

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

НАЦІОНАЛЬНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ М. П. ДРАГОМАНОВА



Серія 15

НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ
ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
(*фізична культура і спорт*)

Випуск 3К (131) 21

Київ
Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова
2021

MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE

NAUKOWYI CHASOPYS

NATIONAL PEDAGOGICAL DRAGOMANOV UNIVERSITY



Series 15

**SCIENTIFIC AND PEDAGOGICAL
PROBLEMS OF PHYSICAL CULTURE**
(physical culture and sports)

Issue 3K (131) 21

Kyiv
Publishers of National Pedagogical Dragomanov University
2021



The collection is included in the list of professional scientific publications of Ukraine in the branches of science:

"Pedagogical Sciences" (order of the Ministry of Education and Science of Ukraine № 1222 dated 07.10.2016)

"Physical education and sport" - (order of the Ministry of Education and Science of Ukraine № 528 dated 12.05.2015).

State Committee for Television and Radio Broadcasting of Ukraine: Certificate of State Registration of the Printed Media - Series KV № 8821 dated 01.06.2004.

The collection is included in the list of scientific professional publications of Ukraine of category "B" by branches of science: 011 "Pedagogical sciences", 017 "Physical education and sports" - (Order of the Ministry of Education and Science № 886 from 02.07.2020).

Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Series № 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports): Sb. scientific works / Ed. O. V. Tymoshenko. - K.: Publishing house of National Pedagogical Dragomanov University, 2021 - Issue 3K (131) 21. – s. 457

The article deals with the results of theoretical and scientific-experimental research in the field of pedagogical science, physical education and sports, highlights pedagogical, medical and biological, psychological and social aspects, innovative technologies of training physical culture, training practices of athletes. The collection is intended for graduate students, doctoral students, scientific, pedagogical and scientific and pedagogical workers. Articles are printed in the author's wording.

Editorial Board:

- Andrushchenko V.** Doctor of Philosophy, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, rector of the National Pedagogical Dragomanov University (head of the board);
- Bondar V.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Vernidub R.** Doctor of Philosophy Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Yevtukh V.** Doctor of History Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Drobot I.** Doctor of Historical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Zhaldak M.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Zernetska A.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Matsko L.** Doctor of Philology Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Padalka O.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Corresponding Member of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Sinyov V.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Torbin G.** Doctor of Physical and Mathematical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Shut M.** Doctor of Sciences (Physics and Mathematics), Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University.

Responsible editor O. Tymoshenko

Editorial board:

- Tymoshenko O.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Candidate of Science in Physical Education and Sports, National Pedagogical Dragomanov University;
- Tomenko O.** Doctor of Science in Physical Education and Sports, Professor, Sumy State Pedagogical University;
- Putrov S.** Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Domina Zh** Candidate of Pedagogical Sciences, Assistant Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Malechko T.** Candidate of Pedagogical Sciences, Assistant Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Andreeva O.** Doctor of Science in Physical Education and Sports, Professor, National University of Physical Education and sports of Ukraine;
- Griban G.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Zhytomyr State University named after I. Franko;
- Prontenko K.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, S. Korolev Zhytomyr Military Institute;
- Prontenko V.** Candidate of Science in Physical Education and Sports, Assistant Professor, S. Korolev Zhytomyr Military Institute;
- Ayer Ezhie** Doctor of Pedagogical Sciences, Doctor of Science in Physical Education, Professor at Szczecin University, Poland;
- Priyamakov O.** Doctor of Biological Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University.

Approved by the decision of the Academic Council of the National Pedagogical Dragomanov University

