

**Волинський національний університет  
імені Лесі Українки  
Кафедра фізичної терапії та ерготерапії**

# **СУЧАСНІ ОЗДОРОВЧО-РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ**

**Матеріали I Регіональної науково-практичної  
конференції молодих учених**

**Випуск 10**



**Луцьк – 2020**

С 91

УДК 796 (05)

Свідомство про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації:  
серія КВ № 14690-3661Р видане 21.05.2008 р.

**РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:**

- |                 |  |
|-----------------|--|
| Андрійчук О.Я   | – доктор наук з фізичного виховання та спорту,<br>професор (голова редакційної колегії)                  |
| Сітовський А.М. | – кандидат наук з фізичного виховання та спорту,<br>доцент (відповідальний секретар редакційної колегії) |
| Валецький Ю.М.  | – доктор медичних наук, професор   |
| Колесник Г.В.   | – доктор медичних наук, професор   |
| Цюпак Т.Є.      | – кандидат педагогічних наук, доцент   |
| Якобсон О.О.    | – кандидат медичних наук, доцент   |
| Усова О.В.      | – кандидат біологічних наук, доцент  |
| Лавринюк В.Є.   | – кандидат медичних наук, доцент   |
| Сергеев В.М.    | – кандидат медичних наук, доцент   |
| Тучак А.М.      | – кандидат педагогічних наук, доцент   |
| Грейда Н.Б.     | – кандидат педагогічних наук, доцент   |
| Ульяницька Н.Я. | – кандидат біологічних наук  |
| Гайдучик П.Д.   | – кандидат психологічних наук  |

Сучасні оздоровчо-реабілітаційні технології : матеріали I Регіональної науково-практичної конференції молодих учених / ВНУ ім. Лесі Українки, каф. фіз. терапії та ерготерапії ; редкол.: О. Я. Андрійчук [та ін.]. – Луцьк, 2020. – Вип. 10. – 111 с.

У збірнику вміщено тези доповідей, що висвітлюють сучасні технології оздоровчої та реабілітаційної роботи з різними категоріями населення.

Збірник розрахований на фізичних терапевтів, аспірантів, магістрантів й студентів галузі знань «Охорона здоров'я».

*Видається за рішенням кафедри фізичної терапії та ерготерапії  
(протокол № 5 від 28 грудня 2020 року).*

## ЗМІСТ

<i>Грейда Наталія, Вуйцик Віталій</i> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ КІФОЛОРДОТИЧНІЙ ПОСТАВІ У ДІТЕЙ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ .....	7
<i>Ульяницька Наталія, Гарбарчук Віталій</i> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ХВОРИХ ІШЕМІЧНОЮ ХВОРОБОЮ СЕРЦЯ НА САНАТОРНОМУ ЕТАПІ ВІДНОВНОГО ЛІКУВАННЯ.....	9
<i>Гупік Марія, Усова Оксана</i> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ГІПОТОНІЇ .....	11
<i>Зінченко Руслан</i> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ТА СЕРЦЕВА РЕАБІЛІТАЦІЯ У ПАЦІЄНТІВ З СЕРЦЕВО-СУДИННИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ.....	13
<i>Івашиків Марія, Кондзерська Вероніка</i> ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ХРОНІЧНИХ ОБСТРУКТИВНИХ ЗАХВОРЮВАННЯХ ЛЕГЕНЬ .....	17
<i>Капризова Надія</i> АМБУЛАТОРНА ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗІ ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА .....	19
<i>Карпук Юлія, Якобсон Олена</i> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ АРТЕРІАЛЬНІЙ ГІПЕРТЕНЗІЇ II СТАДІЇ.....	22
<i>Ульяницька Наталія, Міщук Діана</i> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПАЦІЄНТІВ ПІСЛЯ АРТРОСКОПІЇ КОЛІННОГО СУГЛОБА У ВІДНОВНОМУ ПЕРІОДІ .....	24
<i>Цюпак Тетяна, Німчук Ольга</i> ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА ПСИХОМОТОРНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ З СИНДРОМОМ ДАУНА.....	26
<i>Ульяницька Наталія, Ознамець Наталія</i> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ОСІБ З ТРАВМАТИЧНИМ УШКОДЖЕННЯМ ГОЛОВНОГО МОЗКУ НА ЕТАПІ ВІДНОВНОГО ЛІКУВАННЯ.....	28
<i>Грейда Наталія, Остролуцька Діана</i> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ НЕЙРОЦИРКУЛЯТОРНІЙ ДИСТОНІЇ У ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ .....	30
<i>Пахнюк Наталія, Грицай Оксана</i> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ДЛЯ ВІДНОВЛЕННЯ ХОДЬБИ В ОСІБ ПІСЛЯ ІНСУЛЬТУ .....	33

