

3. Active After-school Communities program [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.ausport.gov.au/data/assets/pdf\\_file/0009/495243/EOI\\_-\\_Eastern\\_zone\\_NSW\\_ACT\\_OSHCS\\_v6.0\\_-\\_27\\_8\\_12.pdf](http://www.ausport.gov.au/data/assets/pdf_file/0009/495243/EOI_-_Eastern_zone_NSW_ACT_OSHCS_v6.0_-_27_8_12.pdf).
4. Afterschool Alliance [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.afterschoolalliance.org/issue\\_24\\_obesity.cfm](http://www.afterschoolalliance.org/issue_24_obesity.cfm).
5. Allsbrook L. Fitness Should Fit Children// JOPERD. – 1992. – August. – P. 47-49.
6. American Academy of Pediatrics [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.aap.org/en-us/about-the-aap/aap-facts/Pages/AAP-Facts.aspx>
7. Brace H. Healthy You! Unit B: Taking Care of Yourself, Student Resource Book. – 1996. – P. 1-104.
8. Centers for Disease Control and Prevention [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.cdc.gov/healthyyouth/physicalactivity/guidelines.htm>
9. Centers for Disease Control and Prevention [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.cdc.gov/HealthyYouth/physicalactivity/toolkit/factsheet\\_pa\\_guidelines\\_schools.pdf](http://www.cdc.gov/HealthyYouth/physicalactivity/toolkit/factsheet_pa_guidelines_schools.pdf).
10. Food Research and Action Center [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://frac.org/>
11. National Institute on Out-of-School Time [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.niost.org/Curricula-and-Toolkits/physical-activity-guidelines-toolkit-or-americans-children-and-adolescents>.
12. University of Utah [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.utah.edu/>

Іванова Л. І.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

### ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ПИТАННЯ ФОРМУВАННЯ ТЕРМІНОЛОГІЧНОГО АПАРАТУ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ

У статті уточнюються деякі поняття, що використовуються у професійній підготовці фахівців з фізичного виховання та спорту. На основі аналізу науково-педагогічної літератури обґрунтовується розгалуження понять “адаптивна фізична культура”, “лікувальна фізична культура”, “фізична реабілітація”, “фізіотерапія”.

**Ключові слова:** адаптивна фізична культура, лікувальна фізична культура, фізична реабілітація, фізіотерапія.

**Іванова Л.І. Теоретико-методические вопросы формирования терминологического аппарата профессиональной подготовки специалистов по физическому воспитанию и спорту.** В статье уточняются некоторые понятия, которые используются в профессиональной подготовке специалистов по физическому воспитанию и спорту. На основе анализа научно-педагогической литературы обосновывается разграничение понятий “адаптивная физическая культура”, “лечебная физическая культура”, “физическая реабилитация”, “физиотерапия”.

**Ключевые слова:** адаптивная физическая культура, лечебная физическая культура, физическая реабилитация, физиотерапия.

**Ivanova L.I. Theoretical and methodological issues of formation of terminological system of professional training of physical education and sport.** The article, based on an analysis of scientific and educational literature and regulations, the necessity for success in any sphere of professional activity possession of specific professional terms and concepts. Thus, the current confusion of terms and concepts regarding adaptive physical education, therapeutic physical training, physical rehabilitation, physiotherapy often much confuse experts of physical training in the selection of means and methods of training (and subsequently to errors in the conduct of classes), causing a need to clarify and divergence of these concepts. In the context of integration processes in Ukraine, the first imperative is to ensure appropriate training content and unify the terminology areas of education and medicine. See the prospects for further research to improve the content of professional training of physical education and sport by retrospective analysis of the curriculum for physical therapists (domestic and foreign), instructors of therapeutic physical training and physical rehabilitation professionals and other specialties.

**Key words:** adaptive physical education, therapeutic physical training, physical rehabilitation, physiotherapy.

Володіння професійними специфічними термінами і поняттями є необхідною умовою для успішної роботи в будь-якій сфері професійної діяльності. Нажаль, в сучасній науково-педагогічній літературі існує плутанина понять і термінів щодо адаптивної фізичної культури, лікувальної фізичної культури, фізичної реабілітації тощо. В умовах постійного зростання кількості учнів, які за станом здоров'я належать до спеціальної медичної групи, уточнення термінологічного апарату для якісної професійної підготовки фахівців з фізичного виховання та спорту, зокрема – майбутніх учителів фізичної культури, набуває виключного значення, оскільки характеристика об'єкта педагогічних впливів є вихідною умовою будь-якого процесу освіти.