ЗМІСТ 3 К (131) 2021

1.	<i>Martynova N.P., Kuzko E. O.</i> PROBLEMS OF DISTANCE LEARNING OF APPLICANTS OF HIGHER EDUCATION IN «PHYSICAL CULTURE».....	13
2.	<i>Medvedev P.Yu., Sevdalev S.V., Vrublevskiy, E.P.</i> THE METHODOLOGY OF GENERAL PHYSICAL TRAINING IN AN ANNUAL TRAINING CYCLE OF QUALIFIED FEMALE ATHLETES SPECIALIZING IN KAYAKING.....	17
3.	<i>Pryimakov Oleksandr, Eider Erzy, Pełkala Damian, Mazurok Nataliya</i> STAN FUNKCJONALNY I WYDOLNOŚĆ AEROBOWA FIZYCZNA OSÓB SPECJALIZUJĄCYCH SIĘ W RÓŻNYCH DYSCYPLINACH SPORTU.....	21
4.	<i>Азаренкова Л. Л.</i> ПІДВИЩЕННЯ ВИТРИВАЛОСТІ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ СКАНДИНАВСЬКОЇ ХОДЬБИ НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	25
5.	<i>Андрійчук А. С., Кузьменко В. Ю., Стельмахівська В. П.</i> СУЧАСНИЙ ПОГЛЯД НА ФІЗИЧНУ ТЕРАПІЮ ПРИ СКОЛІОЗІ І-ІІ СТУПЕНЯ ДІВЧАТ 17-18 РОКІВ НА ПОЛІКЛІНІЧНОМУ ЕТАПІ.....	29
6.	<i>Антонова-Рафі Ю.В., Легезіна Л.О.</i> ВПЛИВ КІНЕЗІОТЕЙПУВАННЯ НА ПАЦІЄНТІВ З ГІНОЇДНОЮ ЛІПОДИСТРОФІЄЮ.....	33
7.	<i>Арефьев В. Г., Михайлова Н. Д.</i> БІОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ ДИФЕРЕНЦІЙОВАНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ.....	38
8.	<i>Базилевич Н.О., Божко С. А., Тонконог О. С.</i> ВПЛИВ ЗАСОБІВ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ НА СИЛОВІ ТА ШВИДКІСНО-СИЛОВІ ЯКОСТІ СТУДЕНТІВ КОЛЕДЖУ.....	41
9.	<i>Бакіко І. В., Дмитрук В. С., Ніколаєв С. Ю.</i> ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ І САМООЦІНКИ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ШКОЛЯРІВ 5-ИХ ТА 11-ИХ КЛАСІВ.....	44
10.	<i>Бойчук Р. І., Шанковський А. З., Захаркевич Т. М.</i> ОСОБЛИВОСТІ ВДОСКОНАЛЕННЯ ПСИХІЧНИХ ПРОЦЕСІВ ЮНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ.....	49
11.	<i>Бочкова Н. Л., Шевцова А. В.</i> МЕТОДИ ТА ЗАСОБИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ РЕВМАТОЇДНОМУ АРТРИТІ.....	53
12.	<i>Бочкова Н. Л., Філатова А. В.</i> АЛЬТЕРНАТИВНІ МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ХВОРИХ ПІСЛЯ ЛІВОСТОРОННЬОГО ГЕМОРАГІЧНОГО ІНСУЛЬТУ НА РАННЬОМУ ВІДНОВНОМУ ЕТАПІ.....	56
13.	<i>Булейченко О. В., Підвальна О.В.</i> ОБГРУНТУВАННЯ ВПРОВАДЖЕННЯ НЕТРАДИЦІЙНИХ ВИДІВ ФІТНЕСУ В САМОСТІЙНІ ЗАНЯТТЯ СТУДЕНТІВ ЗВО, ВІДНЕСЕНИХ ДО СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП, ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ.....	59
14.	<i>Бурлака І. В., Лукачина А. В.</i> ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ТА ЙОГО ЦІННІСТЬ ДЛЯ СТУДЕНТІВ ЯК СПОСОБУ УКРІПЛЕННЯ ЗДОРОВ'Я.....	63
15.	<i>Ващук Л., Кренделева В., Ковальчук Н.</i> ФІТНЕС В СИСТЕМІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ МОЛОДІ.....	68
16.	<i>Вдовенко Н. В., Осипенко Г. А., Россоха Г. В.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНУВАННЯ ТА КОРЕКЦІЇ АНТИОКСИДАНТНОЇ СИСТЕМИ В ОРГАНІЗМІ СПОРТСМЕНІВ ПІД ЧАС НАПРУЖЕНОЇ М'ЯЗОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	72
17.	<i>Вихляев Ю.М.</i> ТЕХНІЧНІ ЗАСОБИ ТРАКЦІЇ ХРЕБТА.....	77
18.	<i>Воловик Н. І., Пугров О. Ю.</i> ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ МЕТОДУ ПІЛАТЕС.....	82
19.	<i>Галай М. Д., Марущак М. О., Мішаровський Р. М.</i> ВПЛИВ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ РОЗВИТКУ НА ЗАСВОЄННЯ ВПРАВ З М'ЯЧЕМ КООРДИНАЦІЙНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	85
20.	<i>Глагоцук О. Г.</i> СПЕЦИФІКА ФОРМУВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ТЕХНІЧНОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ.....	88
21.	<i>Глуценко Н. В., Буренко М. С., Борисенко Н. В.</i> ВИКОРИСТАННЯ ДИХАЛЬНОЇ ГІМНАСТИКИ ЗА СИСТЕМАМИ МАРИНИ КОРПАН В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ДІВЧАТ 15-16 РОКІВ.....	92
22.	<i>Гоголь Т. В., Кіндрат В. К., Мамчур С. Л.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЛОГІСТИЧНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ.....	97
23.	<i>Гончаренко І. С.</i> ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ПЕДАГОГА ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	101
24.	<i>Гордієнко О.</i> СУЧАСНІ ПІДХОДИ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ПІЛАТЕСУ В ПРОЦЕСІ ОЗДОРОВЛЕННЯ СТУДЕНТОК.....	105
25.	<i>Грибан Г. П., Ткаченко П. П., Краснов В. П.</i> ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ ВПРАВАМИ З ГИРЯМИ ЗІ СТУДЕНТАМИ З НИЗЬКИМ РІВНЕМ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ.....	108
26.	<i>Гутько О.І., Остапенко Г.О., Хроменков Д.В.</i> ВЗАЄМОДІЯ ТРЕНЕРА І ПСИХОЛОГА В РОЗДІЛІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА БОРЦЯ ВІЛЬНОГО СТИЛЮ.....	112
27.	<i>Гуцул Н.З., Гудима Г. Б., Нестеренко Л. О.</i> МОДЕЛЬНІ ПОКАЗНИКИ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ПАУЕРЛІФТЕРІВ-ПОЧАТКІВЦІВ З МЕТОЮ КОНТРОЛЮ ТРЕНУВАЛЬНОГО НАВАНТАЖЕННЯ.....	115
28.	<i>Дідковський В. А., Матвієнко М. І.</i> СПЕЦІАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК КОМПОНЕНТ ОСВОЄННЯ СТУДЕНТСЬКОЮ МОЛОДДЮ ОСНОВ САМОЗАХИСТУ.....	119
29.	<i>Данилко В. М.</i> ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК ОДИН ІЗ КОМПОНЕНТІВ ПРОФЕСІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	123

