

**Міністерство освіти і науки України
Національний університет
фізичного виховання і спорту України**

**Актуальні проблеми фізичної культури, спорту, фізичної
терапії та ерготерапії: біомеханічні, психофізіологічні та
метрологічні аспекти**

Матеріали
II Всеукраїнської електронної науково-практичної
конференції з міжнародною участю

*23 травня 2019 р.
Київ, Україна*

УДК 796.012.1:612.821:006.91

ББК 75.076

А 43

Актуальні проблеми фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії: біомеханічні, психофізіологічні та метрологічні аспекти: Матеріали II Всеукраїнської електронної науково-практичної конференції з міжнародною участю (Київ, 23 травня 2019 р.) / ред. Г.В. Коробейников, В.О. Кашуба, В.В. Гамалій. – К.: НУФВСУ, 2019. – 115 с.

Редакційна колегія:

Антомонов М.Ю., д.б.н., професор
Бондарь О. М., к.фіз.вих., доцент
Гамалій В. В., к.пед.н., професор
Гончарова Н.М., к.фіз.вих., доцент
Жарова І.О., д.фіз.вих., доцент
Жирнов О.В., к.фіз.вих.
Кашуба В. О., д.фіз. вих., професор
Коробейников Г.В., д.б.н., професор
Лазарева О.Б., д.фіз. вих., професор
Литвиненко Ю.В., к.фіз.вих., доцент
Носова Н.Л., к.фіз.вих., доцент
Шевчук О.М., к.фіз.вих.
Хмельницька І.В., к.фіз.вих., доцент
Юрченко О.А., к.фіз.вих.
Харкавлук-Балакіна Н.В., к.б.н.
Vaić Mario, PhD, Professor

У збірнику представлені матеріали з актуальних питань фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії з позиції біомеханічних, психофізіологічних та метрологічних аспектів. Розглянуто сучасні підходи і технології вдосконалення спортивно-технічної та тактичної майстерності, морфо-біомеханічні особливості руху людини – теоретичні та практичні аспекти моніторингу в спорті, фізичному вихованні, фізичній терапії та ерготерапії, біомеханічні та психофізіологічні аспекти формування тренувального процесу в спорті вищих досягнень, біомеханічні аспекти здорового способу життя як основи здоров'яформуючих та здоров'язберігаючих технологій у фізичному вихованні і спорті, біомеханічні технології в процесі адаптивного фізичного виховання, фізичної терапії та ерготерапії, моделювання, вимірювання та прогнозування у фізичному вихованні і спорті.

Зміст матеріалів конференції може представляти теоретичний та практичний інтерес для докторантів, аспірантів, магістрів, тренерів, викладачів, співробітників наукових установ та студентів.

Електронна версія збірника розміщена на сайті: <http://www.uni-sport.edu.ua/content/naukovi-konferenciyi-ta-seminary>

© Національний університет фізичного виховання і спорту України, 2019

Попель Сергій, Наконечна Світлана, Данищук Андрій, Баскевич Олег Патобіомеханіка кінематичних ланцюгів при сколіозі	33
Рой Ірина, Русанов Андрій, Русанова Ольга Застосування сонографічних методів в діагностиці структурно функціонального стану колінних суглобів у хворих на остеоартроз у процесі фізичної реабілітації	35
Совенко Сергій, Данилюк Діана Характеристики техніки спортсменів високої кваліфікації, які спеціалізуються в спортивній ходьбі на 20 км	37

III напрям. БІОМЕХАНІЧНІ ТА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ В СПОРТІ ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ

Korobeynikov Georgiy, Korobeynikova Lesia, Potop Vladimir, Mirzaei Bahman Psychophysiological states in elite wrestlers	40
Korobeynikov Georgiy, Korobeynikova Lesia, Baic Mario Psychophysiological diagnostics of functional states in wrestler	41
Muzyka Stanislav, Polishchuk Liubov, Nagorna Viktoriia The spatiotemporal parameters of movements of the top female tennis players	43
Shynkaruk Oksana, Yakovenko Elena, Lysenko Elena, Fedorchuk Svetlana, Tukayev Sergey, Kozhenkova Anastasiya Consideration the compatibility of athletes in the academic rowing crew	44
Міщенко Вікторія Моделювання психофізіологічного стану борців за нейродинамічними характеристиками та статистичними показниками варіабельності серцевого ритму в умовах тренувальних навантажень	46
Мочернюк Владислав Залежність кінематичних параметрів виконання «ривка» від ширини хвату важкоатлетів	48
Пільник Василь, Костянтин Сергієнко Психологічна підготовка спортсменів шорт-трековиків	50
Пимоненко Марія, Костюченко Ольга Аналіз часової структури техніки стрибків на батуті спортсменів початкового етапу підготовки	52
Федорчук Світлана, Іваскевич Дарина, Тукаєв Сергій, Петрушевський Євген Адаптивні та неадаптивні копінг-стратегії гандболістів-юніорів	54

IV напрям. БІОМЕХАНІЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЯК ОСНОВИ ЗДОРОВ'ЯФОРМУЮЧИХ ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ І СПОРТІ

