

7. Постанова Кабінету Міністрів України від 21.08.2019 р. № 800 «Деякі питання підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників». – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/800>
8. Фізичне виховання онлайн. – Режим доступу: <http://sportmon.org/fizychne-vyhovannya-onlajn/>
9. Belikova N. Perspectives for implementation of new variative modules of «physical culture. grades 5–9» training program / N. Belikova, S. Indyka, N. Ulyanytska // Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society. – 2017. – № 3 (39). – P. 140-146. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2017-03-140-146>.
10. Junior Z, available at: <http://juniorz.ua/>

Reference

1. Bielikova, N.O. (2015), "Organizational and pedagogical conditions of formation of readiness of future specialists in physical education and sports to health-saving activities", Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriya № 15. «Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport), Vol. 3K1 (56)15, pp. 59-63.
2. Digital physical education for schoolchildren with the participation of sports stars, available at: <https://osvita.diia.gov.ua/courses/digital-fizra>
3. Zakhar, O.H. (2017), "Information and educational environment for professional development as a means of providing quality postgraduate pedagogical education for computer science teachers", Vidkryte osvittne e-seredovyshe suchasnoho universytetu, Vol.3, available at: <file:///C:/Users/User/Downloads/86-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%82%D1%96-209-1-10-20170906.pdf>
4. Marchenko, N. (2019). "Forms of teacher training", Aktualni pytannia humanitarnykh nauk, available at: <file:///C:/Users/User/Desktop/176839-390403-1-SM.pdf>.
5. Moiseiev, S. O. (2014). "The system of postgraduate pedagogical education in the dimensions of the development of self-presentation competence of physical education teachers", Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy, Vol. 6 (43), available at: file:///C:/Users/User/Downloads/Vnaou_2014_6_23.pdf.
6. Ovcharuk, O.V., Ivaniuk, I.V. (2020). "The results of the online survey "Teachers' needs to improve the professional level of the use of digital tools and ICT in quarantine": analytical materials", Kyiv: IITZN NAPN Ukrainy, available at: <https://lib.iitta.gov.ua/719908/>
7. Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy vid 21.08.2019 № 800 "Some issues of professional development of pedagogical and scientific-pedagogical workers", available at: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/800>
9. Online physical education, available at: <http://sportmon.org/fizychne-vyhovannya-onlajn/>
10. Belikova, N. (2017). "Perspectives for implementation of new variative modules of "physical culture. grades 5–9" training program", Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society, № 3 (39), pp. 140-146, available at: <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2017-03-140-146>.
11. Junior Z, available at: <http://juniorz.ua/>

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2020.3(123).03

УДК 616.8-009.16-053.5-08

Бойко Г.,

доктор педагогічних наук, професор, Український центр з фізичної культури і спорту інвалідів «Інваспорт», тренер штатної збірної команди України (м. Київ)

Волошко Л.,

кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичної терапії та ерготерапії Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка» (м. Полтава)

ПСИХОФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДІТЕЙ ІЗ ЦЕРЕБРАЛЬНИМИ ПАРАЛІЧАМИ В УМОВАХ ЗАНЯТЬ АДАПТИВНОЮ ВЕРХОВОЮ ЇЗДОЮ

Бойко Г., Волошко Л. Психофізична реабілітація дітей із церебральними паралічами (ЦП) в умовах занять адаптивною верховою їздою. У статті проаналізовано результати педагогічного експерименту щодо оцінки ефективності технології використання адаптивної верхової їзди у психофізичній реабілітації дітей із церебральними паралічами. Проведено констатувальний педагогічний експеримент, що полягав у визначенні специфіки порушень рухової сфери дітей із ЦП. На підставі отриманих даних науково обґрунтована, розроблена та впроваджена у формульованому експерименті педагогічна технологія використання адаптивної верхової їзди в процесі психофізичної реабілітації та корекції порушень рухової сфери дітей із ЦП. Основні положення педагогічної технології реалізуються в системі корекційних занять дітей із ЦП адаптивною верховою їздою. Підтверджено, що психофізична реабілітація, що здійснюється в умовах занять адаптивною верховою їздою, дає можливість статистично достовірно впливати на рівень рухового та особистісного розвитку дітей із церебральними паралічами, їхню соціалізацію та підвищує якість життя в цілому.