**Метою** статті є уточнення термінологічного апарату, що застосовується у професійній підготовці фахівців з фізичного виховання та спорту. Відповідно до мети визначено **завдання:** на основі аналізу науково-педагогічної літератури обґрунтувати розгалуження понять “адаптивна фізична культура”, “лікувальна фізична культура”, “фізична реабілітація”, “фізіотерапія”. Питання уточнення термінологічного апарату вирішувалися різними науковцями у процесі розробки широкого кола завдань: у процесі підготовки фахівців з адаптивної фізичної культури (Н.В. Астафьев, М.М. Башкирова, С.П. Евсеев, Р.П. Карпюк, Р.В. Чудна, Л.В. Шапкова та ін.); у процесі дослідження питань, пов'язаних з

основними напрямками оптимізації підготовки спортсменів-інвалідів (Ю.А. Бріскін, М.М. Линець, А.В. Магльований, Є.Н. Приступа та ін.); пов'язаних із проблематикою корекційної педагогіки (В.І. Бондарь, В.М. Синьов, Л.І. Фомічова, М.К. Шеремет та ін.); питань корекції стану здоров'я осіб з функціональними порушеннями різних органів засобами фізичного виховання (Н.Г. Байкіна, І.М. Ляхова та ін.). Як зазначає А.Г. Шевцов, "безумовно, молодий термінологічний апарат реабілітології частково успадковує гумус понятійного поля корекційної педагогіки, спеціальної психології, медицини, соціології тощо. У той самий час реабілітаційні поняття відбивають якісно нові знання про реабілітаційну дійсність, які випливають із осмислення принципово нових фактів, явищ, процесів реабілітації осіб з обмеженнями життєдіяльності" [9, с. 161]. При цьому автор зазначає, що "хаотичність, несистематизованість, неточність, омонімія у понятійно-термінологічному полі корекційно-реабілітаційної роботи призвели до гальмування процесу узагальнення наукових знань і абстрагування певних явищ у сфері реабілітації, до хаосу в інформаційно-методичному забезпеченні реабілітування, плутанини у методиках та підходах фахівців. Без упорядкування термінологічного поля реабілітології неможлива і стандартизація цієї галузі, як це здійснено в медицині та освіті" [9, с. 158].

Б.Р. Голощапов зазначає, що термін "фізична культура" з'явився наприкінці XIX ст. в Англії в період бурхливого становлення сучасного спорту, але не знайшов широкого використання на Заході та з часом практично зник з ужитку. У Росії, навпаки, увійшовши в ужиток з початку XX ст., став згадуватися у пресі з 1908-1910 рр. та під фізичною культурою тоді розуміли діяльність людини і суспільства, спрямовану на фізичне виховання, освіту і зміцнення здоров'я. Після революції 1917 р. термін "фізична культура" отримав своє визнання та надовго увійшов у науковий та практичний лексикон. На сьогоднішній день ряд теоретиків вказують на недоречність використання терміна "фізична культура". Одним із аргументів "проти" є те, що у більшості країн світу даний термін взагалі відсутній у науковому лексиконі (виключення становлять лише країни східної Європи). Тому висловлюються часом полярні думки з приводу подальшого використання в науці поняття "фізична культура": так, А.Г. Егоров вважає, що цей термін варто повністю замінити на прийняте в усьому світі поняття "спорт", у той час як Л.И. Лубышева вважає наукове визначення фізичної культури "кроком уперед" у порівнянні із західною спортивною наукою.

Така сама ситуація склалася і з терміном "лікувальна фізична культура" з приводу якого, ще до часів його появи (1929 р.), у колишньому СРСР велися суперечки. А у західному світі й понині користуються давніми поняттями "кінезотерапія", "ерготерапія" "міокінезотерапія", "лікарська гімнастика" та деякі вітчизняні діячі намагаються знов повернути їх в обіг, видаючи за нові. Зокрема це стосується й терміна "фізіотерапія" традиційне вітчизняне розуміння якого намагаються змінити на необґрунтоване західне. Реалії сучасності, зокрема зростання інвалідності та осмислення соціального значення фізичного виховання з особами, які її мають, викликали появу нових понять і термінів із додатком "адаптивне". Термінологічна невизначеність та одночасне вживання виразів "адаптивна фізична культура", "адаптивне фізичне виховання", "фізична реабілітація", "реабілітація інвалідів", "лікувальна фізична культура" дуже часто значно заплутують фахівців фізичного виховання у доборі засобів та методики проведення занять (а відповідно й до помилок у проведенні занять), що потребує уточнення та розгалуження цих понять.

