

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Державний заклад
«Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського»
Національний університет «Чернігівський колегіум
імені Т. Г. Шевченка»
Professional association of kinetotherapists and manual therapist from
republic of Moldova
Uniwersytet Szczeciński (Polska)
University of Bucharest (Romania)
Навчально-науковий інститут фізичної культури, спорту та
реабілітації
Кафедра фізичної реабілітації, біології і охорони здоров'я

АДАПТАЦІЙНІ МОЖЛИВОСТІ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ

З Б І Р Н И К
НА У К О В И Х П Р А Ц Ь
XV МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ,
присвяченої
105-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації,
біології і охорони здоров'я та
60-річчю створення лабораторії функціональної діагностики
імені професора Т. М. Цонєвої
19–20 вересня 2024 року
м. Одеса
Частина 2
Одеса – 2024

УДК 796611.7–053.67(063)

Рецензенти:

- **С. П. Гвоздій** – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри фізіології, здоров'я і безпеки людини та природничої освіти Одеського національного університету імені І.І. Мечникова;
- **І. Л. Ганчар** – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри спортивних дисциплін Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького

Головний редактор

Босенко Анатолій, доктор педагогічних наук, кандидат біологічних наук, професор

Редакційна колегія:

Коробейніков Георгій	доктор біологічних наук, професор (Німеччина-Україна)
Лизогуб Володимир	доктор біологічних наук, професор (Україна)
Магльований Анатолій	доктор біологічних наук, професор (Україна)
Михалюк Євгеній	доктор медичних наук, професор (Україна)
Носко Микола	доктор педагогічних наук, професор (Україна)
Орлик Надія	кандидат біологічних наук, доцент (Україна)
Потоп Володимир	доктор педагогічних наук, професор (Румунія)
Приймаков Олександр	доктор біологічних наук, професор (Польща)
Топчій Марія	кандидат біологічних наук, доцент (Україна)
Холодов Сергій	Кандидат педагогічних наук, доцент (Україна)

Адаптаційні можливості дітей та молоді: збірник наукових праць XV Міжнародної науково-практичної конференції, присвяченої 105-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації, біології і охорони здоров'я та 60-річчю створення лабораторії функціональної діагностики імені професора Т. М. Цонєвої Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (Одеса, 19–20 вересня 2024 року, Ч. 2) / голов. ред. А. І. Босенко. Одеса: Університет Ушинського, 2024. 328 с.

У збірнику наукових праць конференції представлені роботи широкого кола фахівців з сучасних проблем фізичного виховання і спорту. В статтях розкриваються медико-біологічні, фізіолого-гігієнічні, психолого-педагогічні та валеологічні основи розширення адаптаційних можливостей дітей та молоді, зміцнення їх здоров'я, а також питання підготовки фахівців за відповідними напрямками.

Рекомендовано до друку вченою радою ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» *(протокол № 3 від 31.10.2024 року)*

УДК: 796611.7–053.67(063)

Дегтяренко-Мельник Т. В., Бринза І. В., Лавриненко М. Р.	
Визначення працездатності особи до роботи в умовах підвищеної небезпеки за логікою психофізіологічної експертизи.....	113
Дегтяренко-Мельник Т. В., Капун Г. А.	
Вплив антистресової гімнастики на адаптивний імунітет учнів.....	120
Донець І. О., Міненко А. О., Кійко Т. Б.	
Вплив фізичної культури на формування та збереження здоров'я учасників освітнього процесу.....	126
Єдинак Г. А.	
Характеристика деяких інноваційних підходів у фізичному вихованні дітей та молоді.	138
Жіра Г. І.	
Організація фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни в умовах ветеранських просторів.....	147
Іванська О. В., Гальченко Л. В., Матвєєв І. Л.	
Фізіологічні механізми сприйняття образу рухів у тренуванні спортсменів.....	153
Калиниченко І. О., Латіна Г. О.	
Оцінка професійного вигорання педагогів різних вікових груп в умовах воєнного стану.....	158
Каратєєва С. Ю, Слободян О. М.	
Встановлення соматотипу команди майстрів спорту України з футболу «Університет»	164
Коваленко С. О., Циганник Р. А., Дзюник І. С.	
Кровообіг нижніх кінцівок у спортсменів при градуальній пасивній ортопробі.....	169
Козакевич В. К., Зюзіна Л. С., Мелащенко О. І., Козакевич О. Б.	
Перспективні аспекти формування та збереження здоров'я в дітей шкільного віку.....	177
Кольчак В. А.	
Аналіз організаційного механізму розвитку кадрового потенціалу сфери фізичної культури і спорту на регіональному рівні.....	183
Коробейніков Г. В., Коробейнікова Л. Г., Коханевич А. І., Вітенко Д. П., Сінь Хаоруй, Ван Сяньюй	
Контроль за функціональним станом кваліфікованих борців на етапі спеціалізованої базової підготовки.....	189
Кривошеєв Д. А., Іщук А. М., Красовська Г. В., Дзюбенко Н. В., Кривошеєв А. В.	
Вплив омега-3 на здоров'я людей, що займаються фітнесом та бодібілдингом.....	199
Магльований А. В., Кунинець О. Б., Іваночко О. Ю., Хомишин В. П.	
Вплив дозованого фізичного навантаження на параметри серцево-судинної системи студенток.....	205
Магльований А. В., Кунинець О. Б., Іваночко О. Ю., Кравець Х. П.	
Характеристика засобів моделювання рівня фізичних навантажень студенток.....	211
Myloslavska O. V., Shapoval I. Yu.	
Types of conflicts in sports teams and effective methods of their resolution.....	219
Mykhaliuk Ye. L., Horokhovskiy Ye. Yu., Bosenko A. I., Orlyk N. A.	
Physical working capacity as a health indicator and its relation to the occurrence of "infinite tone" phenomenon in soccer players.....	226

