку і тих, хто займається фізичною культурою у спеціальних медичних групах. В майбутньому за допомогою державної підтримки під керівництвом Асоціації фахівців фізичної реабілітації для розвитку та модернізації фізичної реабілітації потрібно: підвищити професійний рівень фахівців фізичної реабілітації; підвищити якість освіти та перепідготовки фахівців фізичної реабілітації; на законодавчому рівні розробити методичку діяльності, за якою здійснюватиметься фізична реабілітація для різних соціально-вікових груп та різних захворювань; надавати консультації, інші супровідні послуги та запроваджувати комплексну фізичну реабілітацію в освітньо-навчальних, медичних та санаторно-курортних закладах; створити реабілітаційні центри для оздоровлення, лікування організму та профілактики захворювань; обмінюватися досвідом з реабілітаційними центрами, медичними закладами та освітніми установами, іншими організаціями в межах держави та за кордоном, а також з окремими спеціалістами.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вербовий Є. Актуальні проблеми сучасної фізичної реабілітації. [Електронний ресурс] / Режим доступу до сайту: http://www.rusnauka.com/14_NPRT_2011/Sport/1_87382.doc.htm
2. Герцик А.М. До питання тлумачення основних термінів галузі фізичної реабілітації / А.М. Герцик // Бюлетень Української асоціації фахівців фізичної реабілітації. – 2009. – №1. – С.1-3.
3. Дубровский В.И. Физическая реабилитация инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья / В.И. Дубровский, А.В. Дубровская. - М.: БИНОМ, 2010. - 414 с
4. Епифанов В.А. Краткий исторический очерк развития ЛФК и массажа Лечебная физическая культура и массаж: Учеб. / В.А. Епифанов -М.: ГЭОТАР - МЕД, 2004. - С. 6 - 12.
5. Клапчук В. Историчні аспекти і сучасні тенденції розвитку фізичної реабілітації України / В. Клапчук, Г. Тумілович // Актуальні проблеми валеології та реабілітації: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. – Сімферополь, 2013. – С. 48–51.
6. Клапчук В.В. Фізична реабілітація в Україні : актуальні проблеми сьогодення / В.В. Клапчук // Актуальні проблеми фізичної реабілітації, спортивної медицини та адаптивного фізичного виховання. - 2014. – С. 113–115.
7. Кобелев С.Ю. Історія розвитку Української Асоціації фахівців фізичної реабілітації / С.Ю. Кобелев // Бюлетень Української асоціації фахівців фізичної реабілітації. – 2009. – №1. – С.3-5.

8. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания / под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – Т. 1. – 423 с.
9. Лобода М. В. Состояние и перспективы развития медицинской реабилитации в Украине в современных социально-экономических условиях / М. В. Лобода, В. Ф. Москаленко, К. Д. Бабов // Медична реабілітація, курортологія, фізіотерапія. – 2000. – №1 (21). – С.3–6.
10. Мухін В.М. Фізична реабілітація / В.М. Мухін. – Київ : Олімпійська література, 2009. – 488 с.
11. Савченко В.Г. Фізична реабілітація : питання підготовки фахівців у вищих навчальних закладах освіти та їх правового статусу в Україні / В.Г. Савченко, В.В. Клапчук // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2003. – № 3–4. – С. 87–90.
12. Спортивна медицина, лікувальна фізкультура та валеологія – 2012: XVI міжнародна науково-практична конференція, 17–19.05.2012 р. – Одеса : медуніверситет, 2012. – С.41-42.
13. Спортивная медицина, здоровье и физическая культура: материалы II Всерос. научно-практической конференции, 16-18.06.2011 г. – Сочи, 2011. – С.163–165.
14. Шахлина Л.Я.-Г. Физическая реабилитация. Современные аспекты / Л.Я.-Г. Шахлина // ППМБПФВС. - 2012. - № 9. – С. 98-103.
15. Юшко К.А. Развитие физической реабилитации в Украине // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. - 2009. - № 10. – С. 291-293.

Хачикян С.С.

Национальный технический университет Украины "КПИ"

ВСТРЕЧНАЯ АТАКА В БОКСЕ

На основе проведённых исследований проводится обобщение представлений о принципах подготовки спортсменов в боксе с использованием «встречной атаки». Рассмотрены вопросы методики обучения и оценки предрасположенности спортсменов к успешному использованию «встречной атаки».

Ключевые слова: подготовка спортсменов, спортивные единоборства, «встречная атака».

Хачикян С.С. Зустрічна атака в боксі. *На основі проведених досліджень проводиться узагальнення даних про принципи підготовки спортсменів у боксі із використанням «зустрічної атаки». Розглянуті питання методики навчання й оцінки схильності спортсменів до успішного використання «зустрічної атаки».*

Ключові слова: підготовка спортсменів, спортивні единоборства, зустрічна техніка.

Khachikian S.S. A meeting attack in boxing. *On the basis of the lead researches is spent the generalization of idea about principles of preparation sportsmen in boxing using «counter attack». Are considered the questions of training technique and an estimation of predisposition of sportsmen to successful use of «counter attack». A concept "Meeting technique" supposes organization of behavior of единоборца depending on the action of opponent. Actuality of this problem in the different types of single combats remains an exchange on all way of their existence. Variety of decision of private tasks of this problem allows to work out plenty of receptions of defense, counterattacks. In the system of martial arts there are appear types of single combats in that as a basic form of embay is used opponent's kinetic energy with the purpose of causing to him defeats. However at all variety of approaches in the decision of private tasks, a single idea about the construction of "meeting attack" presently is not present.*

Key words: preparation of sportsmen, combat sports, «counters attack».

Введение

Понятие «встречная атака» предполагает организацию поведения единоборца в зависимости от действия противника. Актуальность этой проблемы в различных видах единоборств остаётся неизменной на всём пути их существования. Многообразие решения частных задач этой проблемы позволило разработать большое количество приёмов защиты, контрприёмов. В системе боевых искусств появились виды единоборств, в которых как основная форма ведения боя используется кинетическая энергия противника с целью нанесения ему поражения. Однако при всём многообразии подходов в решении частных задач, единого представления о построении «встречной атаки» в настоящее время нет. Теоретическая концепция исследований. Такое положение можно объяснить сложностью самой постановки данной задачи. «Встречная атака» как вид противодействия является многофакторной системой организации ответных реакций по отношению к противнику. В данном случае необходимо учитывать особенности проявления двигательных качеств противников их двигательные способности и характерные свойства построения поединка. Всё это в целом и определяет направленность выбора действий каждого из соперников [1]. Разрешимость данной задачи возможна только при определённой мере обобщённости поставленных вопросов с последующей их детализацией при получении положительного результата на каждом этапе их рассмотрения. На первом уровне обобщения можно говорить только о двух характеристиках взаимодействия, а именно направленности организации своих действий и силы их проведения. Под направленностью действий необходимо понимать возможность наступления или уступок. При этом обеспечивать подчинение противника или подчиняться его стилю ведения боя. Выбор конкретной формы поведения в полной мере зависит от условий среды, в состав которой входит и сам противник с его формой поведения. В основе построения существующей встречной атаки заложено использование стандартно отработанных контрприёмов против таким же образом стандартно проводимых приёмов. Это естественный путь формирования встречной атаки, основанный на принципе «удар-защита». В данном случае защита понимается как использование незащищенных или слабых мест противника при выполнении его атаки [2, 3]. Упорядоченная система построения встречной атаки по принципу