

References

1. Bratanky O. (2000). Realizatsiia dyferentsiiovanoho navchannia v umovakh kombinovanoho uroku. [Implementation of differentiated learning in the conditions of a combined lesson] *Ridna shkola*. №11. S. 49–52. [in Ukrainian].
2. Vaskov Yu. V., Pashkov I. M. (2001). Oriientovni kryterii otsiniuvannia diialnosti uchniv na urokakh fizychnoi kultury [Indicative criteria for evaluating student performance in physical education lesson] *Teoriia ta praktyka fizychnoho vykhovannia*. № 2. S. 2–12. [in Ukrainian].
3. Holovchenko O. (2009). Otsinka profilu indyvidualnogo stylu navchalnoi diialnosti na urotsi fizychnoi kultury. [Evaluation of the profile of the individual style of educational activity in the lesson of physical culture]. *Fizyчне vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi: zb. nauk. pr. Volyn. nats. un-tu im. Lesi Ukrainky. Lutsk: RVV "Vezha" Volyn. nats. un-tu im. Lesi Ukrainky*, № 3 (7) S. 44–49. [in Ukrainian].
4. Hrabuk N. M. (2012). Stan fizychnoi pidhotovlenosti uchniv 5–6 klasiv silskoi shkoly. [The state of physical fitness of pupils of the 5th–6th grades of a rural school]. *Fizyчне vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*. № 4. - S. 260–263. [in Ukrainian].
5. Zakon Ukrainy "Pro zahalnu seredniu osvitu". [Law of Ukraine "On general secondary education"] *Normatyvno-pravove zabezpechennia osvity: u 4 ch. / hol. red. V. V. Hryhorash - Kharkiv.: Osnova, 2004. Ch. 1: Doktryna, zakony, kontseptsii*. S. 59–86. [in Ukrainian].
6. Kostyuk Yu. S. (2013). Suchasni pidkhody shchodo modernizatsii urokiv fizychnoi kultury uchniv osnovnoi malokomplektnoi shkoly. [Modern approaches to the modernization of physical education lessons for elementary school students]. *Visnyk Zaporizkoho natsionalnogo universytetu: zb. nauk. prats. Pedahohichni nauky. Zaporizkyi natsionalnyi universytet*. S. 247–252. [in Ukrainian].
7. Pakhalchuk N. O. (2012). Orhanizatsiia fizychnoho vykhovannia molodshykh shkolariv u silskii shkoli. [Organization of physical education of younger schoolchildren in a rural school]. *Pedahohichni nauky: teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnologii*. №2 (20). S. 303 – 310. [in Ukrainian].
8. Ruban V. Yu. (2016). Vikovi osoblyvosti fizychnoho rozvytku uchniv pochatkovykh klasiv silskykh zahalnoosvitnikh shkil. [Age-specific features of physical development of primary school students in rural secondary schools]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. № 3. S. 184–188. [in Ukrainian].
9. Cherpak Yu. V. (2012). Kryterii otsiniuvannia uchniv na urokakh fizychnoi kultury v suchasnykh umovakh. [Criteria for evaluating students in physical education classes in modern conditions]. *Fizyчне vykhovannia v suchasni shkoli*. № 5. S. 20–22. [in Ukrainian].
10. Chyzhyk V. V., Hordiichuk V. I. (2014). Vplyv fakultatyvnykh zaniat z fizychnoi kultury na rukhovu pidhotovlenist pidlitkiv, yaki prozhyvaiut v silskii mistsevosti. [The influence of optional classes in physical culture on the motor readiness of teenagers living in rural areas]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*. № 6. S. 76–82. [in Ukrainian].

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.7(167).13
УДК: 616.711-007.5:796.035]:378.147

Давибида Н.О.
кандидат біологічних наук, доцентка
Тернопільський національний медичний університет
імені І.Я.Горбачевського МОЗ України
Собчук В.В.
магістр 1 курсу, спеціальності 227» Фізичний терапевт, ерготерапевт
Тернопільський національний медичний університет
імені І.Я.Горбачевського МОЗ України

ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ МЕТОДИКИ КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ У ШКОЛЯРІВ 10 – 14 РОКІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ І МАСАЖУ

В даний час у науково–методичній літературі накопичено чимало даних про позитивний ефект коригуючих вправ при сколіозах, розроблені і впроваджені в практику лікування новітні, сучасні методики їх проведення, винайдено велику кількість допоміжних засобів у вигляді тренажерів, дошка Євмінова, спортивні аксесуари та інвентар, різні види масажу, але проблема залишається не до кінця вивченою і потребує дослідження. Не вирішено практично питання особливостей методики і техніки масажу при сколіозах різного ступеня розвитку, а також його місце у комплексі реабілітаційних заходів, що є суттєвим недоліком. Тому питання профілактики і корекції порушень постави є однією з важливих проблем фізичного виховання учнів і актуальною проблемою сучасного часу.

