

**УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО  
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ  
КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ  
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА  
СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,  
СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**МАТЕРІАЛИ VI ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ  
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ  
17-18 листопада 2022 року**

Одеса  
Букаєв Вадим Вікторович  
2022

## ДОСЛІДЖЕННЯ ТРАВМАТИЗАЦІЇ В ВОЛЕЙБОЛІ СЕРЕД НЕ ПРОФЕСІЙНИХ ГРАВЦІВ

Овдій М.О., Максимов Є.В., Бойчук П. В

Національний медичний університет  
імені О. О. Богомольця, Київ, Україна

**Актуальність.** Волейбол – це неконтактний, комбінаційний вид спорту, де кожен гравець має особисту спеціалізацію на майданчику. Важливими якостями для гравців у волейбол є можливість високо піднятися над сіткою, реакція, координація, фізична сила для ефективного виконання атакуючих ударів, та витривалість, бо партія в волейбол може тривати досить довго. Тобто відбувається задіяння всіх основних фізичних якостей людини. Як і в інших видах спорту гравці в волейбол можуть піддаватись травмам через багатогранність даного виду спорту та нетиповість фізіологічних рухів. В літературних джерелах є дані про характер травматизму серед професійних гравців, відомо, що але не достатньо інформації для непрофесійного волейболу.

**Мета роботи.** Дослідити характер травматизму у непрофесійних гравців волейболу залежно від віку, статі та соматотипу.

**Матеріали і методи** Нами була розроблена анкета та проведено анкетування в дистанційному форматі за допомогою Google-форми серед непрофесійних гравців, що відвідують секцію волейболу в НМУ ім О.О. Богомольця. Анкета складалась з особистих даних, антропометричних даних, характеру травм, яких дістав гравець, досвіду гри в волейбол.

**Результати.** Всього було опитано 48 волейболістів, серед яких 69% склали чоловіки та 31% жінки, середній вік  $24,4 \pm 9,23$  років. Нами було виявлено, що серед опитаних шкідливі звички (паління) спостерігались у 30%. За антропометричними даними нами було встановлено, середній показник індексу маси тіла (ІМТ) склав  $23,2 \pm 3,3$  кг/м<sup>2</sup> що відповідає нормальному значенню, середній зріст гравців –  $1,80 \pm 0,10$  м, що говорить про вище за середнє значення і є типовим для даного виду спорту, середня маса тіла –  $75,7 \pm 14,6$  кг. Оцінка соматотипу гравців показала, що 20% досліджуваних були ендоморфами, 67% - мезоморфами та 13% - екторморфами. Серед всіх досліджуваних гравців загальний рівень травматизму під час гри у волейбол склав – 64,5 % в основному за рахунок травм нижніх кінцівок. Найбільший рівень травматизації ми виявили у ендоморфів – 80%, зокрема це травми нижньої кінцівки. У екторморфів травми зустрічались у 16,4% виявилось, що переважають травми верхньої кінцівки – близько 75%. Серед мезоморфів травми зустрічались у 60,6%, спостерігали близько 54% травм нижньої кінцівки

та 46% - верхньої кінцівки. Не професійні гравці в волейбол чоловіки мають вищий рівень травматизму 60,6% у порівнянні з жінками 46,6%. Також було проведено оцінку травматизму залежно від віку та досвіду гри у волейбол та встановлено, що ризики травм мають тенденцію до зростання після 25 років та на пряму залежать від тривалості досвіду гри у волейбол, але характер травм не змінюється.

**Висновки.** Не професійні гравці у волейбол, ендоморфи за соматотипом мають найвищий рівень травматизму, за рахунок травматизації нижніх кінцівок, чоловіки у порівнянні з жінками мають вищий рівень травматизації під час гри, гравці після 25 років мають суттєве збільшення травматизму.

#### **Література:**

1. Данилова Г. Р., Кириллова Т. Г. «Травмы в волейболе» *Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта* 4 (13) (2009): 48-51.

2. Никулина Н. М., and В. В. Усачев. Травмы в волейболе и их профилактика. *Вестник научных конференций*. No. 9-3. ООО Консалтинговая компания Юком, 2019.

3. Коноплева А. Н., Черкесов Т. Ю. Профилактика травм плечевого сустава и реабилитация волейболистов на основе специального комплекса упражнений. *Теория и практика физической культуры* 10 (2015): 80-80.

## **НОВА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В НОВІЙ УКРАЇНСЬКІЙ ШКОЛІ**

**Онищук С. О.**

КЗВО «Одеська академія неперервної освіти Одеської обласної ради»,  
м. Одеса, Україна

**Анотація.** Даний матеріал структуровано таким чином, щоб фахівець та вчитель закладу загальної середньої освіти мав обізнаність у навчально-методичному забезпеченні освітнього процесу Нової української школи. Цьогоріч всі заклади загальної середньої освіти України розпочали впровадження Державного стандарту базової середньої освіти та нових типових освітніх програм, які впроваджують освітні компоненти, можливості та очікувані результати.

Актуальність даного матеріалу значно полегшує роботу вчителя фізичної культури закладу загальної середньої освіти сьогодення, роз'яснено вимоги та виклики нової фізичної культури у середній ланці закладу з впровадженням Держстандарту, та подальшій мотивуючої складової до самоосвіти нового вчителя.