Бишевец Наталія Удосконалення контролю робочої пози студента за комп'ютером у освітньому процесі	57
Босенко Анатолій, Топчій Марія, Севдалєв Сергій, Євтухова Лариса Нові можливості оцінки стану системи керування рухами	59
Гончарова Наталія, Прокопенко Анастасія, Грицай Владислав, Хабінець Тамара Рухові ігри у змісті здоров'яформуючої діяльності та процесу спортивного тренування дітей	61
Кашуба Віталій, Руденко Юлія, Ватаманюк Сергій Характеристика біогеометричного профілю постави чоловіків зрілого віку які займаються оздоровчим фітнесом	63
Клименко Ганна, Ільїн Володимир, Пастухова Вікторія, Філіппов Михайло Взаємозв'язок між фізичною і розумовою працездатністю у студенток під впливом занять шейпінгом	66

4. Давиденко ДН. Методика оценки мобилизации функциональных резервов организма по его реакции на дозированную нагрузку. Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2011;12(70):52–57.

5. Коренберг ВБ. Двигательные навыки и умения как деятельностные категории. На рубеже XXI века. Научный альманах МГАФК. 2004: 352–60.

6. Лапунтин АН. Практическая биомеханика, редактор. К.: Наук. світ; 2000. 298 с.

РУХОВІ ІГРИ У ЗМІСТІ ЗДОРОВ'ЯФОРМУЮЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ТА ПРОЦЕСУ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ ДІТЕЙ

Гончарова Наталія¹, Прокопенко Анастасія¹, Грицай Владислав², Хабінець Тамара¹

¹Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна,

²Національний технічний університет України «КПІ імені Ігоря Сікорського», Київ, Україна

Вступ. Гра, на початкових етапах розвитку людини в онтогенезі, є провідним видом діяльності, що дає змогу позбутися соціальних і психологічних труднощів у спілкуванні дитини із однолітками. Безперечно рухова гра є формою фізичної активності, яка має значний оздоровчий ефект за рахунок сприятливого впливу на організм людини фізичного навантаження, високої емоційності занять.

Потенціал рухових ігор у оздоровленні дітей було предметом дослідження Л. В. Ковальчук [6], Л. В. Шуби [11] та інш. Авторами доведено сприятливий вплив рухових ігор на формування особистості дітей, набуття ключових компетентностей для навчання та соціалізації дітей, досягненні значного оздоровчого ефекту.

Досвід використання рухливих ігор у системі підготовки спортсменів на різних етапах тренувального процесу було напрямом дослідження М. М. Степанова та ін. у баскетболі [10], А. П. Поповича, А. С. Госькова у гандболі [8], О. Л. Дуброва, І. Б. Гринченко у волейболі [5].

Останнім часом, нового бачення набуває використання рухливих ігор у процесі адаптивного фізичного виховання та спортивної діяльності осіб з інвалідністю [4, 7]. На думку науковців рухливі ігри – найбільш доступний і ефективний метод реабілітації, що дає можливість впливати на особи з інвалідністю при його безпосередній активній допомозі. Завдяки іграм буденне стає незвичайним, а тому особливо привабливим [3, 4, 7].

Додаткового розгляду потребують питання використання рухових ігор у системі здоров'яформуючої діяльності дітей та комплексного вирішення завдань тренувального процесу на початковому його етапі.

Мета роботи – розглянути рухові ігри як форму здоров'яформуючої та тренувальної діяльності дітей.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури.

Результати дослідження та їх обговорення. Рухливі ігри займають гідне місце у фізичному вихованні та спорті. Різноманіття змісту, форм та засобів, що набувають реалізації у руховій грі робить її універсальним засобом фізичного виховання та спортивного тренування.

Під час планування та визначення змісту рухових ігор у структурі фізкультурно-оздоровчої діяльності необхідно враховувати основну мету занять, зміст навчального матеріалу, види рухів, що входять до гри, фізіологічне навантаження під час гри [1], можливість та необхідність використання засобів різних видів спорту.

Методична послідовність змісту рухової гри потребує врахування координаційної складності основних рухових дій під час її проведення, а саме після координаційно-складних вправ слід додати більш прості завдання, в той самий час не слід після вправ, що

супроводжуються значним фізичним навантаженням (стрибки, біг, вправи із спротивом) використовувати складно-координаційні вправи.

Особливе місце рухові ігри займають у формуванні національної позиції членів суспільства, через відображення національних традицій, збереження національного досвіду. Для українців характерні рухові ігри та забав переважно легкоатлетичного та гімнастичного спрямування, що може бути пояснено способом життя українців, основою виживання, працею, дозвіллям [9].

У змісті здоров'яформуючої діяльності рухові ігри розкривають можливість реалізації дітьми набутого досвіду взаємодії у колективі, досягнення успіху та здобуття насаги на активні дії після поразки, керування діяльністю групи у якості капітану команди на фоні значного фізичного навантаження та емоційного підйому та багато ін. Рухові ігри, що виконуються на свіжому повітрі сприяють отриманню значного оздоровчого ефекту під впливом факторів зовнішнього середовища.