**Аналіз наукових літературних джерел указує** на те, що автори словників та більшість науковців (В.Г. Арефьев, В.К. Бальсевич, А.І. Дзундза, Л.П. Матвеев, Г.М. Соловьев та ін.) термін "фізична культура" тлумачать виходячи з того, що фізична культура є складовою загальної культури суспільства. Деякі науковці розглядають фізичну культуру як специфічний вид культури та діяльності (С.С. Аганов, Ю.М. Николаев, О.А. Іванько, Г.М. Шамардина та ін.); як процес, спрямований на підготовку людей до життя та праці (М.С. Герцик та О.М. Вацеба); як процес та результат діяльності людини (Ч.Т. Іванков). С.П. Евсеев зазначає, що термін "адаптивна фізична культура" з'явився в Росії у 1995 р. [3, с. 15]. Аналіз науково-педагогічної літератури вказує на існування розбіжностей у тлумаченні терміну "адаптивна фізична культура" різними авторами. Зокрема, вважають, що "адаптивна фізична культура" має належність: до людини з особливими потребами (С. Евсеев, Р.П. Карпюк), до інвалідів (В.В. Бевзюк, Б.Г. Кедровский, О.Б. Пришва; Ф.П. Суслов, Д.А. Тышлер), до людей з обмеженими фізичними спроможностями (Т.Ю. Круцевич, Л.В. Шапкова та ін.), до осіб з відхиленнями у стані здоров'я (Ж.К. Холодов та В.С. Кузнецов, О.П. Яшна).

Науковці (В.В. Бевзюк, Б.Г. Кедровский та О.Б. Пришва; С.П. Евсеев; Р.В. Чудная) зазначають, що поняття "адаптивна фізична культура" вміщує такі напрями як: адаптивне фізичне виховання, адаптивний спорт, адаптивну фізичну рекреацію та адаптивну рухову реабілітацію та вказують на її корекційно-розвивальний напрям (В.А. Барков, Р.П. Карпюк, М. Линець, Ю. Бріскін та А. Передерій, Л.В. Шапкова). Зокрема, Р.П. Карпюк вважає, що "адаптивна фізична культура поєднує, як мінімум, три великі галузі знання – фізичну культуру, медицину, корекційну педагогіку й значну кількість медико-біологічних і соціально-психологічних навчальних і наукових дисциплін" [5, с. 94]. Але, окрім цього, автор наголошує на тому, що "адаптивна фізична культура являє собою значно ширше явище порівняно з лікувальною фізичною культурою й фізичним вихованням дітей з відхиленнями у розвитку. Вона поєднує, крім названих напрямків, адаптивний спорт, адаптивну рухову рекреацію, адаптивне фізичне виховання студентів спеціальних медичних груп вищих навчальних закладів і учнів загальноосвітніх шкіл, креативні (художньо-музичні) тілесно орієнтовані практики та екстремальні види адаптивної рухової активності" [5, с. 94]. Л.В. Шапкова, аналізуючи корекційно-розвивальний напрям адаптивної фізичної культури, вказує на те, що методика адаптивної фізичної культури має суттєві відмінності, обумовлені аномальним розвитком фізичної та психічної сфери дитини.

Отже, науковці одностайні в своїй думці, що адаптивна фізична культура поєднує фізичну культуру, медицину та корекційну педагогіку та (як було доведено у нашій попередній роботі [4]) належить до осіб з інвалідністю. Інші складові, на нашу думку, мають дискусійний характер та потребують більш детального обговорення, зокрема щодо залучення до адаптивного фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп вищих навчальних закладів і учнів загальноосвітніх шкіл, а також розуміння її як більш широкого явища порівняно з лікувальною фізичною культурою та розглядання лікувальної фізичної культури як лікувального напрямку адаптивної фізичної культури.

Г.М. Поликарпова і Л.В. Суркова зазначають, що термін “лікувальна фізична культура” вперше було використано у статті доктора Б.М. Шимшелевича (1928 р.) в якій доведено, що цей термін відповідає більш глибокому розумінню загальних процесів реабілітації організму людини та дії (профілактичній та лікувальній) фізичних вправ.

