

2. Кукса, В. (2002). Професійна підготовка фахівців з фізичної реабілітації у вищих навчальних закладах (дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04). Київ (Kuksa, V. (2002). Professional training of specialists in physical rehabilitation in higher education institutions (PhD thesis). Kyiv). Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології, 2018, № 1 (75) 159

3. МОЗ України рекомендує залучати студентів-реабілітологів до навчальних практик у закладах охорони здоров'я. Режим доступу: [http://www.moz.gov.ua/ua/portal/pre\\_20170601\\_a.html](http://www.moz.gov.ua/ua/portal/pre_20170601_a.html). (The Ministry of Health of Ukraine recommends involving rehabilitation students in educational practices in health care institutions. Retrieved from: [http://www.moz.gov.ua/ua/portal/pre\\_20170601\\_a.html](http://www.moz.gov.ua/ua/portal/pre_20170601_a.html).)

4. Національний класифікатор України: Класифікатор професій ДК 003-10. [зміни від 7.11.2016 № 1171], Вип. 78. (2016). К.: Держстандарт України. Режим доступу: [http://search.ligazakon.ua/l\\_doc2.nsf/link1/MOZ26676.html](http://search.ligazakon.ua/l_doc2.nsf/link1/MOZ26676.html). (National Classifier of Ukraine (2016): Classifier of professions DK 003-10 [changed from 11.11.2016 to 1171], 78. Retrieved from: [http://search.ligazakon.ua/l\\_doc2.nsf/link1/MOZ26676.html](http://search.ligazakon.ua/l_doc2.nsf/link1/MOZ26676.html).)

5. Сайт Верховної Ради України. Про затвердження переліків закладів охорони здоров'я, лікарських посад, посад фармацевтів, посад фахівців з фармацевтичною освітою (асистентів фармацевтів), посад професіоналів у галузі охорони здоров'я, посад фахівців у галузі охорони здоров'я та посад професіоналів з вищою немедичною освітою у закладах охорони здоров'я. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0892-02#Text>

6. World Federation of Occupational Therapists. WFOT [Electronic resource]. URL:<http://www.wfot.org/Education/EducationandResearch.aspx>

## **ЗАСОБИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ПОСТАВИ**

**Головкіна Вікторія<sup>1</sup>, Сальникова Світлана<sup>2</sup>, Бойко Марина<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>*Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського*

*Кафедра фізичного виховання*

<sup>2</sup>*Вінницький торговельно-економічний інститут КНТЕУ*

*Кафедра фізичного виховання та спорту*

[viktoriiia.holovkina@vspu.edu.ua](mailto:viktoriiia.holovkina@vspu.edu.ua)

**Постановка проблеми.** Аналіз науково-методичної [1, 2]. літератури з проблеми дослідження показав, що останнім часом широко розглянута проблема сколіозу у дітей різного віку [5, 7]. Починаючи з часу формування плоду [4, 7], далі з моменту народження і потім у дошкільному та шкільному

віці ця патологія призводить до порушень багатьох систем життєдіяльності організму [3, 7], а надалі до повної інвалідності в зрілому віці [1, 7]. Досліджено, яку функцію для людини виконує здоровий хребет [6, 8] а також фактори ризику виникнення сколіозу та ступені його важкості [1, 2]. При розробці програми фізичної терапії при сколіозі слід звертати увагу на доступність засобів та методів реабілітації. Лікування сколіозів комплексне. Разом із загально-терапевтичними, гігієнічними засобами, ортопедичними методами лікування застосовують лікувальну фізичну культуру, лікувальний масаж, гідрокінезітерапію, фізіотерапію.

**Обговорення.** Провідним засобом профілактики та лікування сколіозів є застосування фізичних вправ, які можуть бути виконані, як на суші, так і в умовах водного середовища із застосуванням додаткового обладнання. У віці від 8 до 12 років дитина не розуміє суть фізичних вправ та цілі, які вони переслідують. Тому першочергово дитині повинно бути цікаво та максимально комфортно під час лікування.