Ключові слова: *церебральні паралічі; корекція; діти; психофізичний розвиток; адаптивна верхова їзда.*

Бойко Г., Волошко Л. Психо-физическая реабилитация детей с ЦП в условиях занятий адаптивной верховой ездой. *В статье проанализировано результаты педагогического эксперимента, направленного на оценку*

ефективності технології використання адаптивної верхової їзди в корекції психофізического розвитку дітей с ЦП). Проведено констатуючий педагогический експеримент, что позволило осуществить оценку нарушений двигательной сферы детей. Опораясь на порученные данные, разработано, обосновано и внедрено в формирующем параллельном эксперименте педагогическую технологию использования адаптивной верхової їзди в процессе психофізической реабилитации и коррекции нарушений двигательной сферы детей с ЦП. Основные положения педагогической технологии реализуются в системе коррекционных занятий адаптивной верхової їздой. В процессе эксперимента подтверждено, что психофізическая реабилитация, которая проводится в процессе занятий адаптивной верхової їздой, обеспечивает достоверное коррекционное воздействие на психофізическое развитие и состояние двигательной сферы детей с ЦП, способствует повышению их качества жизни.

Ключевые слова: церебральные параличи, психофізическое развитие, дети, адаптивная верховая їзда, коррекция.

Boyko G., Voloshko L. Psychophysical rehabilitation of children with cerebral palsy in the conditions of adaptive horseback riding. The article analyzes the results of a pedagogical experiment to assess the effectiveness of the technology of using adaptive horseback riding in the psychophysical rehabilitation of children with cerebral palsy. A declarative pedagogical experiment was conducted, which consisted in determining the specifics of motor disorders of children with CP. Based on the obtained data, the pedagogical technology of using adaptive riding in the process of psychophysical rehabilitation and correction of motor disorders of children with CP is scientifically substantiated, developed and implemented in the formative experiment. The main provisions of pedagogical technology are implemented in the system of correctional classes for children with CP by adaptive riding. Technology is personality-oriented, because the main value guideline is the child's personality, motives, needs, interests, potential and abilities. A specific subject of the presented pedagogical technology is a horse, which is: as a subject of influence on the child's personality, which is provided by establishing psychological contact between the child with the CP and the animal; as a means of therapeutic effect (thermal effect, muscle relaxation, rhythm regulation, means of reducing spastic manifestations of CP, means of expanding the scope of voluntary movements, reducing mental stress, regulation of mental states of children with CP, etc.). According to the style of interaction, the proposed technology is a cooperation based on the principles of optimizing the relationship of all parties involved in the process of psychophysical development and correction of motor disorders of children with CP in terms of adaptive riding. The purpose of the presented technology is to create optimal conditions for psychophysical development and correction of motor disorders of children with CP, expanding the scope of their activities, increasing confidence in their own abilities, improving the quality of life. It is proved that the application of the presented experimental technology has a positive effect on psychophysical and motor development, the ability of children with CP, improves their quality of life.

Keywords: cerebral palsy; children; psychophysical rehabilitation; adaptive horseback riding.