Аналіз науково-методичної літератури; спостереження проводиться для правильного підбору контрольної та експериментальної груп; тестування рухових здібностей за допомогою спеціальних тестів, кожен з яких дозволяє оцінити рівень фізичної активності, та порівняння до і після експерименту; експеримент передбачає створення нових методів реабілітації; метод математичної обробки результатів.

Ключові слова: Постава, фізичний розвиток, класичний масаж, фізичні якості, антропометричні дані.

Davybida N., Sobchuk V. Study of the effectiveness of the method of correction of postural disorder in 10-14-year-old schoolchildren using physical exercises and massage. At present, the scientific and methodical literature has accumulated a lot of data on the positive effect of corrective exercises in scoliosis, the latest, modern methods of their implementation have been developed

and implemented in the practice of treatment, a large number of aids have been invented in the form of exercise machines, Yevminov's board, sports accessories and equipment, various types of massage, but the problem remains not fully studied and needs research.

Today, there are many new technologies and methods in the world, which are aimed at additional diagnosis, prevention and treatment of scoliosis. For the purpose of diagnosis, the methods of Chaplin, Ferguson, Kob, Lekumu, O. Sminko are widely used in clinical practice, and scoliosis can also be diagnosed using a scoliometer, X-ray diagnostics, computer tomography, and magnetic resonance therapy. Parents, teachers themselves can diagnose/see visually the curvature of the spine in a child by some signs, but subjective methods of assessing scoliosis do not provide quantitative characteristics of posture, instead, objective methods provide detailed objective information about the condition of the spine and changes in the shape and orientation of the body in space and consult a doctor for a more detailed diagnosis. The issue of specifics of massage techniques and techniques for scoliosis of various degrees of development, as well as its place in the complex of rehabilitation measures, has not been practically resolved, which is a significant drawback. Therefore, the issue of prevention and correction of posture disorders is one of the important problems of physical education of students and an urgent problem of modern times.

Analysis of scientific and methodical literature; observation is carried out for the correct selection of control and experimental groups; testing motor abilities using special tests, each of which allows to assess the level of physical activity, and comparison before and after the experiment; the experiment involves the creation of new methods of rehabilitation; method of mathematical processing of results.

Key words: Posture, physical development, classical massage, physical qualities, anthropometric data.

Постановка проблеми та аналіз літературних джерел. На сьогодні у світі існують безліч новітніх технологій і методик, які спрямовані як додаткові для діагностики, профілактики і лікування сколіозу [1, 2, 6]. З метою діагностики у клінічній практиці широко використовуються методики Чапліна, Фергюсона, Коба, Лекуму, О.Смінько, також сколіоз можна діагностувати за допомогою сколіометра, рентгендіагностики, комп'ютерної томографії, магнітно резонансної терапії [4]. Самі батьки, вчителі можуть діагностувати/побачити візуально викривлення хребта у дитини за деякими ознаками, але суб'єктивні методи оцінки сколіозу не надають кількісної характеристики постави, натомість об'єктивні методи забезпечують детальною об'єктивною інформацією про стан хребта та зміни форми й орієнтації тіла у просторі і звернуться до лікаря для більш детальної діагностики [5]. Діагностику потрібно проводити дітям, які скаржаться на часті болі у спині і суглобах, швидко втомлюються, проявляють дратівливість, часто змінюється настрій, можуть бути прояви порушення координації.

Для профілактики та лікування порушень у хребті найчастіше використовують коригуючі фізичні вправи, вправи з допомогою різного додаткового інвентаря, кінезотерапії, плавання та масажу [3].