30.	Дмітрієва Н. С., Воловик Н. І. МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ СПОРТСМЕНІВ З КУЛЬОВОЇ СТРІЛЬБИ ДО ПОДОЛАННЯ ЗМАГАЛЬНИХ ТРУДНОЩІВ.....	127
31.	Дудорова Л. Ю., Черновський С. М. ДІАГНОСТИКА ТЕОРЕТИЧНИХ ЗНАТЬ СТУДЕНТІВ-ДИЗАЙНЕРІВ З ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ».....	130
32.	Дутчак М. В., Чеховська Л. Я. ЗМІСТ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФІТНЕС-ПЕРСОНАЛУ.....	134
33.	Єрмоленко О. В., Єрмоленко М. В. НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ АКЦЕНТОВАНОГО ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ ДО ІННОВАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ НА ОСНОВІ ВИКОРИСТАННЯ У НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ СУЧАСНИХ ПЕДАГОГІЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НАВЧАННЯ.....	138
34.	Єфременко В. М. Сироватко З. В. СУЧАСНИЙ СТАН ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ.....	141
35.	Жайворонок О. О., Кольцова О. Є. ОПТИМІЗАЦІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ ОЛІМПІЙСЬКОЇ ОСВІТИ.....	144
36.	Забіяко Ю. О., Могильний І. М. ШЛЯХИ ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ НА ДОСВІДІ ПРОВІДНИХ КРАЇН.....	149
37.	Завальнюк О. В. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ У ПОШИРЕННІ СВИТОГЛЯДУ ЗДОРОВОГО СТИЛЮ ЖИТТЯ.....	155
38.	Капцюг Ю. Ф., Чарняўская Т. Н. АРГАНІЗАЦІЙНА-МЕТАДИЧНІЯ АСНОВЫ ЦЬЮТАРСКАЙ ДЗЕЙНАСЦІ ФАКУЛЬТЭТА ФІЗИЧНАГА ВИХОВАННЯ УСТАНОВЫ АДУКАЦЫІ “БЕЛАРУСКІ ДЗЯРЖАЎНЫ ПЕДАГАГІЧНЫ УНІВЕРСІТЭТ ІМЯ МАКСІМА ТАНКА”.....	158
39.	Касіч Н. П., Бінецький Д. О., Недільська А. І. ОСОБЛИВОСТІ ВИХОВАННЯ ЦІЛЕСПРЯМОВАНОСТІ УЧНІВ 7-9 КЛАСІВ ЗАСОБАМИ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	161
40.	Катлоўскі А.У. ПАДРЫХОЎКА ДЗЮДАІСТАЎ-ПАРАЛІМПІЙЦАЎ У ПЕРАДСПАБОРНІЦКІЯ ПЕРЫЯДЫ.....	164
41.	Кафтанова Т. В., Яворська Т. Є., Домбровська О. Л. ЕФЕКТИВНІСТЬ ПЕРЕДАЧ М'ЯЧА У ГРАВЦІВ СТУДЕНТСЬКОЇ БАСКЕТБОЛЬНОЇ КОМАНДИ ПІД ЧАС ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	168
42.	Кириченко О. В., Атаманюк С. І. ВИКОРИСТАННЯ ОЗДОРОВЧИХ ВПРАВ ЙОГИ НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП.....	171
43.	Клачко Н. В. ФІЗИЧНА ПАРЫХТАВАНАСЦЬ ДЗЯЦЕЙ ДАШКОЛЬНАГА ЎЗРОСТУ, ЯКІЯ ЗАНІМАЮЦЦА ФІТНЭСАМ.....	175
44.	Ковальчук Н. М., Санюк В. І., Деделюк Н. А. ГІМНАСТИКА ДЛЯ ВСІХ - ДОСТУПНИЙ ВИД МАСОВОГО СПОРТУ.....	178
45.	Козак Є. П., Остапенко О. І., Тимчик М. В. ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ В ПРОЦЕСІ ВІЙСЬКОВО-СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	182
46.	Козицька А. П., Пшенична Л. П. ОСНОВНІ ТЕОРЕТИЧНІ ПОЛОЖЕННЯ ТА ПРИНЦИПИ ПОБУДОВИ ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ В ПЕРІОД КАРАНТИНУ.....	186
47.	Корх-Черба О. В., Севастьяненко Л. В. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ЗМІСТ ЗАНЯТЬ З ОЗДОРОВЧОГО ФІТНЕСУ ЗА СИСТЕМОЮ ПІЛАТЕСА ДЛЯ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....	191
48.	Кострікова К. Є. СТРУКТУРНІ КОМПОНЕНТИ СФОРМОВАНОСТІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ - КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ПІД ЧАС ВПРОВАДЖЕННЯ ОЛІМПІЙСЬКИХ ЦІННОСТЕЙ В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ.....	194
49.	Костюченко М. А., Рябенко В. Г., Донець І. О. КОНДИЦІЙНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЯК ОСНОВНИЙ ПОКАЗНИК ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ.....	200
50.	Кравченко Т. П. ВИКОРИСТАННЯ НЕТРАДИЦІЙНИХ ЗАСОБІВ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	203
51.	Краснов В. П., Панченко В. Ф. ЦЕНТРИ СТУДЕНТСЬКОГО СПОРТУ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ: ПРАВОВІ ТА ФІНАНСОВО-ЕКОНОМІЧНІ АСПЕКТИ.....	209
52.	Красов О. І., Юзковець І. О. ЗАСТОСУВАННЯ РУХЛИВИХ ІГОР В ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ ЕЛЕМЕНТАМ БАСКЕТБОЛУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	213
53.	Кузнєцова О. Т., Коляда М. В. РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕННОСТІ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ.....	216
54.	Лебединець Н. В., Антомонов М. Ю., Улашкіна О. В. ВПЛИВ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НА ФУНКЦІОНАЛЬНУ АКТИВНІСТЬ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ ВЧИТЕЛІВ В УМОВАХ РЕФОРМУВАННЯ ОСВІТИ.....	221
55.	Лозовий А. Л., Сергієнко В. М. ВАЛІДАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НЕФОРМАЛЬНОЇ ОСВІТИ В СТИЛЬОВОМУ КАРАТЕ.....	225
56.	Лукашук В. П., Тимошенко О. В. ПЕРЕДУМОВИ ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ КООРДИНАЦІЙНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІВЧАТОК МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМ ПОСТАВИ.....	231
57.	Ляхова І. М., Дорошенко Е. Ю., Свириденко А. І. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ХВОРИХ ІЗ ПЕРЕЛОМАМИ ПЛЕЧОВОЇ КІСТКИ.....	236
58.	Мишин С. В. ПРОФЕСІЙНЕ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА.....	239
59.	Максименко Л., Солоненко Є., Кожокар І. ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ СТРІЛЬЦІВ ІЗ ЛУКА.....	243
60.	Маленюк Т. В., Бабаліч В. А., Брояковський О. В. ОСОБЛИВОСТІ ШВИДКІСНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ СПРИНТЕРІВ 14-15 РОКІВ У ГРУПАХ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	246

