



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ
ЧЕРКАСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО

**«ТЕНДЕНЦІЇ, ПРОБЛЕМИ ТА ВИКЛИКИ
СУЧАСНОЇ ФІЗІОЛОГІЇ, РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ
ТА ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ
РЕАБІЛІТАЦІЇ»**

Збірник наукових праць за матеріалами
МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
присвяченої 75-річчю навчально-наукового інституту фізичної культури,
спорту і здоров'я Черкаського національного університету
імені Богдана Хмельницького
(27-28 листопада 2024 року)

Черкаси - Київ 2024

ЗМІСТ

РОЗДІЛ 1.

МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ СПОРТУ ТА РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ

Біда А.М., Кожемяко Т.В.

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ДЗЮДО НА КОРЕКЦІЮ ПОРУШЕНЬ ОРА

Бочарова А.О., Лук'янцева Г.В.

ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ АМІНОКИСЛОТ З РОЗГАЛУЖЕНИМ ЛАНЦЮГОМ НА САМОПОЧУТТЯ СПОРТСМЕНІВ У СКЛАДНО-КООРДИНАЦІЙНИХ ВИДАХ СПОРТУ

Виноградов В., Льїн В., Філіппов М., Дьяченко А.

ПРОФІЛАКТИКА ХРОНІЧНОЇ ВТОМИ У СПОРТСМЕНІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ ЗАСОБАМИ КОМПЛЕКСУ ПОЗАТРЕНУВАЛЬНИХ ВПЛИВІВ

Галлямов М.А.

ОСОБЛИВОСТІ БІОЕНЕРГЕТИКИ СТУДЕНТІВ РІЗНИХ ВИДІВ СПОРТУ

Голубович Р., Ілюха Л.М.

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ВТОМИ НА ДИСТАНЦІЇ 400 МЕТРІВ З БАР'ЄРАМИ

Гусарова А.М., Вдовенко Н.В., Россоха Г.В., Пшеничнова А.В., Осипенко Г.А.
ФЕРИТИН ЯК МАРКЕР ВІЯВЛЕННЯ ЗАЛІЗОДЕФІЦИТНИХ СТАНІВ У КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ

Гусев В.Л., Бакуновський О.М., Бабак С.В., Полторацька І.Є.

РОЗВИТОК НАВИЧОК КОЛЕКТИВНОЇ ГРИ У ДІТЕЙ 7-9 РОКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ МІНІ-ФУТБОЛОМ

Долгополов А.М., Земцова І.І., Опарін С.М.

ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ РУХОВИХ ПЕРЕКЛЮЧЕНЬ В ПРОЦЕС ТРЕНУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЛЕГКОАТЛЕТІВ

Спіфанцева А.Д., Носова Н.Л.

ПРОФІЛАКТИКА ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ПОРУШЕНЬ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ У ГРАВЦІВ В ТЕНІС НАСТІЛЬНИЙ НА ЕТАПАХ ПОЧАТКОВОЇ ТА ПОПЕРЕДНЬОЇ

Зінченко С.В., Пастухова В.А., Колосова О.В.

ВПЛИВ ДОВІЛЬНОЇ ОКЛЮЗІЇ НА ПОСТУРАЛЬНИЙ БАЛАНС ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ, ЩО СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ У ВЕСЛУВАННІ НА БАЙДАРКАХ ТА КАНОЕ

Льїн В.

ОЦІНКА ВЕГЕТАТИВНОГО БАЛАНСУ У СПОРТСМЕНІВ З ОЗНАКАМИ І БЕЗ ОЗНАК ХРОНІЧНОЇ ВТОМИ

**Гусарова А.М., Вдовенко Н.В., Россоха Г.В., Пшеничнова А.В.,
Осипенко Г.А.**

**ФЕРИТИН ЯК МАРКЕР ВИЯВЛЕННЯ ЗАЛІЗОДЕФІЦИТНИХ СТАНІВ У
КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ**

*Державний науково-дослідний інститут фізичної культури і спорту,
Національний університет фізичного виховання і спорту, м. Київ, Україна*

Дефіцит заліза у спортсменів може існувати без прояву анемії та мати прихований перебіг, що може посилювати проблему. Саме це обумовлює необхідність проведення детальних досліджень спортсменів для виявлення залізодефіцитних станів (Гусарова А., 2023, 2024).