Мета роботи - Провести теоретичне і експериментальне дослідження профілактики і корекції сколіотичної хвороби у школярів 10-14 років, засобами фізичної культури і масажу.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Наші дослідження проводились на базі Крупецького ліцею, Крупецької сільської ради, Дубенського району, Рівенської області (вчитель фізичної культури Микола Миколайович Пагуба). У дослідженні взяли участь 33 учні 10-14 років. Всі діти були поділені на дві групи, 17 учнів, з них 5 юнаків і 12 дівчаток складала контрольну групу, які два рази на тиждень відвідували заняття з фізичної культури у спеціальній медичній групі і додатково виконували комплекси вправ з коригуючої гімнастики; у другу групу, яка була експериментальною входило 16 дітей з них 14 дівчаток і 2 юнаків, які теж займалися по цій же програмі, але додатково отримували процедуру масажу три рази на тиждень один місяць у жовтні і в квітні (з дозволу батьків і під наглядом медичної сестри школи). На початку і в кінці навчального року усі учні пройшли антропометричний контроль і здавали тести на фізичну підготовленість. Весь експеримент тривав десять місяців.

Щоб підтвердити ефективність розроблених методик коригуючої гімнастики і масажу відповідно до виду порушення постави, потрібно було перш за все досліджувати початковий стан постави школярів. Відомо, що дослідження стану постави полягає у визначенні виду постави. З цією метою використовують спеціальні методи - візуальний і вимірювальний. Виходячи з мети нашої роботи, візуальний метод визначення виду постави не достатній для отримання коректних висновків. Разом з цим ми не заперечуємо, можливість використання цього методу при дослідженні стану постави школярів, оскільки перед вимірюванням глибини фізіологічних вигинів хребта слід оглянути дитину. Визначити вид постави і виявити ступінь її порушення в лінійних одиницях дозволяє вимірювальний метод, заснований на даних інструментального обстеження. Всі дані анамнезу і діагнозу школярів були взяті з медичних карток і довідок про віднесення учнів до спеціальної медичної групи, які знаходились у медичного працівника школи. В ході констатуючого експерименту нами була визначена вікова динаміка порушень постави. Так, у п'ятих класах кількість дітей що мають порушення постави, складало 16%, в сьомих - 18%, і у восьмих класах - 24%. Результати дослідження показали, що відсоткова кількість дітей, які мають порушення постави, збільшується з віком, у зв'язку із змінами режиму дня дітей, збільшенням кількості уроків (сім уроків в день) і часу на їх приготування, а також впливом соціальних чинників: COVID -19, а зараз положення воєнного стану.

В ході дослідження стану постави учнів, ми отримали цифрові дані про нормальні величини фізіологічних вигинів хребта, які були систематизовані і представлені в таб.1, 2.

Статистичний аналіз результатів вимірювання порушеної постави у дітей також не виявив достовірних відмінностей у величинах як шийного, так і поперекового лордозів хребта ($P > 0,05$). Це засвідчує про вірне формування експериментальної і контрольної груп. В ході педагогічного експерименту у кожній групі обстежуваних були виділені наступні види порушень постави в сагітальній площині: сутулість; лордоз; кіфоз.

Нормальні величини фізіологічних деформації хребта
у дітей 10-14 років (n = 20)

Таблиця 1.

Вигини хребта	Результати вимірювання			
	Експериментальна група	контрольна група	між ЕГ і КГ	
	M±m	M± m	t	P
Шийний лордоз (мм)	33,3±0,41	33,8± 0,34	0,57	> 0,005
Поперековий лордоз (мм)	37,4±0,38	37,3± 0,34	0,30	> 0,005

Відсоткове співвідношення видів порушеної постави в експериментальній і контрольній групах становило: кіфотична спина – 45%, лордотична 30%, сутула – 25%. При замірюванні фізіологічних вигинів хребта в кінці педагогічного дослідження були зафіксовані такі зміни: кіфотична спина спостерігалась у 35%, лордотична у 26%, сутула у 20% учнів.

Після закінчення педагогічного дослідження шестеро дітей ЕГ мали величини вигинів хребта, що відповідали нормі, тоді як в КГ тільки у одного школяра зафіксовані нормальні величини фізіологічних вигинів.

Таким чином, порівняння отриманих експериментальних даних дозволяє зробити висновок, що процес корекції порушень постави в учнів проходить найкраще у експериментальній групі, де використовувалися коригуюча гімнастика і масаж, у поєднанні із спеціальними фізичними вправами в порівнянні з контрольною групою, де застосовувалися тільки фізичні вправи.

Для перевірки ефективності корекції порушеної постави засобами фізичного виховання і масажу є важливим прослідкувати динаміку фізичного розвитку.

Первинні і повторні обстеження школярів виконувалися зранку, приблизно в один і той же час, одним і тим же інструментарієм.