<b>Грейда Наталія, Первов Валерій</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ТРАВМАТИЧНИХ УШКОДЖЕННЯХ ШИЙНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА У ЮНАКІВ ТА ДІВЧАТ 18-19 РОКІВ.....	35
<b>Приймачук Владислав, Якобсон Олена</b> ЕФЕКТИВНІСТЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ОСТЕОАРТРОЗІ КУЛЬШОВОГО СУГЛОБУ .....	37
<b>Роман Уляна</b> ПРОБЛЕМА ВЕГЕТАТИВНИХ ДИСФУНКЦІЙ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ .....	39
<b>Трохимчук Олена</b> ЕФЕКТИВНІСТЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ВІДНОВЛЕННІ ФУНКЦІЇ ВЕРХНЬОЇ КІНЦІВКИ ХВОРИМ, ЩО ПЕРЕНЕСЛИ ІШЕМІЧНИЙ ІНСУЛЬТ У РАННЬОМУ ВІДНОВНОМУ ПЕРІОДІ .....	41
<b>Троць Олена, Якобсон Олена</b> ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПАЦІЄНТІВ З ХРОНІЧНИМИ ОБСТРУКТИВНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ ЛЕГЕНЬ .....	43
<b>Усова Оксана, Чех Олена</b> ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДЛЯ ПАЦІЄНТІВ З НЕПОВНОЮ ТРАВМОЮ СПИННОГО МОЗКУ .....	46
<b>Грейда Наталія, Шеремета Марія</b> КОРЕКЦІЯ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ГЛУХИХ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ КІНЕЗІОТЕРАПІЇ .....	48
<b>Грейда Наталія, Юхимук Вадим</b> КОРЕКЦІЯ ПОКАЗНИКІВ МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ТА РУХОВОЇ ФУНКЦІЇ ПРИ ЦЕРЕБРАЛЬНОМУ ПАРАЛІЧІ У ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ .....	50
<b>Чурпій Ігор, Голод Наталія, Янів Олеся, Федорівська Леся, Куравська Юлія, Тудоси Василина</b> ШЛЯХИ УДОСКОНАЛЕННЯ ЗАСВОЄННЯ СТУДЕНТАМИ ПРАКТИЧНИХ НАВИЧОК З ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ .....	52
<b>Дутчак Юрій, Томчишена Наталія</b> ОСОБИСТІСНІ ЧИННИКИ ЕФЕКТИВНОЇ УПРАВЛІНСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖЕРА .....	54
<b>Ризак Володимир, Квіквінія Палміра</b> ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ У ЛЮДСЬКІЙ ДІЯЛЬНОСТІ .....	59
<b>Квасниця Олег, Щеглюк Роман</b> РОЗВИТКОК ВИТРИВАЛОСТІ ЮНИХ ЛЕГКОАТЛЕТІВ, ЯКІ СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ У БІГУ НА ДОВГІ ДИСТАНЦІЇ .....	61

<b>Сахарук Любомир</b> КЛІНІКО - ПСИХОПАТОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РЕКУРЕНТНОГО ДЕПРЕСИВНОГО РОЗЛАДУ .....	66
<b>Камалян Ерік, Гайдучик Петро</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ВЕРТЕБРОГЕННОМУ ОСТЕОХОНДРОЗІ .....	67
<b>Ніколайчук Андрій, Гайволя Руслан</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ АРТРОЗІ КОЛІННОГО СУГЛОБА .....	70
<b>Конончук Надія, Тучак Анатолій</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ СТЕГНОВОЇ КІСТКИ.....	72
<b>Бойковська Вікторія</b> ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ЛІКУВАЛЬНОЇ ГІМНАСТИКИ ВАГІТНИМ .....	74
<b>Димидюк Антон, Тучак Олег</b> ОРГАНІЗАЦІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ДІТЕЙ З НАДЛИШКОВОЮ МАСОЮ ТІЛА ТА ОЖИРІННЯМ .....	77
<b>Ліщина Олена, Мельничук Вікторія</b> ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА ПОКАЗНИКИ САМОПОЧУТТЯ, АКТИВНОСТІ ТА НАСТРОЮ НАРКОЗАЛЕЖНИХ ОСІБ .....	79
<b>Олійник Сергій, Андрійчук Ольга</b> ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ КОРОНАВІРУСНІЙ ХВОРОБІ	81
<b>Пантелєєв Владислав</b> КОРЕКЦІЙНА АНІМАЛОТЕРАПІЯ ПРИ ПОРУШЕННЯХ М'ЯЗОВОГО ТОНУСУ .....	83
<b>Сава Марія-Марта</b> ВЕРБАЛЬНІ ТА ТАКТИЛЬНІ МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НЕДОНОШЕНИХ ДІТЕЙ .....	85
<b>Андрійчук Богдан</b> РЕАКЦІЯ КАРЦИНОМИ МОЛОЧНОЇ ЗАЛОЗИ НА НЕОАД'ЮВАНТНУ ПОЛІХІМІОТЕРАПІЮ .....	87
<b>Головерса Олена, Грицай Оксана</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ХВОРОБІ ПАРКІНСОНА.....	89
<b>Лойко Ірина</b> ВПЛИВ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ТА ГОСТРОТУ ЗОРУ ДІТЕЙ 9-10 РОКІВ З КОРОТКОЗОРИСТІЮ.....	91
<b>Сітовський Андрій, Савчук Ігор, Слюсар Аліна, Олійник Яна</b> ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ РЕЗЕРВ СЕРЦЯ ТА ФІЗИЧНА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ПІДЛІТКІВ 12-14 РОКІВ РІЗНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП.....	94