В.Н. Мошков, доводячи доцільність використання саме терміну “лікувальна фізична культура”, ще у 1954 р. писав, що всі люди (як здорові, так і хворі) використовують рухи в умовах своєї професійної діяльності та у побуті, але не можна сказати, що вони займаються лікувальною фізичною культурою; рух тільки тоді буде лікувальним та профілактичним фактором, коли він організований у вигляді фізичної вправи та використовується цілеспрямовано відповідно до терапевтичних завдань, у дозованій формі, з урахуванням загального стану хворого, особливостей захворювання та порушень функції ураженої системи. Як вважає В.М. Мухін, “головною особливістю, яка виділяє ЛФК з усіх інших методів лікування, є свідомо й активна участь хворого у процесі лікування фізичними вправами. ... При застосуванні всіх інших методів лікування хворий є відносно пасивним, а ін’єкції, операція, фізіотерапевтичні процедури, масаж та інші лікувальні дії виконує медичний персонал” [6, с. 24].

Отже, саме лікувальна фізична культура передбачає серед своїх завдань лікування захворювань і ушкоджень, попередження їх загострень і ускладнень, відновлення здоров’я і працездатності хворих та головне – передбачає активну участь хворого у процесі лікування фізичними вправами. У 90-і роки ХХ ст. на теренах колишнього СРСР набув поширення термін “фізична реабілітація”.

Як указує В.М. Мухін, “вперше визначення реабілітації зробив Франц Йозеф Ріттер фон Бус у 1903 р. у книзі “Система загального догляду за бідними”. Як програма дій щодо осіб з фізичними каліцтвами вона була прийнята в 1918 р. при заснуванні у Нью-Йорку інституту Червоного Хреста для інвалідів. Створене у США в 1922 р. Міжнародне товариство по догляду за дітьми-каліками вперше у світі взяло на себе розробку найбільш важливих питань реабілітації. Таким чином, реабілітація започаткувалася як *допомога інвалідам з набутими і вродженими дефектами* (виділено нами), суть якої зводилася до створення належних умов та пристосування до життя цих людей” [6, с. 11-12]. Засобами фізичної реабілітації, на думку В.М. Мухіна, є: “лікувальна фізична культура, лікувальний масаж, фізіотерапія, механотерапія, працетерапія” [6, с. 23]. А. Герцик зазначає, що “словосполучення “фізична реабілітація” не використовується в економічно розвинутих країнах як назва галузі чи спеціальності”; “для назви медичної галузі у англомовних джерелах замість поширеного в Україні терміну “фізіотерапія” використовують інші терміни, зокрема “фізіатрія”. За визначенням сучасних медичних словників, фізіатрія – це розділ медицини, що займається профілактикою, діагностикою і лікуванням хвороби чи травми та реабілітацією наявних порушень чи неповносправності з використанням фізичних (світло, тепло, холод, вода, струм, терапевтичні вправи, механічні прилади) та інколи фармацевтичних засобів. Іншими назвами є фізіатрікс, фізична медицина, фізична медицина і реабілітація, фізична і реабілітаційна медицина” [1]. А. Герцик зазначає, що в Україні “фізіотерапію прийнято трактувати як “галузь медицини, що вивчає дію на організм природних і переформованих фізичних чинників, їх застосування при лікуванні хворих; лікування фізичними чинниками” [1]. Українська Асоціація фахівців фізичної реабілітації звертає увагу на те, що “одна з конкретних проблем, з якою стикаються фахівці з фізичної реабілітації в Україні, особливо у світлі їх бажання бути частиною світового професійного співтовариства, стосується безпосередньо назви професії. Коли професія виникла і почала утверджуватися в Україні в 1997 р., практикуючі фахівці, представники даної професії були відомі як “фахівці з фізичної реабілітації”. Назви “фізіотерапевт” чи “фізичний терапевт” не використовувалися, тому, що на той час існувала професія “лікар фізіотерапевт”, який займався, головним чином, призначенням та використанням методів електротерапії” [8, с. 2].

Е.Л. Розенгауз майже 60 років тому писав, що лікувальна фізкультура різко відрізняється від фізіотерапії, що й стало причиною її виокремлення з останньої у самостійну дисципліну, яка має свою теорію, свої форми, методи, зміст та термінологію, й було б неприпустимо помилково механічно переносити терміни з фізіотерапії у лікувальну фізичну культуру [7, с. 386]. Тим паче, як було доведено вище, саме лікувальна фізична культура передбачає серед своїх завдань головне – *активну* участь хворого у процесі лікування на відміну від фізіотерапії, а також *лікування* хвороби на відміну від адаптації до певних вад організму.