Постановка проблеми. В умовах інтенсивної розбудови української державності особливої уваги набули питання забезпечення рівних можливостей та створення сприятливих психолого-педагогічних умов для навчання, виховання й розвитку дітей з інвалідністю, серед яких суттєве місце посідають діти із церебральними паралічами (ЦП) [2, с. 238]. Відомо, що при цьому складному захворюванні, насамперед, порушується рухова сфера дитини [3, с. 50]. Діти з ЦП зазнають значних труднощів при оволодінні такими простими (первісними) біологічно запрограмованими руховими навичками, як повзання, самостійне сидіння, стояння з опорою й без її, ходьба, лазіння, перемазання, біг, стрибки. В свою чергу, порушення розвитку рухових функцій негативно позначаються на загальному розвитку дитини, ускладнюючи її навчання, побутову, освітню й соціальну адаптацію [1, с. 13]. Достатній руховий розвиток є однією з життєво необхідних потреб організму, що виступає детермінантом сфери життєдіяльності дитини із ЦП, суттєво впливає на якість життя в цілому. Отже, розв'язання питань, пов'язаних із психофізичним розвитком і корекцією порушень рухової сфери такої категорії дітей, зумовлює подальший пошук ефективних шляхів проведення корекційної роботи з дітьми із церебральними паралічами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. За даними дослідників встановлено, що ефективно корекційне навчання та виховання дітей із церебральними паралічами потребує створення спеціальних умов для реалізації їхніх актуальних і розкриття потенційних можливостей [1, с. 14; 2, с. 240]. Аналіз спеціальної літератури показує, що найбільш повно дослідниками висвітлено засоби та методики корекції наявних у дітей із ЦП рухових порушень [4, с. 193]. Однак питання забезпечення сприятливих умов для стимулювання та розвитку їхньої рухової активності, психічного розвитку та соціального формування особистості дітей із ЦП в умовах занять адаптивною фізичною культурою із застосуванням верхової їзди [5, 305], методичного забезпечення таких занять, здебільшого, залишаються недостатньо систематизованими та достатньо суперечливими. **Мета дослідження** – на підставі оцінки специфіки порушень рухової сфери дітей із ЦП здійснити розробку та експериментальну перевірку технології застосування адаптивної верхової їзди в процесі їхньої психосоціальної реабілітації.

Методи й організація дослідження. Під час дослідження використано: теоретичні методи – аналіз, узагальнення, систематизація даних з проблематики дослідження; емпіричні – методи антропометричного обстеження; педагогічні – тестування рухових якостей; констатувальний і формувальний педагогічні експерименти, під час яких визначено специфічні особливості рухових порушень у дітей із ЦП, розроблено та впроваджено технологію застосування адаптивної верхової їзди, здійснено перевірку її ефективності; статистичні – кількісна та якісна обробка експериментальних даних із застосуванням методів математичної статистики. Дослідження проведено на базі кінно-спортивного клубу «Імпульс» с. Супрунівка Полтавського району. Експериментальна перевірка ефективності застосування технології здійснювалася протягом 2018-2020 років у ході паралельного педагогічного експерименту, в якому брали участь 16 дітей, віком 9-15 років із діагнозом

спастична гемі-, диплегія, тетрапарез (легка ступінь). Розподіл учасників дослідження на основну та контрольну групи здійснено на підставі бесід із батьками, за підсумками яких батьки дітей основної групи дали згоду на участь їхніх дітей у дослідженні, що пов'язане з відвідуванням кінно-спортивного клубу «Імпульс» у селищі Супрунівка Полтавського району.

Виклад основного матеріалу. Згідно із завданнями дослідження, проведено констатувальний педагогічний експеримент, що полягав у визначенні специфіки порушень рухової сфери дітей із ЦП. На підставі отриманих даних науково обґрунтована, розроблена та впроваджена у формувальному експерименті педагогічна технологія використання адаптивної верхової їзди в процесі психофізичної реабілітації та корекції порушень рухової сфери дітей із ЦП. Основні положення педагогічної технології реалізуються в системі корекційних занять дітей адаптивною верховою їздою. За категорією суб'єктів технологія є індивідуальною, оскільки є орієнтованою на особливості та можливості кожної окремої дитини із ЦП з урахуванням специфіки її психічного та особистісного розвитку, характеру функціональних обмежень, необхідного обсягу допомоги та підтримки, інших специфічних вимог, передбачених особливостями занять адаптивною верховою їздою. Технологія також є *особистісно орієнтованою*, оскільки головним ціннісним орієнтиром виступає особистість дитини, її мотиви, потреби, інтереси, потенційні можливості та здібності. *Специфічним суб'єктом презентованої педагогічної технології є кінь*, який вступає: як суб'єкт впливу на особистість дитини, що забезпечується шляхом встановлення психологічного контакту між дитиною із ЦП й твариною; як засіб лікувального впливу (термовплив, міорелаксаційний вплив, регуляція ритму, засіб зменшення спастичних проявів ЦП, засіб розширення сфери довільних рухів, зменшення нервово-психічної напруги, регуляції психічних станів дітей із ЦП тощо). Отже, *за стилем взаємодії* пропонується технологія є співробітництвом, що ґрунтується на засадах оптимізації взаємовідносин усіх суб'єктів, задіяних у процесі психофізичного розвитку та корекції порушень рухової сфери дітей із ЦП в умовах занять адаптивною верховою їздою.