symptoms of occupational burnout in the conditions of martial law are: "backed into a corner", "dissatisfaction with oneself", "depersonalization" and "emotional alienation".

Occupational burnout of teachers before the age of 31 is characterized by the formed symptom complex of "exhaustion", from 31 to 40 - "resistance" and after 41 years - "exhaustion". At the age of 31-40, higher manifestations of the "reduction of professional responsibilities" symptom were found, at the age of 41-50 - the symptom of "dissatisfaction with oneself". After the age of 51, the symptoms of "depersonalization" decrease.

Key words: *occupational burnout, mental health, teachers, state of health, pandemic, martial law.*

УДК 611.94.068:572.087]-056.1:796.332

Каратєєва С. Ю, Слободян О.М.

(Україна, м. Чернівці)

ВСТАНОВЛЕННЯ СОМАТОТИПУ КОМАНДИ МАЙСТРІВ СПОРТУ УКРАЇНИ З ФУТБОЛУ «УНІВЕРСИТЕТ»

Анотація: *з метою встановлення типів конституції 16-х членів команди майстрів спорту України з футболу «Університет» проводили антропометричне дослідження та визначали тип конституції і екскурсію грудної клітки. В результаті встановлено, що серед членів футбольної команди найбільша кількість є нормостеніками. Також встановлені розбіжності типів конституції на основі індексу Піньє (нормостенічний тип конституції мають 10 (62,4 %) членів футбольної команди, астеничний (гіпостенічний) 3 (18,8 %), гіперстенічний тип теж 3 (18,8 %) досліджуваних, проте за довжиною нижньої кінцівки мезоморфний тип конституції у 12 (75 %) футболістів, брахіморфний у 4 (25 %) футболістів, доліхоморфного типу конституції не відмічено.*

Ключові слова: антропометрія, соматотип, екскурсія огруддя, футбол.

Ряд науковців вважають, що фактором, який визначає успіхи у спорті, є морфологічні особливості будови тіла людини. Крім того, спортивний результат багато в чому визначається конституцією тіла [1-4].

У середньому за матч, який триває 90 хвилин, професійний футболіст пробігає 10 кілометрів, а вимоги гри зросли настільки сильно, що необхідність бути масивнішим, сильнішим та вибуховішим є важливішими, ніж коли-небудь [5]. Щоб зберегти достатню фізичну форму для виконання цього складного завдання, багато футбольних команд мають спеціалізовані програми, які зосереджені на зміцненні та підготовці м'язових груп, які найчастіше використовуються у футболі.

Отже, хоча на даний час багато методів для оцінки анатомічних параметрів тіла є доступними, але не існує методології критерію, визначеної саме для футболістів.

Матеріал та методи. Дослідження проведено на 16-х гравцях команди майстрів спорту України з футболу «Університет», м. Чернівці, 17.45 ± 1.15 років, яким проводили антропометричні виміри за модифікованою методикою П.П. Шапаренка і на підставі антропометричних вимірів визначали тип конституції [3] та екскурсію грудної клітки [4].