агентство готує новий список заборонених речовин, які поділяються на такі категорії: **стимулянти, анаболічні стероїди, гормони, діуретики, наркотики, канабіоїди тощо**. Необхідно зауважити, що до списку входять не лише допінгові препарати, а й речовини, які, наприклад, можуть приховувати залишки допінгу, результатом цього є вилучення олімпійських медалей у спортсменів, які здобули на попередніх Олімпійських іграх. Також заборонені кров'яний, генний та клітинний допінг та інші фасильфікації [11, с. 518]. Нажаль, багато допінгових речовин входить до складу ліків від застуди, грипу й інших захворювань, тому прийом спортсменом будь-яких медичних препаратів повинен обов'язково узгоджуватися зі спортивним лікарем, щоб уникнути неприємностей у процесі допінг-контролю [3]. Необхідно зазначити, що серед розглянутих класів допінгу найчастіше застосовуються анаболічні стероїди, так у пауерліфтингу, бодібілдингу, важкій атлетиці, їх застосовують близько 90% чоловіків і 20% жінок. В інших видах спорту застосовують допінгові речовини меншою мірою, 78% футболістів та 40% спринтерів, у цьому використанні дози можуть багаторазово перевищувати ті, що рекомендуються (5–10 мг) і досягати 300 мг і навіть більше. Серйозна проблема з допінгу, що почала загрожувати всім спортсменам та завдавати авторитету Олімпійським ідеалам, призвели до прийняття ряду юридичних рішень та законів, спрямованих на боротьбу з вживанням допінгу [6, с. 432]. Протягом багатьох років міжнародні спортивні та медичні організації проводять активну боротьбу з допінгом, яка часто не дає бажаних результатів, а застосування фармакологічних речовин та допінгу спортсменами триває й донині. Прийом допінгових препаратів спортсменами є небезпечним для їх оточення, оскільки, вживання ряду фармакологічних препаратів призводить до зміни поведінки спортсменів, немотивованих дій, що, в свою чергу, може стати причиною виникнення соціально небезпечного стану [9, с. 269]. Нажаль, на сьогодні, проблема допінгових препаратів не обмежується тільки використанням їх професійними спортсменами, вона також стосується молодіжної групи людей і спортсменів-аматорів у різних видах спорту. Тривогу викликає насамперед проникнення допінгу в дитячо-юнацький спорт, так, у деяких видах спорту, тренери зустрічаються з відмовою більшості батьків віддавати дітей до спортивної секції, мотивуючи тим, що їх діти будуть вживати заборонені речовини і вони не бажають зашкодити здоров'ю своїй дитині. Спортсмени, які починають застосовувати допінг, фактично позбавляють себе подальших стратегічних перспектив у спорті [8, с. 95]. Міжнародна боротьба, яку очолює Міжнародний олімпійський комітет (МОК) передбачає основні шляхи протидії допінгу: організація наукових досліджень, що спрямовані на підвищення ефективності методів допінг-контролю; співпраця з Національними олімпійськими комітетами, Міжнародними спортивними федераціями, представниками у боротьбі із застосуванням допінгу, спортсменами та іншими особами сфери спорту; вдосконалення методів і організації допінг-контролю; підвищення рівня жорстких санкцій у відношенні спортсменів, які порушують ці правила; впровадження роз'яснювальної та виховної роботи серед спортсменів, лікарів, тренерів та інших фахівців, які працюють у команді з підготовки спортсменів.