Метою презентованої технології є створення оптимальних умов для психофізичного розвитку та корекції порушень рухової сфери дітей із ЦП, розширення сфери їхньої життєдіяльності, підвищення впевненості у власних можливостях, покращення якості життя. Досягнення мети передбачає вирішення таких **завдань технології**: 1) формування у дітей із ЦП оптимального мотиваційного підґрунтя до занять адаптивною верховою їздою; 2) формування навичок догляду за кінями, встановлення контакту з тваринами; 3) формування навичок адаптивної верхової їзди у відповідності до характеру, глибини та ступеня незворотності ураження, що, в сукупності сприятиме психофізичному розвитку та корекції порушень рухової сфери дітей із ЦП. *Технологія передбачає комплексне, системне, безперервне застосування розроблених заходів розвитку та корекції під час відвідування дітьми кінно-спортивного комплексу й побудована на створенні умов для активізації корекційно-компенсаторного потенціалу дітей, формування особливих взаємовідносин між хворими та кінями, що забезпечить їхню взаємодію в реабілітаційному процесі та високу ефективність корекційної роботи, спрямованої на психофізичний розвиток і корекцію рухової сфери дітей.* Передбачено, що застосування презентованої експериментальної технології також позитивно позначиться на дієздатності дітей із ЦП й підвищить якість їхнього життя (рис. 1.).

Технологія використання адаптивної верхової їзди



Діагностичні, організаційні та методичні заходи:

- визначення особливостей рухових порушень у дітей;
- вибір тварин у відповідності до об'єктивних вимог дітей із ЦП;
- засвоєння правил з техніки безпеки під час перебування у кінноспортивному комплексі та під час контакту дітей із тваринами;
- формування доступних для дітей навичок догляду за тваринами, налагодження контакту між обраним конем і дитиною;
- розробка базової та індивідуальних програм занять адаптивною верховою їздою.

Комплекс корекційних розвивально-виховних заходів:

- відносно самостійний і самостійних догляд дитини за конем до і після занять верховою їздою;
- формування та закріплення базових навичок верхової їзди, що зорієнтоване на: 1) зменшення психоємційної напруги, нормалізацію психічного стану дітей; 2) додаткове розширення їхніх функціональних можливостей; 3) психофізичний розвиток та корекція порушень рухової сфери в дітей із ЦП; 4) отримання задоволення від занять верховою їздою.

Комплекс інформаційно-просвітницьких заходів:

- теоретична підготовка дітей із ЦП: правила техніки безпеки при спілкуванні з кінями; основні вимоги до кінно-спортивного спорядження та екіпіровки вершника; будова сідла та вуздечки; особливості конституції та екстер'єру коней; правила поведінки та безпеки під час занять;
- практичне навчання: догляд за кінями; проведення сідловки коней;
- нагляд за станом здоров'я тварин; аксіологічне навчання: формування здатності дітей до самоаналізу процесуального аспекту та результатів корекційної роботи.