Під час заняття ЛФК можливе використання фітнес резинок. Фітнес стрічки замінюють застаріле фітнес обладнання таке як: скакалки, палиці та м'ячі, вони є доступніші та безпечніші. Такі вправи допоможуть безболісно та комфортно підготувати дитину до занять у воді, розігріють та розтягнуть м'язи, що знизить можливість травмування під час занять у воді, а також завдяки елементам дихальної гімнастики підготують легені дитини до тренування.

Час проведення занять у воді може корегуватися і залежить від підготовки дітей та цілі заняття. Використовуються вправи із додатковим обладнанням (аквагантелі, аквапояси, акванудлси, аквачобітки, тощо) Вправи виконуються у вертикальному положенні методом колового тренування. Широко застосовуються вправи на розтягування, дихальні вправи в умовах водного середовища.

При хворобах опорно-рухового апарату абсолютно неприпустимі вправи на скручування.

Лікувальний масаж при сколіозі рекомендують три рази на тиждень. Курс масажу- 15-20 сеансів по 20 хв.

**Рекомендації.** Як доповнення до вищевказаних методів лікування може використовуватися фізіотерапія - електростимуляція м'язів, магнітотерапія, парафін, озокерит.

Обов'язково потрібно розуміти, що після закінчення лікування слід систематично відвідувати басейн і вести активний спосіб життя. Правильно побудоване заняття з фізичної реабілітації при сколіозі є запорукою безпеки дитини.

### Література

1. Башкирин И. Н. Современные подходы к развитию физической реабилитации. Олімпійський спорт і спорт для всіх : матеріали ІХ Міжнар. наук. конгресу. К. : Олімп. л-ра, 2005. С. 763.

2. Білошицька Н. Профілактика та корекція порушень постави у учнів загальноосвітніх шкіл. Л. : Логос, 1999. 32 с.
3. Головкина В.В. *Застосування елементів аквафітнесу й інтервального гіпоксичного тренування в системній підготовці плавців 11-12 років* [дисертація]. Вінниця: ВДПУ ім. М.Коцюбинського, 2020. 220 с.
4. Дикий Б.В., Добра П.П. *Методи об'єктивної оцінки ефективності реабілітаційних заходів при проведенні ЛФК. Методичні рекомендації*. Ужгород, 2013. 55 с.
5. Кашуба В. А. *Биомеханика осанки* Киев : Олимп. лит., 2003. 278 с.
6. Макарова Е. Вплив комплексу фізичної реабілітації на клініко-фізіологічні показники дітей, які страждають на сколіоз. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2001. № 2–3. С. 70–73.
7. Шклярєнко А.П. *Лечебная физкультура при сколиозе в различные периоды онтогенеза. Физкультура в профилактике*. 2003. № 3. С. 6–50.
8. Furman YuM, Holovkina VV, Salnykova SV, Sulyma AS, Brezdeniuk OYu, Korolchuk AP, Nesterova SYu. *Effect of swimming with the use of aqua fitness elements and interval hypoxic training on the physical fitness of boys aged 11-12 years. Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*. 2018;22(4):184–188. doi:10.15561/18189172.2018.

## **ЗАСТОСУВАННЯ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

**Дідик Тетяна**

*Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла*

*Коцюбинського*

*Кафедра теорії і методики спорту*

[Ztat261@gmail.com](mailto:Ztat261@gmail.com)

**Постановка проблеми.** Сучасний стан розвитку нашого суспільства характеризується стрімким зростанням інформаційних і комунікаційних технологій (ІКТ). Створюються нові можливості підготовки освічених і добре підготовлених спеціалістів у вищих навчальних закладах, адже саме такі технології можуть створити передумови для формування соціальних і комунікативних компетенцій, розвиток самостійного навчання. У сфері фізичної культури і спорту широко використовуються інформаційні технології як у процесі навчання, так і в процесі спортивного тренування. У зв'язку з ситуацією, викликаною пандемією COVID-19, перехід на