**Цюпак Тетяна, Вронський Михайло**

ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА МОРФО-ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН  
ПІДЛІТКІВ ІЗ СКОЛІОЗОМ І-ІІ СТУПЕНЯ..... 96

**Грейда Наталія, Ютовець Іван**

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ТРАВМАХ ГОМІЛКОВОСТОПНОГО  
СУГЛОБУ У ФУТБОЛІСТІВ ..... 99

**Костишин Денис**

ФІЗИЧНА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ТА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЮНИХ  
ФУТБОЛІСТІВ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ БІОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ ..... 101

**Бойчук Вікторія**

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧОЇ АЕРОБІКИ НА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ТА  
РУХОВИЙ РОЗВИТОК ДІВЧАТ-ПІДЛІТКІВ..... 104

**Воловник Олександр**

РОЗВИТОК СИЛОВОЇ ВИТРИВАЛОСТІ В АТЛЕТИЧНІЙ  
ГІМНАСТИЦІ З УРАХУВАННЯМ МОРФОЛОГІЧНИХ  
ОСОБЛИВОСТЕЙ..... 106

**Гарбарець Олена**

РЕАКЦІЯ СИСТЕМИ ДИХАННЯ НА СИЛОВІ НАВАНТАЖЕННЯХ У  
ЮНАКІВ 15-17 РОКІВ ..... 108

Сітовський // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – Луцьк, 2002. – Т. 2. – С. 34–36.

— — — — —

*Гарбарець Олена*

## **РЕАКЦІЯ СИСТЕМИ ДИХАННЯ НА СИЛОВІ НАВАНТАЖЕННЯ У ЮНАКІВ 15-17 РОКІВ**

*Хмельницький інститут соціальних технологій Університету «Україна»*

**Вступ.** Вирішення проблем здоров'я дітей і підлітків, удосконалення їхнього фізичного розвитку, вимагає комплексного виявлення закономірностей індивідуального розвитку організму на всіх етапах онтогенезу. Великий науковий інтерес являє вивчення росту і розвитку організму дітей з різним рівнем рухової активності, що допоможе більш правильно розробляти медико-біологічні програми життєзабезпечення підростаючого покоління. В житті дитини рухова активність є фактором активної біологічної стимуляції, який сприяє удосконаленню механізмів адаптації, підвищенню показників фізичного здоров'я. Гармонійність фізичного розвитку один із найважливіших показників здоров'я [1-4].

Отже, проблема взаємозв'язку і встановлення рівнів загальносоматичного і біологічного розвитку має величезне науково-прикладне значення. Комплексних досліджень фізичного розвитку і стану функціональної системи дихання підлітків при адаптації до фізичних вправ силового характеру в доступній нам літературі недостатньо. Вікові особливості становлення моторики, та її вегетативного забезпечення у школярів вивчені недостатньо. Між тим, знання закономірностей розвитку даного контингенту вимагає першочергової уваги.

**Мета дослідження:** вивчити показники зовнішнього дихання під впливом навантаження силового характеру в підлітків 15-17 років.

**Методи дослідження.** Теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури; опитування у формі інтерв'ю і бесіди; педагогічні спостереження; тестування фізичної підготовленості і функціонального стану; антропометрія; педагогічний експеримент; математико-статистичесний аналіз.