Рис. 1. Технологія застосування адаптивної верхової їзди для дітей із ЦП

Організація занять. Заняття учасників основної групи на кінно-спортивному комплексі проводились 2 рази на тиждень: • індивідуальні заняття 1 раз на тиждень у робочі дні (за індивідуальним розкладом для кожної дитини); • мікрогрупові заняття (2-4 дитини) в один із вихідних днів. Такий підхід до організації занять зумовлений: 1) необхідністю приїзду дітей у супроводі батьків із міста до кінно-спортивного комплексу в замиській зоні; 2) необхідністю дотримуватись розкладу навчально-тренувальних занять, адже всі діти із ЦП – учасники дослідження, є вихованцями Полтавської обласної ДЮРСШ і відвідують навчально-тренувальні заняття з різних видів спорту. Тривалість кожного заняття адаптивною верховою їздою складала 60-70 хвилин. *Структура заняття:* пояснення та усвідомлення завдань заняття – 4-6 хвилин; догляд за конем – 10 хвилин; сідловка – 7-8 хвилин.; посадка – 4-7 хвилин; підвідні вправи – 4-6 хвилин; формування та закріплення навичок верхової їзди (вирішення навчальних, розвивальних і корекційних завдань заняття) – 30 хвилин; спішування – 3-5 хвилин; підведення підсумків заняття – 5 хвилин (аналіз і самоаналіз процесуального аспекту навчальної діяльності та досягнутих результатів).

Після закінчення формувального експерименту здійснено повторне обстеження дітей. Так, результати повторного дослідження пасивної рухливості в суглобах дозволяють констатувати незначний характер змін, що відбулися в обох досліджуваних групах дітей. Найбільший приріст показників пасивної рухливості був зафіксований при згинанні кисті. В основній групі позитивна динаміка становила 13,9 % від вихідного рівня ($p < 0,05$), в контрольній групі вона була майже вдвічі меншою (6,9 %) і статистичної вірогідності не мала. Крім того, в основній групі, порівняно з вихідними даними, вірогідно збільшилась амплітуда під час пасивного згинання у ліктьовому (5,4 %) і колінному (6,7 %) суглобах, відведенні стегна (на 10,7 %). У контрольній групі зміни показників були статистично недостовірними ($p > 0,05$).

Приріст показників активної рухливості в суглобах порівняно з показниками при пасивному виконанні рухів, в обох групах був вищим. В основній групі також збільшилась кількість суглобів, рухливість в яких була вірогідно вища, ніж у дітей контрольної групи. Позитивні зміни спостерігались під час виконання рухів у всіх суглобах верхніх і нижніх кінцівок. Найбільший приріст, порівняно з вихідним рівнем, було зафіксовано під час відведення та супінації стегна (27,0 % та 32,4 % відповідно). Щодо гомілковостопного суглобу, то показник згинання зріс в середньому на 23,8 %. Активне розгинання плеча вірогідно покращилось в середньому на 16,0 %, згинання передпліччя – на 6,7 % і гомілки на – 7,6 % відповідно ($p < 0,05$). У контрольній групі всі зміни статистичною достовірністю не відрізнялись ($p > 0,05$). Аналізуючи отримані результати, необхідно відзначити, що переважне збільшення активної рухливості в зазначених суглобах є об'єктивним свідченням ефективності проведеної корекційної роботи, передбаченої експериментальною технологією, оскільки ступінь розвитку саме цього виду рухливості є однією з передумов розширення рухових можливостей і підвищення рухової активності дитини у цілому. Також передбачено, що досягнуті результати за показниками рухливості в суглобах у дітей із ЦП були забезпечені завдяки позитивним функціональним змінам, які відбулись у опорно-руховому апараті дітей під впливом заходів, передбачених педагогічною технологією психофізичного розвитку та корекції рухових порушень у дітей із ЦП засобами адаптивної верхової їзди.