Важливим моментом у програмі ЮНЕСКО є та роль, яка відводиться антидопінговій діяльності, де істотна увага приділяється профілактичним заходам спрямованих на недопущення використання допінгу: розробці спеціальних програм, спрямованих на пропаганду серед молоді принципів етики та чесною гри в спорті, та активне інформування, роз'яснення спортсменам згубних наслідків застосування заборонених препаратів і методів. Це відбувається, зокрема, шляхом залучення до антидопінгової діяльності всіх учасників олімпійського руху, міжнародної громадськості, урядових та міжурядових організацій для підвищення обізнаності спортсменів сьогодишнього та завтрашнього дня. ЮНЕСКО також готує освітні програми та брошури, спеціально призначені для молоді, щоб допомогти школам, спортивним організаціям та урядам поширити ідею боротьби з допінгом [1, с. 85]. Проблема допінгу в спорті загострилася ще й тому, що в останні роки набуло широкого поширення виробництво дієтичних добавок та їх інтенсивне використання спортсменами різної кваліфікації. Такі добавки не відносяться до лікарського асортименту фармакологічних препаратів, не проходять чітких клінічних випробувань, що значно полегшує процес їх виробництва і збуту на ринок. Однак харчові добавки заборонені речовини (анаболічні стероїди, психомоторні стимулятори тощо), хоча інформація відсутня на етикетках і в інструкціях з їх використання. У зв'язку з цим у спортсменів і представників антидопінгового контролю виникають серйозні проблеми [7, с. 83].

На сьогодні, суттєвим аспектом у боротьбі з допінгом у спорті виступає педагогічний аспект, де важливим напрямом є виховна робота. Згідно з документами міжнародного спортивного руху розробка та впровадження антидопінгових освітніх програм займає одне з головних місць, але у багатьох країнах знаходиться на низькому рівні, зокрема в Україні. Отже, необхідно більш активно впроваджувати освітні програми профілактики наркоманії та вживання допінгу в спорті серед молоді України. Водночас, програма повинна передбачати не тільки превентивні заходи боротьби з наркотизацією суспільства і шкідливими звичками, але і з порушенням спортсменами антидопінгових правил. Тому, антидопінгова освіта – це не тільки процес навчання, виховання і розвитку особистості, що спрямована на формування системи теоретичних і практичних знань, умінь, ціннісних орієнтацій, поведінки і діяльності в дусі неприйняття допінгу, але і відповідальне ставлення до самого себе, повагу до правил змагань, суперників, уболівальників [4, с. 114]. Необхідно розвивати в тренерському середовищі, у керівництва та педагогічного колективу навчально-спортивних закладів негативне ставлення до застосування допінгу, за допомогою систематичних теоретичних занять з антидопінгової проблематики. Необхідно забезпечити ДЮСШ, СДЮСШОР, центри спортивної підготовки спеціальною антидопінговою літературою, не тільки для самих спортсменів, а й для тренерів, викладачів фізичного виховання. Важливо підходити до виявлення антидопінгової проблематики комплексно з історичного, економічного, юридичного та соціально-політичного зору, тим самим більш чітко формувати громадянську і моральну позицію осіб сфери спорту. Ефективність боротьби з допінгом у спорті багато в чому залежить від її системної організації, де необхідно відзначити, що організаційні основи боротьби з допінгом практично не перебували в полі зору наукового обґрунтування [12, с. 321]. Відповідно, створення дієвої системи антидопінгового контролю в Україні, яка має забезпечити ефективне обмеження та запобігання застосуванню допінгу потребує вирішення низки проблем, у розв'язання яких потрібно зазначити, що є об'єктивні передумови розробки і прийняття загальної концепції за рахунок удосконалення законодавчої і нормативно-правової бази та інфраструктури антидопінгової політики в Україні, що мають бути приведеними у відповідність до сучасних міжнародних стандартів. У сучасному спорті все більшого значення

починає набувати проблема допінгу, яка є надзвичайно складною, оскільки включає у себе взаємопов'язані політичні, юридичні, організаційні, моральні, соціальні та педагогічні аспекти. Крім цього, рівень розвитку сучасного спорту, тренувальні та змагальні надмірні навантаження, що відчувають спортсмени, настільки напружені, що спроби взагалі відмовитися від використання фармакологічних препаратів неможливо. Використання допінгових препаратів суперечить сутності спорту, створює нерівні умови в досягненні спортивних рекордів, завдає негативного авторитету команди і країни, міжнародному спортивному руху в цілому. На сьогодні, боротьба з допінгом у спорті вступила в нову фазу, тому державним та спортивним організаціям належить знайти нові підходи в боротьбі з допінгом, основою яких має бути концепція загальнолюдської моралі.