**Результати дослідження.** У якості силового навантаження ми пропонували такі види вправ: згинання і розгинання рук в упорі лежачи, кількість разів, утримання кута у висі на щабліні, у сек. Проведені дослідження дозволили виявити деякі особливості у розвитку функціональних можливостей апарату дихання в учнів. Дослідження показали, що утримання кута в упорі (сек.) юнаки 15-17 років виконували в середньому 6.4 сек. у 15-річному віці, 10,6 сек. - у 16-річному віці і у 17-річному віці до 11,4 сек.

Під впливом цього силового навантаження в учнів відбувалося підвищення показників зовнішнього дихання: частоти дихання (ЧД), дихального об'єму (ДО), хвилинного об'єму дихання (ХОД), резервного об'єму дихання (РОВид). Так, частота дихання (ЧД) вірогідно зросла в 15-річних юнаків до 150,9 % від вихідного рівня (з 20,4 дихальних актів у хвилину до 30,8). У 16 і 17-річних було відзначено незначне збільшення ЧД після силового навантаження (утримання кута в упорі) на 116 % і на 115 % від вихідного рівня.

Дихальний об'єм (ДО) більше усього збільшувався в групі 16-річних юнаків, збільшення було значне (до 180,2 %), у 17-річних зміни оцінюються як помірні (до 151 %) від вихідного розміру. У групі 15-річних юнаків дихальний об'єм збільшився, але незначно (до 106,4 %) від вихідного рівня.

Силкові навантаження (утримання кута в упорі) викликали підвищення показника ХОД (хвилинного об'єму дихання). Значне напруження дихальної системи було відзначено в 16-річних юнаків, ХОД зріс у них до 212,7 % від вихідного рівня, але при цьому збільшення показника ХОД відбувалося більше за рахунок дихального об'єму – до 180,3 % від рівня спокою, ніж за рахунок частоти дихання (ЧД) – до 116 %.

Така ж картина змін хвилинного об'єму дихання (ХОД) відзначалася в 17-річних юнаків, але ступінь напруження дихальної системи був менш виражений. ХОД зріс до 175 % і теж за рахунок ДО (151 %), а не за рахунок ЧД (115 %). Юнаки 15-річного віку виконували силові навантаження менш раціонально, тому що ХОД зріс (до 160 %), але не за рахунок ДО (до 106 %), а більше за рахунок збільшення частоти дихання (до 150,9 %) від рівня спокою.

Характер зміни життєвої ємності легень (ЖЄЛ) у юнаків 15-17 років на силові навантаження був односпрямованим. Так, ЖЄЛ незначно знижувалася після навантаження в 15-річних на 2,8 %, у 16-річних на 2,03 % і в 17-річних на 2,1 %, що склало у всіх групах - 54-55 мл від рівня спокою.

Зниження ЖЄЛ після виконання навантажень свідчить про стомлення і про зниження спроможності дихальних м'язів до скорочення.

**Висновки.** Реакція дихальної системи в обстежених юнаків 15-17 років на силові навантаження носить сприятливий характер (по показниках ЧД, ДО, ХОД, ЖЄЛ). Застосовувані на уроках фізичної культури види силових вправ (утримання кута в упорі, згинання і розгинання рук в упорі) адекватні можливостям організму школярів 15-17 років, тому що виконання кожної з окремо узятих силових управ свідчить про наявність вентиляційної спроможності дихальної системи. Значний, але адекватний ступінь напруження функції дихальної системи був відзначений в юнаків після виконання силової вправи (утримання кута в упорі) за показниками ЖЄЛ, ХОД, ЧД.

#### *Список використаних джерел*

1. Глазирін І. Д. Особливості зовнішнього дихання та серцевої діяльності юнаків 15-17 років різних рівнів біологічного розвитку / Глазирін І. Д., Портніченко В. І., Моїсеєнко Є. В. Євтушенко О. Л., Войнар Ю., Середенко



- М. М. // Особливості формування та становлення психофізіологічних функцій в онтогенезі: Матеріали симпозиуму. – Київ - Черкаси, 1999. – С. 22.
2. Кузнецова Т. Д. Возрастные особенности дыхания детей и подростков / Т.Д.Кузнецова. – М.: Медицина, 2006. – 128 с.
  3. Сітовський А. М. Функціональний стан серцево-судинної системи як критерій диференціації фізичного навантаження для школярів / А. М. Сітовський // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – Луцьк, 2002. – Т. 2. – С. 34–36.
  4. Сітовський А. М. Фізична працездатність підлітків в умовах диференційованого фізичного виховання з урахуванням темпів їх біологічного дозрівання / А. М. Сітовський // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац ун-ту ім Лесі Українки / уклад.: А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк, 2009. – № 1 (5). – С. 61– 65.

— — — —