Визначення типу конституції за Чорноручким М.В., встановлювали на основі індексу Піньє: $L - (P + T)$, де L- довжина тіла, P – вага, T- окружність грудної клітки. У гіпостеніків(астеніків) цей індекс більше 10, у гіперстеніків менше 10, у нормостеніків в межах від 10 до 30, а також за довжиною нижньої кінцівки, де $Ind = \text{довжина нижньої кінцівки} / \text{зріст} \times 100$. Виходячи з показників індексу, доліхоморфний тип будови нижньої кінцівки відповідає значенню більше 55, від 50 до 55 вказує на мезоморфний (середній) тип будови нижньої кінцівки. Якщо показник менше 50 – брахіморфний тип будови [1].

Визначення екскурсії грудної клітки проводили шляхом оцінки різниці між величинами окружності при максимальному вдиху і максимальному видиху, що складає екскурсію (рухливість) грудної клітки (високий 10,0 і більше, середній 5,0-9,9, низький 4,9 і менше 10). [5]

Провівши визначення соматотипів серед на основі індексу Піньє було отримано такі дані, що нормостенічний тип конституції був відмічений у 10 (62,4 %), членів футбольної команди, астеничний (гіпостенічний) у 3 (18,8 %), відповідно гіперстенічний тип також у 3 (18,8 %) досліджуваних спортсменів.

Отже, відповідно до отриманих результатів найбільша кількість футболістів є нормостеніками.

Під час проведення визначення типу конституції за довжиною нижньої кінцівки членів футбольної команди, в переважній більшості спортсменів переважає мезоморфний тип конституції – 12 (75 %), а брахіморфний тип конституції був відмічений тільки у 4 (25 %) футболістів. В той час відмічається, що доліхоморфного типу конституції серед досліджуваних членів футбольної команди не було.

За результатами показників екскурсії грудної клітки встановлено, що високий рівень екскурсії грудної клітки відмічений у 7 (43,75 %) футболістів, середній у 8 (50 %) членів команди та низький рівень екскурсії грудної клітки відмічений тільки у одного футболіста (6,25 %) серед членів команди.

Обговорення. У кожному виді спорту є найоптимальніші пропорції тіла і свій ідеальний соматотип. Особи, у яких особливості будови тіла збігаються з певним "спортивним типом", більшою мірою пристосовані до досягнення високих результатів у конкретних видах спорту [5]

На думку Баранецького Г., успіх спортсмена переважно залежить від антропометричних чинників, зокрема актуальним є дослідження конституції тіла та соматотипу, на основі результатів яких є можливим передбачити високі результати майбутніх спортсменів.

Гриньків М.Я. та автори описали, що у футболістів спостерігаються всі типи конституції. Переважає центральний тип: найбільш виражена мезоморфія, залежно від амплуа, у одних гравців - у поєднанні з екто-, а у інших — з мезоморфією [5].

Отже, наші проведені дослідження щодо соматотипів на основі індексу Піньє показали, що нормостенічний тип конституції мають 10 (62,4 %) членів футбольної команди, астенічний (гіпостенічний) 3 (18,8 %), гіперстенічний тип теж 3 (18,8 %) досліджуваних спортсменів.

За результати проведення визначення типу конституції за довжиною нижньої кінцівки членів футбольної команди встановлено, що в переважній більшості спортсменів переважає мезоморфний тип конституції – 12 (75 %), а брахіморфний тип конституції був відмічений тільки у 4 (25 %) футболістів, доліхоморфний тип конституції серед досліджуваних членів футбольної команди не відмічений

Отже, відповідно до отриманих результатів найбільша кількість футболістів є нормостеніками, згідно двох методик, хоча враховуючи методики визначення типів конституції на основі індексу Піньє та за довжиною нижньої кінцівки, очевидно, що є розбіжності соматотипів.

Беручи до уваги різницю по встановленню типу конституції у членів однієї футбольної команди, що викликає сумнів використовувати дані методики для відповідних видів спорту з метою подальшого спортивного відбору.

Виходячи з цього, стає ймовірним щодо необхідності подальшого вивчення даного питання тому, що не з'ясованими залишаються критерії та методики оцінки, індекси та аналіз результатів показників індексів з метою пошуку єдиних підходів до методики встановлення типів конституції.

Висновки. 1. Серед членів футбольної команди найбільша кількість є нормостеніками (мезоморфний тип).