Висновки. Головною метою протидії допінгу є формування моделі антидопінгового супроводу спортивної діяльності для мінімізації можливостей застосування допінгу в спорті, а також формування спортивної антидопінгової культури. Така модель може бути ефективною, якщо будуть комплексно охоплені такі компоненти, як педагогічний, освітній, науково-дослідний, контрольний, нормативно-правовий та інформаційний. Найбільш повно ця форма взаємодії реалізується в педагогічному компоненті, в якому необхідне поширення знань про шкоду застосування допінгу серед спортсменів, тренерів, лікарів, організаторів спортивних заходів. Важливо інформувати фахівців сфери спорту з розширення та оновлення списку заборонених препаратів, видів порушень антидопінгових правил, про відповідальність спортсменів і персоналу за порушення цих правил, про форми покарання за застосування й поширення допінгу, пропаганда «чистого» спорту серед різних соціально-демографічних груп населення. **Перспективи використання результатів дослідження** полягають у розробленні педагогічних методик, де важливим має бути виховна робота, впровадження правового регулювання протидії застосування допінгу відповідно до Міжнародної конвенції про боротьбу з допінгом у спорті.

Література

1. Акуленко Т. М. Роль ЮНЕСКО в боротьбі з допінгом / Т. М. Акуленко // Правова держава. – 2019. – № 35. – С. 76–88.
2. Данильченко А. О. Управління процесами боротьби із застосуванням допінгу в спорті / А. О. Данильченко, О. І. Попрозман // Спорт та сучасне суспільство. – К. : Національний університет фізичного виховання і спорту України, 2020. – Ч. 1. – С. 65–69.
3. Закон України «Про антидопінговий контроль у спорті» // Відомості Верховної Ради. – 2017. [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1835-19>.
4. Кирьянова Л. А. Педагогические и организационные вопросы борьбы с допингом в спорте / Л. А. Кирьянова, Л. В. Морозова, И. В. Дмитриев, А. В. Федорова, О. В. Демиденко // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2018. – № 1 (155). – С. 108–117.
5. Ландырь А. П. Внезапная сердечная смерть у спортсменов / А. П. Ландырь // Спортивная медицина и физическая реабилитация. – 2020. – № 1. – С. 18–32.
6. Микитюк Н. С. Антидопінгова політика та її регулювання у спорті. Проблематика застосування / Н. С. Микитюк // Young Scientist. – 2019. – № 9 (73). – С. 422–435.
7. Платонов В. Н. Борьба с допингом в олимпийском спорте: кризис и пути его преодоления / В. Н. Платонов // Наука в олимпийском спорте. – 2016. – № 2. – С. 64–90.
8. Сергеев В. Н. Оценка эффективности антидопинговой деятельности в юношеском спорте / В. Н. Сергеев, А. А. Кудинов, В. С. Бакулин // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 6. – С. 94–95.
9. Сысоева Ю. В. Проблема допинга в современном спорте / Ю. В. Сысоева, А. В. Седнев // Молодой ученый. – 2019. – № 11 (249). – С. 268–269.
10. Backhouse S. H., Kenna J. Mc. (2011). Doping in sport: a review of medical practitioners' knowledge, attitudes and beliefs. *Int J Drug Policy*, 22(3), 198–202.
11. Bowers L. D. (2010). Science and the rules governing anti-doping violations. *Handb Exp Pharmacol*. 195, 513–531.
12. Johnson M. B. (2012). A systemic social-cognitive perspective on doping. *Psychol Sport Exerc*. 3(13), 317–323.

References

1. Akulenko T. M. (2019). The role of UNESCO in the fight against doping. *The Rule of Law*, 35, 76–88.
2. Danilchenko A. O. Poprozman O. I. (2020). Management of anti-doping processes in sports. *Sport and Modern Society*, 1, 65–69.
3. Law of Ukraine "On Anti-Doping Control in Sports". §1835-VIII. (2017). Updated from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1835-19>.
4. Kiryanova L. A., Morozova L. V., Dmitriev I. V., Fedorova A. V., Demidenko O. V. Pedagogical and organizational issues of combating doping in sports. *Scientific notes of the PF Lesgaft University*, 1(155), 108–117.
5. Landyry A. P. (2020). Sudden cardiac death in athletes. *Sports Medicine and Physical Rehabilitation*, 1, 18–32.
6. Mikityuk N. S. (2019). Anti-doping policy and its regulation in sports. Problems of application. *Young Scientist*, 9 (73), 422–435.
7. Platonov V. N. (2016). The fight against doping in Olympic sports: the crisis and ways to overcome it. *Science in Olympic Sports*, 2, 64–90.
8. Sergeev V. N., Kudinov A. A., Bakulin V. S. (2016). Evaluation of the effectiveness of anti-doping activities in youth sports. *Theory and Practice of Physical Culture*, 6, 94–95.
9. Sysoeva Yu. V. (2019). The problem of doping in modern sports. *Young Scientist*, 11 (249), 268–269.
10. Backhouse S. H., Kenna J. Mc. (2011). Doping in sport: a review of medical practitioners' knowledge, attitudes and beliefs. *Int J Drug Policy*, 22(3), 198–202.
11. Bowers L. D. (2010). Science and the rules governing anti-doping violations. *Handb Exp Pharmacol*, 195, 513–531.
12. Johnson M. B. (2012). A systemic social-cognitive perspective on doping. *Psychol Sport Exerc*. 3(13), 317–323.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.3K(131).88
УДК 616.7:613.954

Сергата Н.С.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
доцент кафедри фізичної реабілітації
Хортицької Національної навчально-реабілітаційної академії, м. Запоріжжя
Мотренко Ю.О.
магістр фізичної терапії,
Хортицької Національної навчально-реабілітаційної академії, м. Запоріжжя