Аналіз змін показників абсолютної м'язової сили, що відбулись під впливом засобів, передбачених експериментальною технологією показав, що під час згинання й розгинання тулуба помітні зміни були відзначені лише в основній групі – вдвічі збільшилась кількість дітей із середнім рівнем розвитку сили відповідних м'язів за рахунок відсутності осіб із низьким рівнем і зменшення кількість дітей із нижчим за середній рівнем розвитку показника, що вивчався ($p < 0,05$). Крім того, статистично достовірно зросла кількість дітей основної групи, які виконували згинання з вищим за середній рівнем сили відповідних м'язів, чого не спостерігалось до експериментального впровадження технології ($p < 0,05$). Виявлена тенденція простежується й за результатами дослідження сили м'язів нижніх кінцівок у дітей із ЦП. Так, під впливом корекційних занять адаптивною верховою їздою, передбачених технологією, кількість досліджуваних в основній групі, які досягли середнього рівня розвитку сили м'язів згиначів і розгиначів стегна, гомілки й ступні достовірно зросла ($p < 0,05$); у контрольній групі позитивні зміни виявились статистично не достовірними ($p > 0,05$). Аналіз динаміки здатності утримувати рівновагу в нерухомому положенні після завершення педагогічного експерименту засвідчив достовірне покращення цих показників у дітей основної групи. Встановлено, що середня тривалість збереження рівноваги під час виконання першого варіанту тестового завдання в основній групі збільшилась майже вдвічі і була статистично достовірно вищою, ніж у контрольній групі ($p < 0,05$). Тривалість утримання рівноваги за умови виключеного зорового контролю також більш помітно зросла в основній групі і, хоча відмінності як за відсотком приросту, так і за абсолютними величинами між групами не були вірогідними ($p > 0,05$). Аналогічні результати були отримані також під час дослідження змін показників динамічної рівноваги у дітей із ЦП. Як і в попередньому випадку, вірогідне зменшення тривалості виконання поворотів на гімнастичній лаві відбулось лише в основній групі дітей. Отримані корекційні зміни в руховій сфері дітей відбулись під впливом засобів адаптивної верхової їзди, в ході застосування яких вони навчились зберігати баланс під час рухів на конях. Досліджуваний показник у дітей основної групи на формувальному етапі педагогічного експерименту виявився у 1,5 рази кращий, ніж у досліджуваних групи контролю ($p < 0,05$).

Висновки. Встановлено, що в дітей із ЦП, внаслідок суттєвого ураження систем виконання, керування й вегетативного забезпечення довольної рухової діяльності, психофізичний розвиток і корекція рухової сфери може відбуватись виключно в умовах спеціально організованого навчання та виховання. Це передбачає створення відповідних організаційно-педагогічних умов для навчання дітей із ЦП в процесі адаптивного фізичного виховання. Визначено корекційні та розвивальні можливості й переваги адаптивної верхової їзди для здійснення корекційної роботи з дітьми із ЦП.

Здійснено розробку та експериментальне впровадження педагогічної технології використання адаптивної верхової їзди для сприяння психофізичному розвитку та корекції порушень рухової сфери у дітей із церебральними паралічами.

Оцінка експериментальної технології показала її ефективність у порівнянні з традиційними заняттями адаптивною фізичною культурою та спортом.

Подальші дослідження необхідно спрямувати на розробку та деталізацію індивідуальних програм занять адаптивною верховою їздою для дітей із різними формами ЦП.

Література

1. Бойко Г.М. Корекційна спрямованість психолого-педагогічного супроводу спортивної діяльності спортсменів високої кваліфікації в спорті інвалідів // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2010. – № 12. – С. 12-20.
2. Мого Н.Д. Методическая трансформация принципа психофизической релаксации в коррекции двигательных нарушений спастического типа у детей раннего возраста // Збірник наукових праць Харківського національного університету, 2018. – № 43. – С. 237-256.
3. Мого М.Д. Рабочая модель системы коррекции спастичных форм руховых порушень у дітей раннього віку засобами фізичного виховання // Наука і освіта Південноукраїнського національного педагогічного університету: Серія: Педагогіка. – Випуск 1-2 / CLI- CLII, 2019. – С. 48-54.
4. Granados A.C. Why children with special needs feel better with hippotherapy sessions: a conceptual review /A.C. Granados, I.F. Agis // The Journal of Alternative and Complementary Medicine. – 2011. – Vol. 17 (3). – P. 191-197.
5. Frank A. Effect of hippotherapy on perceived self-competence and participation in a child with cerebral palsy /A. Frank, S. McCloskey, R. L. Dole // Pediatric Physical Therapy. – 2011. – Vol. 23 (3). – P. 301-308.

