

ПОВЕРНЕННЯ ДО ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТОК-ГАНДБОЛІСТОК ПІСЛЯ ТРАВМ

Стрикаленко Євгеній

*Херсонський державний університет
Кафедра олімпійського та професійного спорту
strikalenko76@gmail.com*

Постановка проблеми. В основі походження спортивної травми, так само як й у будь-якій іншій формі патології, лежать об'єктивні й суб'єктивні фактори, кожний з яких в одному випадку може бути причиною ушкодження, а в іншому - умовою його виникнення. Тут варто враховувати, крім того, характер і локалізацію травми, що перебувають залежно від кваліфікації й віку спортсмена. Так, у новачків і спортсменів нижчих розрядів переважають легкі травми, що не вимагають тривалого лікування (забиті місця м'яких тканин, садна, явища, пов'язані з перевантаженням опорно-рухового апарата, тощо).

Обговорення. У опитуванні прийняли участь студентки-гандболістки декількох жіночих команд України. Анкетування складалось з питань про кількість, вид, умови і час отримання травми, про причини та види лікування, а також особиста думка спортсмена про причини травматизму в гандболі і як вплинула травма на його подальшу змагальну діяльність. Отже, найбільший відсоток неповернення до спортивної діяльності гандболісток – це після розриву зв'язок (кожна третя спортсменка), що пояснюється саме наведеними вище причинами. Після струсу мозку не повернулася кожна п'ята гандболістка, а після проблем з менісками – кожна четверта. Серед гандболісток, які змогли повернутися до повноцінного спортивного життя після досить серйозної травми, переважають особи з холеричним та сангвіністичним типом темпераменту.

Рекомендації. Звідси слідує, що окрім фізичного відновлення, значну увагу слід приділяти психологічній реабілітації гравців. Ця робота допоможе підвищити кількість спортсменок, котрі після травми повертаються до занять спортом.

ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ» У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Сулима Алла, Бекас Ольга, Корольчук Анатолій

*Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського
Кафедра медико-біологічних основ фізичного виховання і фізичної реабілітації
allasulyma16.83@gmail.com*

Постановка проблеми. Викладання дисципліни «Фізичне виховання» у закладах вищої освіти з огляду на погіршення епідеміологічної ситуації у багатьох регіонах нашої країни, а також у рамках заходів щодо запобігання поширення коронавірусної інфекції проводиться за так званою «дистанційною формою».

Обговорення. Згідно літературних джерел «дистанційні технології» це певні електронні засоби й способи передачі інформації (у даному випадку навчальної) між учасниками навчального процесу у віртуальному освітньому середовищі. На сьогодні єдиним інформаційним середовищем із вільним доступом є Інтернет.