Найбільш специфічним лабораторним маркером недостатності заліза і залізодефіцитних станів вважається вміст сироваткового феритину в крові (Clépin G., Cordes M., 2015). У своїй роботі D. Nabhan та співавтори (Nabhan D., 2020) рекомендують використовувати критерії, які ґрунтуються на порогових значеннях феритину в крові для виявлення залізодефіциту у спортсменів. Мета - дослідження вмісту феритину та інших показників обміну заліза в крові кваліфікованих спортсменів, що спеціалізуються в різних видах спорту з метою виявлення залізодефіцитних станів.

Зв'язок із науковими програмами або практичними завданнями. Дослідження проведено в межах наукової теми «Контроль та корекція метаболізму кваліфікованих спортсменів за умов інтенсивних фізичних навантажень» (номер держреєстрації 0120U103004).

В дослідженні, яке проводилося на базі Державного науково-дослідного інституту фізичної культури та спорту (Київ, Україна), брали участь 159 кваліфікованих спортсменів (98 чоловіків та 61 жінка). Середній вік спортсменів – чоловіків $23,67 \pm 4,10$ роки, жінок $22,59 \pm 6,37$ років.

Дослідження проводили відповідно до основних біоетичних норм Гельсінської декларації Всесвітньої медичної асоціації про етичні принципи проведення науково-медичних досліджень із поправками (2000, з поправками 2008), Універсальної декларації з біоетики та прав людини (1997), Конвенції Ради Європи з прав людини та біомедицини (1997). Всі учасники дослідження ознайомлені з протоколами, умовами та можливими ризиками дослідження та надали письмову згоду на свою участь.

Були визначені наступні показники крові: концентрація феритину, гемоглобіну, вміст заліза, кількість еритроцитів та рівень гематокриту.

У результаті дослідження у обстежених спортсменів чоловіків і жінок залізодефіцитну анемію не виявлено. Встановлено, що значна кількість спортсменок (70 %) має прихований залізодефіцит. З них, 54 % жінок мають передлатентний дефіцит заліза та 16 % спортсменок – латентний залізодефіцит, що потребує відповідних рекомендацій щодо лікування та профілактики. Виявлено, що 54 % жінок та 2 % чоловіків мають передлатентний дефіцит заліза. В свою чергу, 16 % спортсменок – латентний залізодефіцит, що потребує відповідних рекомендацій щодо лікування та профілактики.

Результати наших досліджень підтверджують факт наявності проблеми залізодефіцитних станів у спортсменів, особливо жінок-спортсменок та вказують на важливість виявлення не тільки залізодефіцитної анемії, але й прихованих дефіцитів заліза з метою вчасного забезпечення ефективного лікування та профілактики.

Література

1. Гусарова, А., Вдовенко, Н., Россоха, Г., Козак, І., Шарафутдінова, С. (2023). Діагностика та можливі причини залізодефіцитних станів у кваліфікованих спортсменок. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова*. 5(94), 37-43. <https://doi.org/10.31392/NPU-ps.series5.2023.94.08>
2. Гусарова, А., Вдовенко, Н., Россоха, Г. (2023). Дефіцит заліза у спортсменів: причини, прояви, лабораторна діагностика. *Актуальні проблеми фізичної культури і спорту*. 44(1), 15-30.
3. Гусарова, А., Вдовенко, Н., Россоха, Г. (2024). Моніторинг залізодефіцитних станів у висококваліфікованих єдиноборців. *Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова*. 3К(176), 194-198.
4. Clénin, G., Cordes, M., Huber, A., Schumacher, Y., Noack, P., Scales, J., & Kriemler, S. (2015). Iron deficiency in sports – definition, influence on performance and therapy. *Swiss Medical Weekly*. <https://doi.org/10.4414/smw.2015.14196>
5. Nabhan, D., Bielko, S., Sinex, J. A., Surhoff, K., Moreau, W. J., Schumacher, Y. O., Bahr, R., & Chapman, R. F. (2020). Serum ferritin distribution in elite athletes. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 23(6), 554–558. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2019.12.027>