ХАРАКТЕРИСТИКА ІСНУЮЧИХ МЕТОДИК ТА ЗАСОБІВ ДЛЯ КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНЬ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті розглянуто проблему порушень функцій опорно-рухового апарату (ОРА) у дітей старшого дошкільного віку, яка на сьогодні є гострою й зазнає тенденції до зростання. Статистичні дані про розповсюдження порушень функцій ОРА та негативного їх впливу на організм дітей підтверджують актуальність роботи. Наявні рекомендації у науково-методичній та спеціальній літературі з питань профілактики й корекції порушень функцій ОРА повністю не розв'язує зазначену проблему. Упровадження та систематичне використання корекційно-оздоровчої гімнастики, лікувального масажу, гідрокінезіотерапії, а саме вправ у воді для дітей старшого дошкільного віку з порушеннями функцій ОРА в умовах навчально-виховного закладу значно покращує корекційно-реабілітаційний процес.

В статті надана характеристика існуючих методик та засобів для корекції та профілактики порушень опорно-рухового апарату у дітей дошкільного віку. Виявлено що такі корекційні заняття, як правило, відносять до області лікувальної фізичної культури, та використовуються викладачами з фізичного виховання або фізичними реабілітологами. Визначено що важливою особливістю методики роботи з дітьми дошкільного віку є її ігрова спрямованість, як в ігровому характері окремих вправ, так і у власне спеціально сконструйованих іграх. Зазначено, що ефективна корекція порушень ОРА з дітьми дошкільного віку може бути досягнута в результаті систематичного застосування лікувальної фізичної культури в поєднанні з багатим фондом і можливостями теорії і методики рухового вдосконалення. Розкрита методика використання спеціально-корегуючих вправ для корекції та профілактики порушень опорно-рухового апарату у дітей дошкільного віку та показана система інтегративної кінезіотерапії, яка включає в себе мануальне м'язове тестування, міофасціальну терапію в комплексі з вісцеральним та кінезіологічним масажем, та надані необхідні рекомендації щодо застосування таких засобів.

Ключові слова: діти дошкільного віку, кінезіотерапія, опорно-руховий апарат, профілактика та корекція плоскостопості та сколіозу, зміцнення здоров'я, фізіотерапевтичні процедури, зміцнення м'язів.

Сергата Н. С., Мотренко Ю. А. Характеристика существующих методик и средств для коррекции нарушенной опорно-двигательного аппарата у детей дошкольного возраста. В статье рассмотрена проблема нарушенной функций опорно-двигательного аппарата (ОДА) у детей старшего дошкольного возраста, которая на сегодня является острой и испытывает тенденцию к росту. Статистические данные о распространении нарушенной функций ОДА и негативного их влияния на организм детей подтверждают актуальность работы. Имеющиеся рекомендации в научно-методической и специальной литературе по профилактике и коррекции нарушенной функций ОДА полностью не решают указанную проблему. Внедрение и систематическое использование коррекционно-оздоровительной гимнастики, лечебного массажа, гидрокинезиотерапии, а именно упражнений в воде для детей старшего дошкольного возраста с нарушениями функций ОДА в условиях учебно-воспитательного заведения значительно улучшает коррекционно-реабилитационный процесс.

В статье дана характеристика существующих методик и средств для коррекции и профилактики нарушенной опорно-двигательного аппарата у детей дошкольного возраста. Выявлено что такие коррекционные занятия, как правило, относят к области лечебной физической культуры, и используются преподавателями физического воспитания или физическими реабилитологами. Определено, что важной особенностью методики работы с детьми дошкольного возраста является ее игровая направленность, как в игровом характере отдельных упражнений, так и специально сконструированных играх. Отмечено, что эффективная коррекция нарушенной ОДА с детьми дошкольного возраста может быть достигнута в результате систематического применения лечебной физической культуры в сочетании с богатым фондом и возможностями теории и методики двигательного совершенствования. Раскрыта методика использования специально-корректирующих упражнений для коррекции и профилактики нарушенной опорно-двигательного аппарата у детей дошкольного возраста и показана система интегративной кинезиотерапии, которая включает в себя мануальное мышечное тестирование, миофасциальную терапию в комплексе с висцеральным и кинезиологическим массажем, и предоставлены необходимые рекомендации по применению таких средств.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, кинезиотерапия, опорно-двигательный аппарат, профилактика и коррекция плоскостопия, сколиоз, укрепления здоровья, физиотерапевтические процедуры, укрепления мышц.

Serhata N.S., Motrenko Yu. A. Characteristics of existing techniques and means for the correction of disorders of the musculoskeletal system in preschool children. The article considers the problem of dysfunction of ORA of older preschool children, which is currently acute and is on the rise. Statistics on the prevalence of dysfunction of ORA and their negative impact on

the body of children confirm the relevance of the work. The availability of scientific and methodological and special literature on the problem of prevention and correction of disorders of the ORA does not completely solve this problem. Introduction and systematic use of correctional and health gymnastics, therapeutic massage, hydro kinesiotherapy, namely water exercises for older preschool children with impaired ORA functions in the educational institution significantly improves the correctional and rehabilitation process.