2. Встановлені розбіжності типів конституції на основі індексу Піньє та за (нормостенічний тип конституції мають 10 (62,4 %) членів футбольної команди,

астенічний (гіпостенічний) 3 (18,8 %), гіперстенічний тип теж 3 (18,8 %) досліджуваних, проте за довжиною нижньої кінцівки мезоморфний тип конституції у 12 (75 %) футболістів, брахіморфний у 4 (25 %) футболістів, доліхоморфного типу конституції не відмічено.

3. Необхідності подальшого вивчення даного питання тому, що не з'ясованими залишаються критерії та методики оцінки, індекси та аналіз результатів показників індексів з метою пошуку єдиних підходів до методики встановлення типів конституції.

References

1. Vovk YuM, Vovk OIu. Indyvidualni anatomichna minlyvist ta yikh kliniko-morfolohichne znachennia. Kharkiv. 2019; 188 s. [Ukrainian].
2. Karatieieva SYu, Slobodian OM, Moseychuk YuYu, Hauriak OD, Goy RS. Study of anthropometric and morphometric parameters in the training of atheletes. *Ukrainskyi zhurnal medytsyny, biolohii ta sportu*. Mykolaiv. 2021; 6, 5 (33): 16-22. DOI: 10.26693/jmbs06.05.016 [Ukrainian].
3. Svitlana Yu. Karatieieva, Oleksandr M. Slobodian, Halyna I. Honchar, Volodymyr.S. Nazarevych, Ksenia V. Slobodian, Andriy V. Korolianchuk. Establishment of types constitutions in students – athletes and in students-medicists with their further analysis. *Wiadomosci Lekarskie* 2022; LXXV (4): 955-958. DOI: 10.36740/WLek202204206.
4. Shaparenko PF. *Antropometriia*. Vinnytsia: VDMU im. M.I. Pyrohova, 2000: 71 s. [Ukrainian].
5. Hrynkiv MIa, Vovkanych LS, Muzyka FV. Sportyvna morfolohiia (z osnovamy vikovoi morfolohii). *Navchalnyi posibnyk*. LDUFK. Lviv. 2015; 304 s. [Ukrainian].

S.Yu. Karatieieva, O.M. Slobodian

DETERMINATION THE SOMATOTYPE OF THE FOOTBALL TEAM «UNIVERSITY» OF MASTERS OF SPORTS OF UKRAINE

Abstract: *in order to determine the types of constitution of 16 members of the team of masters of sports of Ukraine in football "University", an anthropometric study was conducted and the type of constitution and excursion of the chest were determined. As a result, it was established that among the members of the football team, the largest number are normosthenics. Differences in constitution types were also established based on the Piñet index (10 (62.4%) members of the football team have a normosthenic type of constitution, 3 (18.8%) have an asthenic (hyposthenic) constitution, 3 (18.8%) also have a hypersthenic type, but according to the length of the lower limb, 12 (75%) football players have a mesomorphic type of constitution, 4 (25%) football players have a brachymorphic type, and no dolichomorphic type of constitution was noted.*

So, the task arises regarding the need for further study of this issue, because the evaluation criteria and methods, as well as indices and analysis of the results of the indices with the aim of finding unified approaches to the method of establishing constitution types, remain unclear.

Key words: *anthropometry, somatotype, breast examination, football.*

УДК 612.13:796.8

Коваленко С. О., Циганник Р. А., Дзюник І. С.

(Україна, м. Черкаси)

КРОВООБІГ НИЖНІХ КІНЦІВОК У СПОРТСМЕНІВ ПРИ ГРАДУАЛЬНІЙ ПАСИВНІЙ ОРТОПРОБІ

У 17 спортсменів зі змагальною діяльністю, що проходить в умовах субмаксимальної потужності та 17 неспортсменів віком 18-25 років проводили

Наукове видання

АДАПТАЦІЙНІ МОЖЛИВОСТІ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

XIV Міжнародної науково-практичної конференції,
присвяченої
105-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації,
біології і охорони здоров'я та
60-річчю створення лабораторії функціональної діагностики
імені професора Т. М. Цонєвої

19–20 вересня 2024 року
м. Одеса

Частина 2

Матеріали зверстані з електронних носіїв, наданих авторами публікацій.
Відповідальність за наукову достовірність матеріалів та відсутність плагіату
несуть автори

Головний редактор А. І. Босенко
Технічні редактори: О. В. Бобро
Дизайн обкладинки А. І. Босенко, Н. А. Орлик, М. С. Топчій
(фото Н. А. Орлик)