References

1. Boyko G.M. (2010). Korekziina sprymovanist psihologo-pedagogisheckogo suprovody sportivnoi diylnosti sportsmeniv visokoi kvalifikazii u sporti invalidiv. Pedahohika, psykhohohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu. 12: 12-20. [in Ukrainian].
2. Moga ND. (2018). Metodisheskay transformaziy prinzipa psihofizicheskoj pelaksazii v korekzii dvigatelnih spastiheskogo tipa u detei rannego vozrasta. Zbirnik naykovih praz Harkivskogo nazionalnogo univtrzitety. 43: 237-256. [in Russian].
3. Moga ND. (2018). Roboha vodel sistemu korekzii spastihnih form ruhovih porushen y ditei pannogo vikyzasobavi fizihnogo viovanna. Nayka i osvina Pivdennoykrainskogo nazionalnogo pedagogihnogo universitety: Pedagogika. 1-2: CLI- CLII. 48-54. [in Ukrainian].
4. Granados AC, Agis IF. (2011) Why children with special needs feel better with hippotherapy sessions: a conceptual review. The Journal of Alternative and Complementary Medicine. 17 (3): 191-7. [in English].
5. Frank A, McCloskey S, Dole RL. (2011). Effect of hippotherapy on perceived self-competence and participation in a child with cerebral palsy. Pediatric Physical Therapy. 23 (3): 301-8. [in English].

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2020.3(123).04

УДК 796.894-23

Вербовий В.П.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, завідувач кафедри тактико-спеціальної, фізичної та вогневої підготовки Прикарпатський факультет Національної академії внутрішніх справ
Розторгуй М.С.,
доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент, професор кафедри атлетичних видів спорту Львівський державний університет фізичної культури імені І. Боберського

СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ПРОГРАМИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У КЛАСИЧНОМУ ПАУЕРЛІФТИНГУ НА ЕТАПІ ПІДГОТОВКИ ДО ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ

Аналіз наявного наукового знання щодо побудови підготовки спортсменів у класичному пауерліфтингу обмежені дослідженнями у сфері екіпувального пауерліфтингу. Метою даного наукового дослідження є обґрунтування структури та змісту програми підготовки спортсменів у класичному пауерліфтингу на етапі підготовки до вищих досягнень. Для реалізації поставленої мети були використані аналогія, аналіз, синтез, абстрагування, індукція, екстраполяція, аналіз передового практичного досвіду. В результаті дослідження обґрунтовано структуру та зміст програми підготовки спортсменів у класичному пауерліфтингу на етапі підготовки до вищих досягнень з використанням диференційованого підходу до планування компонентів навантаження у різних групах вправ, що дозволяє підтримувати показники інтенсивності навантаження на тлі зниження параметрів обсягу навантаження.

Ключові слова: пауерліфтери, обсяг, інтенсивність, побудова, результат.

Вербовий В. П., Розторгуй М. С. Структура и содержание программы подготовки спортсменов в классическом пауэрлифтинге на этапе подготовки к высшим достижениям. Анализ имеющегося научного знания относительно построения подготовки спортсменов в классическом пауэрлифтинге ограничены исследованиями в области экипировочного пауэрлифтинга. Целью данного научного исследования является обоснование структуры и содержания программы подготовки спортсменов в классическом пауэрлифтинге на этапе подготовки к высшим достижениям. Для реализации поставленной цели были использованы аналогия, анализ, синтез, абстрагирование, индукция, экстраполяция, анализ передового практического опыта. В результате исследования обосновано структуру