В той самий час рухові ігри розширюють арсенал засобів фізичного виховання у адаптивному фізичному вихованні, найчисельнішу групу серед яких складають ігрові завдання з елементами спортивних ігор та можливого виконання імітації основних елементів побутової діяльності. Неможливо переоцінити вклад рухових ігор у виховання особистості особи з інвалідністю. Соціалізація дітей через взаємодію в складі колективу під час гри переноситься в умови побуту.

Розглядаючи рухливі ігри в контексті ігрових видів спорту, слід відзначити, що саме рухливі ігри закладають основу активного залучення дітей до ігрових видів спорту. Можливість спрощення технічних та тактичних дій окремих видів спорту, як базової складової проведення рухливих ігор, створює умови для подальшого залучення дітей до тренувального процесу. Окрім цього на початковому етапі багаторічної підготовки у різних видах спорту ігрова діяльність складає основу підтримки інтересу до систематичних занять фізичними вправами та є формою розвитку основних рухових умінь та навичок.

Висновки. Підсумовуючи результати проведеного дослідження слід підкреслити важливу роль рухових ігор у змісті здоров'яформуючої діяльності та спортивного тренування дітей. В основу змісту рухових дій у руховій грі покладено переважно комбінацію бігу, стрибків, подолання перешкод, що супроводжуються вираженим фізичним навантаженням та емоційним підйомом. Для національних рухових ігор характерно використання забав переважно легкоатлетичного та гімнастичного спрямування, що може бути пояснено способом життя українців, основою виживання, працею, дозвіллям. Використання рухових ігор у спортивній діяльності створює умови для підтримки інтересу до систематичних занять фізичними вправами.

Література

1. Алдошин АВ, Еремін РВ. Особенности применения подвижных игр в различных видах спорта. В: Актуальные проблемы физической культуры и спорта курсантов и слушателей: сборник статей / под ред. С.Н. Баркалова, АВ. Алдошина. Орел: ОрЮИ МВД России имени В. В. Лукьянова, 2017. 307 с.
2. Бобренко І. Рухливі ігри як засіб інтенсифікації розвитку просторового орієнтування старших дошкільників із порушенням розумового розвитку. Особлива дитина: навчання і виховання. 2015;3:58-64.
3. Гончарова НМ. Концептуальні підходи здоров'яформуючої діяльності в процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. Український журнал медицини, біології та спорту. 2018;6(15). Т. 3:334-8.
4. Кашуба ВА, Бондарь ЕМ, Гончарова НН, Носова НЛ. Формирование моторики человека в процессе онтогенеза: монография. Луцк: Вежа-Друк; 2016. 232 с.
5. Дуброва ОЛ, Гринченко ІБ. Формування навичок гри у волейбол і баскетбол школярів 5-6 класів на основі застосування рухливих ігор. Спортивні ігри. 2018;2:12-20.

6. Ковальчук ЛВ. Психофізичний розвиток як фактор готовності шестилітніх дітей до навчання у школі [автореферат]. Львів: ЛДУФК; 2007. 20 с.
7. Печко ОМ. Спортивні і рухливі ігри як засіб фізичної реабілітації інвалідів. Спортивні ігри. 2017;1:46-8.
8. Попович АП, Госьков АС. Элементы мини-гандбола в виде подвижных игр с мячом у детей 5-7 лет. Знание. 2019;1-1(65):48-51.
9. Породько-Лях О. Ігри як засіб актуалізації народної фізичної культури. Теорія і методика фізичного виховання. 2012;4:91-6.
10. Степанова ММ, Степанов КС, Шафікова МВ. Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2016;8:93-9.
11. Шуба ЛВ. Рухливі ігри, як розвиток рухових якостей у школярів початкової школи. Наука і освіта. 2014;8: 212-6.

ХАРАКТЕРИСТИКА БІОГЕОМЕТРИЧНОГО ПРОФІЛЮ ПОСТАВИ ЧОЛОВІКІВ ЗРІЛОГО ВІКУ ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ОЗДОРОВЧИМ ФІТНЕСОМ

Кашуба Віталій, Руденко Юлія, Ватаманюк Сергій
Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

Вступ. Біомеханіка просторової організації тіла людини - це наука про одне з напрямків вчення про рухові функції людини [1, 2, 11, 12]. Вона вивчає особливості морфобіомеханічної будови тіла людини, моторику, біодинаміку і статику опорно-рухового апарату в різних умовах його рухової активності [5-7]. Просторова організація тіла характеризується біогеометричним профілем постави, опорно-ресорними властивостями стопи, пропорціями і типом тілобудови, топографією сил різних м'язових груп [3, 4, 13, 14].

Мета роботи - провести оцінку стану біогеометричного профілю постави чоловіків другого періоду зрілого віку що займаються оздоровчим фітнесом.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, контент-аналіз, біологічні, педагогічні методи дослідження, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Вивчаючи дані медичних карт учасників експерименту ми звернули увагу на негативну тенденцію, пов'язану із збільшенням частки чоловіків з порушеннями постави з віком (рис. 1).



Рис. 1. Характеристика типу постави чоловіків 36 – 45 років (n = 50)