У п.3.3 освітньо-кваліфікаційної характеристики бакалавра з напрямку підготовки 6.010203 “Здоров’я людини” галузі знань “Фізичне виховання, спорт і здоров’я людини”, кваліфікації “фахівець з фізичної реабілітації” (2013 р.) вказується, що він має бути підготовлений до роботи за професійним спрямуванням 88.10 Надання соціальної допомоги без забезпечення проживання для осіб похилого віку та інвалідів та 93.12 Діяльність спортивних клубів (за Національним класифікатором України ДК 009:2010). У п.3.5 цього ж документу вказується: “бакалавр зі здоров’я людини може обіймати первинні посади відповідно до професійних назв робіт, які є складовими класифікаційних угруповань Національного класифікатора України “Класифікатор професій ДК 003:2010” за професійними спрямуваннями: 3226 Фахівець з фізичної реабілітації, 3226 Масажист, 3226 Масажист спортивний”. При цьому передбачається у нормативній частині тільки вивчення “Основ фізичної реабілітації” обсягом у 3,5 кредити; серед дисциплін варіативної частини відсутня Фізична реабілітація при захворюваннях серцево-судинної системи (хоча це найбільш поширені захворювання у світі). До речі, незрозуміло чому основні дисципліни циклу професійної і практичної підготовки подаються у варіативній частині, а не нормативній. Нажаль, обмежений обсяг статті не надає можливості навести повний аналіз цього Галузевого стандарту, але основне очевидно: підготовлений за ним фахівець не зможе проводити заходи а ні з лікувальної фізичної культури (як би її не називали), а ні з реабілітації, а ні з фізичної реабілітації, а ні тим паче – використовувати в якості засобів фізичні чинники (що, як вказує А.М.Герцик [2, с.24], обов’язкове як для фахівця з фізичної реабілітації так і для фізичного терапевта).

Таким чином, аналіз науково-педагогічних джерел та нормативних документів, вказує на те, що:

1) “фізична культура” – це багатоаспектний термін, що визначає: по-перше, у більш загальному плані – одну з частин культури людства щодо використання рухової діяльності з метою зміцнення здоров’я, оптимізації свого фізичного

стану та фізичної підготовки для забезпечення творчого довголіття; по-друге, у застосуванні до конкретної особи – одну зі складових культури цієї особистості щодо свого здоров'я; по-третє, у найбільш вузькому значенні – назву шкільного предмету, що сприяє набуттю цієї культури. Оскільки здоров'я індивіда може мати різний стан необхідно розрізняти: *рекреаційну фізичну культуру* – спрямовану на підтримку стану здоров'я шляхом використання рухової діяльності під час активного відпочинку (яка є корисною, але не здійснює оздоровчого чи лікувального ефекту) та *спорт* – спрямований на підготовку й розкриття рухових можливостей людини в умовах змагальної діяльності; *оздоровчу фізичну культуру* – спрямовану на підвищення рівня тренуваності організму та сприяння розгортанню процесів самовідновлення; *лікувальну фізичну культуру* – спрямовану на лікування захворювань і ушкоджень, попередження їх загострень і ускладнень, відновлення здоров'я і працездатності хворих та передбачає активну участь хворого у процесі лікування фізичними вправами; *адаптивну фізичну культуру* – спрямовану на сприяння рухової адаптації людини (з особливими потребами, інвалідів, з обмеженими фізичними спроможностями й т. ін., але не з відхиленнями у стані здоров'я) до стійких порушень та вад;

2) не завжди термінологічний пошук нових назв призводить до позитивного результату, а інколи стара наукова термінологія, що науково обґрунтована та підтверджена практичним вітчизняним досвідом, є значно точнішою та кращою, ніж прийнята у зарубіжних країнах й навряд чи доцільно використовувати терміни, які є кроком назад (майже на 100 років) та не сприяють, а ні входженню у міжнародне співтовариство, а ні поглибленню наукового розуміння поняття;

3) у контексті інтеграційних процесів, що відбуваються в Україні, існує ймовірність введення (замість невиправдані назви спеціальності «фахівець з фізичної реабілітації») спеціальності «фізіотерапевт» (у міжнародному значенні). При цьому нагальною потребою є передусім забезпечити відповідний зміст професійної підготовки та уніфікувати термінологію галузей освіти та медицини.

**ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ВБАЧАЄМО** в удосконаленні змісту професійної підготовки фахівців фізичного виховання та спорту шляхом ретроспективного аналізу навчальних планів підготовки фізіотерапевтів (вітчизняних та зарубіжних), інструкторів з лікувальної фізичної культури та фахівців з фізичної реабілітації й інших спеціальностей.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Герцик А. До питання тлумачення основних термінів галузі фізичної реабілітації: фізичний реабілітолог, чи фізичний терапевт? [Електронний ресурс] / Андрій Герцик. – Режим доступу: [http://www.physrehab.org.ua/blogitem\\_uk/items/terminology\\_fr\\_or\\_ft.html](http://www.physrehab.org.ua/blogitem_uk/items/terminology_fr_or_ft.html)

2. Герцик А. М. Фахівець з фізичної реабілітації, чи фізичний терапевт: національне та міжнародне тлумачення назв професій / А. М. Герцик // Проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – №10. – С. 21 – 24.

3. Евсеев С. Адаптивная физическая культура и спорт в России: настоящее и будущее / С. Евсеев // Наука в олимпийском спорте. – 2006. – № 1. – С. 15–19.

4. Іванова Л. І. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури до роботи з учнями з відхиленнями у стані здоров'я : теорія та методика : [монографія] / Л. І. Іванова – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2013. – 600 с.

5. Karpyuk R. P. Profesiyna pidhotovka maybutnikh fakhivtsiv z adaptivnoho fizychnoho vykhovannya: teoriya ta metodyka [monohrafiya] / Roman Petrovych Karpyuk. – Luts'k: VAT "Volyns'ka oblasna drukarnya", 2008. – 504 s.

6. Mukhin V. M. Fizychna reabilitatsiya : [pidruchnyk dlya studentiv vyshchychk navchal'nykh zakladiv fizychnoho vykhovannya i sportu] / Volodymyr Mykolayovych Mukhin – K. : Olimpiys'ka literatura, 2005. – 471 s.

7. Rozengauz E. L. K voprosu "o terminologii v lechbenoy fizkulture" / E. L. Rozengauz // Teoriya i praktika fizicheskoy kulturyi. – 1955. – # 5. –S. 384–387.

8. Ctvorennya mitsnoyi profesiynoyi osnovy v Ukraini // Zhurnal SKTF, Iypen' 2009 (Journal WCPT) : [Byuleten' Ukrayins'koyi Asotsiatsiyi fakhivtsiv fizychnoyi reabilitatsiyi]. – 2009, zhovten'. – Vyp. # 2. – S. 1–2.

9. Shevtsov A. H. Osvitni osnovy reabilitolohiyi : [monohrafiya] / Andriy Harriyovych Shevtsov. – K. : "MP Lesya", 2009. – 483 s.

159.91:796.011.1-057.875

Іванчикова С. М.

ДЗ „Луганський національний університет імені Тараса Шевченка” м. Старобільськ

#### БІОІМПЕДАНСНИЙ АНАЛІЗ КОМПОНЕНТНОГО СКЛАДУ ТІЛА СТУДЕНТІВ УНІВЕРСИТЕТІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІТНЕСОМ

У результаті дослідження розроблені модельні характеристики компонентного складу тіла студентів університетів за допомогою використання діагностичних апаратно-програмних комплексів „Діамант АІСТ-ІРГТ”. Визначено характеристики складу тіла студентів з дворічним досвідом фізкультурно-оздоровчих занять фітнесом, а також їх однокурсників, які відвідували тільки навчальні заняття з фізичного виховання згідно до навчальних планів вищих навчальних закладів. Зафіксовано відсотковий вміст рідини, жирового компоненту та активної м'язової маси в організмі випробуваних студентів. Досліджено баланс клітинної, позаклітинної (кров, плазма) та інерстиціальної рідини, рівень гідратації тіла.

**Ключові слова:** аналіз, динаміка, компоненти, складники, фітнес.

**Іванчикова С.М. Биоимпедансный анализ компонентного состава тела студентов университетов в процессе занятий фитнесом.** В результате исследования разработаны модельные характеристики компонентного состава тела студентов университетов при помощи использования диагностических апаратно-