The article describes the existing methods and tools for the correction and prevention of musculoskeletal disorders in preschool children. It was found that such correctional classes are usually related to the field of therapeutic physical culture, and are used by physical education teachers or physical rehabilitation specialists. It is determined that an important feature of the method of working with preschool children is its game orientation, both in the game nature of individual exercises, and in the actual specially designed games. It is noted that effective correction of ORA disorders with preschool children can be achieved as a result of systematic application of therapeutic physical culture in combination with a rich fund and capabilities of the theory and methods of motor development. The method of using special-corrective exercises for correction and prevention of musculoskeletal disorders in preschool children is revealed and the system of integrative kinesiotherapy is shown, which includes manual muscle testing, myofascial therapy in combination with visceral and kinesiological massage, and recommended massage. regarding the holding of such funds.

Key words: preschool children, kinesiotherapy, musculoskeletal system, prevention and correction of flat feet and scoliosis, health promotion, physiotherapy procedures, muscle strengthening.

Дошкільний вік є важливим етапом становлення особистості дитини, формування рухових навичок, розвитку фізичних якостей, забезпечення умов нормального біологічного розвитку. Дитячий організм податливий і мінливий до різних зовнішніх чинників, як негативного, так і позитивного характеру, які мають істотний вплив на його розвиток. Найважливішим фактором зовнішнього впливу на організм дітей є регулярні заняття фізичними вправами, а методично правильно побудовані заняття фізичною культурою сприятливо позначаються на їх фізичному розвитку та зміцненні здоров'я [2, 6].

Турбота про охорону та зміцнення здоров'я підростаючого покоління є одним з найважливіших державних завдань. Сучасні підходи в оцінці здоров'я передбачають його цілісне, багатовимірне вивчення. Одним зі складових здоров'я людини є рівень і гармонійність фізичного розвитку, в яких особливу увагу привертає вивчення комплексу морфофункціональних показників дітей 6-7-річного віку, періоду вступу до школи. Фахівці відзначають значне зростання патології кістково-м'язової системи у дітей даного віку [1, 3, 5].

Значна поширеність статичних деформацій опорно-рухового апарату (ОРА) у дітей, які несприятливо впливають на організм в цілому, потребують удосконалення спільної роботи педагогів і медиків в дошкільних освітніх установах. Провідним чинником в гармонійному фізичному розвитку організму дитини, формуванні правильної постави, підвищенні рівня неспецифічного захисту є раціональна рухова активність. Останніми роками спостерігається збільшення обсягу навчального навантаження в дитячому садочку, що значною мірою сприяє зниженню рухової активності дитини протягом дня. Заняття розумовою діяльністю дітей вимагають тривалої статичної напруги, пов'язаної з перебуванням у певній позі, що тягне за собою порушення ОРА.

Існує велика кількість робіт, що присвячені проблемам формування ОРА, вивчення впливу профілактики плоскостопості та сколіозу на функції організму дітей різних вікових груп, в яких вчені вказують на прогресування деформації хребта в дошкільному віці, для якого характерні найбільші зміни антропометричних показників фізичного розвитку. У дошкільних закладах діти починають виконувати завдання та готуватися до школи, а в положенні сидячи зростає статичне навантаження на хребет, що при зниженому функціональному стані м'язової системи збільшує деформацію хребта. Більшість хвороб закладається в дитячому віці, тому для збереження здоров'я нації необхідно приділяти пильну увагу фізичному вихованню дітей та підлітків. Дуже важливо своєчасно виявляти дітей, які мають відхилення у стані здоров'я, які ще не мають незворотного характеру, але знижують фізичну працездатність, затримують розвиток організму. Статистичні дослідження свідчать, що з кожним роком в Україні кількість дітей із різними формами порушень постави й сколіозом значно зростає [1, 3, 4].

Не залишається непомітним і той факт, що у дітей 4–6 років хвороби кістково-м'язової системи займають перше місце (порушення постави, сколіоз, плоскостопість). Це викликає занепокоєння як фахівців, які займаються цією проблемою, так і батьків підростаючого покоління. Вважаємо, що розв'язання проблеми порушень ОРА саме у дітей віком 4–6 років є нагальним. У цьому віці відбувається перше скелетне витягіння.

У цей період дуже важливо не дати розвинути порушенням, які надалі можуть призвести до захворювань та ускладнень у стані здоров'я. Важливою є розробка й упровадження у навчально-виховних закладах методики фізичної реабілітації, яка буде спрямована на профілактику порушень ОРА [7].

У зв'язку з цим ми вважаємо, що створення в молодшому шкільному віці повноцінного корекційно-оздоровчого середовища, що включає лікувальні та профілактичні заняття з використанням спеціального інвентарю та обладнання, масаж і фізіотерапевтичні процедури, може сприяти зміцненню м'язів стопи і гомілки і позитивно вплинути на формування склепінь стопи.

Мета дослідження – надати характеристику існуючих методик та засобів для корекції та профілактики порушень опорно-рухового апарату у дітей дошкільного віку.

Існуючі методики та засоби для корекції порушень опорно-рухового апарату у дітей дошкільного віку, спрямовані на профілактику та корекцію порушень опорно-рухового апарату, як правило, відносять до області лікувальної фізичної культури, та використовуються викладачами з фізичного виховання або фізичними реабілітологами. У таких групах, як правило, займаються діти з різними діагнозами, рідше спостерігаються групи дітей з конкретними захворюваннями. Очевидно, що ефективна корекція порушень ОРА може бути досягнута у групах з дітьми, об'єднаних єдиним діагнозом, і в результаті систематичного застосування лікувальної фізичної культури у поєднанні з багатим фондом і можливостями теорії