Аналіз результатів обстеження дітей (маса тіла, ЖЕЛ і сила м'язів), одержаних на початку експерименту, виявив відсутність достовірних відмінностей між експериментальною і контрольною групами (P>0,05).

Дані фізичного розвитку школярів середніх класів, отримані в кінці педагогічного експерименту, упорядковані в таблицях 3, 4.

Таблиця 2.

Зміни величин фізіологічних вигинів хребта у дітей 10-14 років в ході педагогічного експерименту (n =20)

Вигини хребта	Групи	Результати вимірювання				t	P	Між ЕГ і КГ після експерименту	
		до експерименту		після експерименту				t	P
		M ± m	M ± m	t	P				
Шийний лордоз (мм)	ЕГ	42,3 ± 1,58	35,1 ± 0,53	4,31	< 0,05	2,36	< 0,05		
	КГ	42,0 ± 1,46	37,3 ± 0,78	2,91	< 0,05				
Поперековий лордоз (мм)	ЕГ	44,8 ± 1,67	38,3 ± 0,61	3,64	< 0,05	2,11	< 0,05		
	КГ	44,6 ± 1,58	40,4 ± 0,66	2,44	< 0,05				

Аналізуючи результати дослідження, було виявлено, що в обох групах спостерігається позитивне зрушення в ознаках фізичного розвитку (P<0,05).

Так, ЖЕЛ дівчат експериментальної групи збільшилася на 0,35л, контрольної на 0,13л по відношенню до аналогічних показників на початку дослідження. Сила кисті правої руки у дівчат експериментальної групи (ЕГ) зросла на 2,0 кг, контрольної (КГ) - 1,6кг; відповідно сила кисті лівої руки - 2,4кг, і 1,8кг. Динаміка зростання результатів становаї сили дівчат складала: ЕГ - 6,8кг; КГ - 2,7кг.

Приріст результатів ознак фізичного розвитку хлопчиків був наступним: ЖЕЛ в ЕГ - 0,33л; у КГ - 0,15л; показники сили кисті правої і лівої рук виявилися рівними і склали як в ЕГ, так і в КГ - 1,8кг і 2,0кг відповідно. Окрім цього в результатах вимірювання сили кисті правої руки відсутні достовірні відмінності між ЕГ і КГ (P>0,05); - становаї сили в ЕГ - 8,8кг; у КГ - 4,6кг.

При цьому в ЕГ показники ЖЕЛ і становаї сили на 10% і 8% відповідно вище (як у дівчат, так і у хлопчиків), ніж в КГ. В той же час в показниках зросту і ваги тіла істотних відмінностей між групами не виявлено.

Таблиця 3.

Зміни маси тіла, ЖЕЛі динамометрії у дівчат 10-14 (n = 10)

Показники	43 групи	Результати вимірювання				t	P	Між	
		до експерименту		після експерименту				ЕГ	і КГ
		M	+ m	M ±	m				
1. Ріст (см)	ЕГ	138,00	± 1,54	139,23 ±	1,40	1,09	> 0,05	0,24	> 0,05
	КГ	134,95	± 1,13	137,80 ±	1,06	1, 21	> 0,05		
2. Вага (кг)	ЕГ	28,90	± 1,15	30,90 ±	0,98	•1,37	> 0,05	0,25	> 0,05

	КГ	29,87	± 0,69	31,18 ±	0,70	1,23	> 0,05		
3. Життєва ємкість легенів (л)	ЕГ	1,65	± 0,07	2,00 ±	0,06	3,89	< 0,05	2,73	< 0,05
	КГ	1,66	± 0,03	1,79 ±	0,05	2,32	< 0,05		
4. Сила правої руки (кг)	ЕГ	14,0	± 0,63	16,0 ±	0,49	2,50	< 0,05	0,26	> 0,05
	КГ	14,3	± 0,54	15,9 ±	0,60	2,01	> 0,05		
5. Сила лівої руки (кг)	ЕГ	11,3	± 0,56	13,7 ±	0,44	3,33	< 0,05	0,26	> 0,05
	КГ	11,7	± 0,52	13,5 ±	0,62	2,22	> 0,05		
6. Станова сила (кг)	ЕГ	37,2	± 1,48	44,0 ±	1,2	3,58	< 0,05	2,50	< 0,05
	КГ	37,9	± 0,68	40,6 ±	0,64	2,89	< 0,05		

Таблиця 4.

Зміни довжини і маси тіла, ЖЄЛі динамометрії у хлопчиків (n = 10)

Показники	групи	Результати вимірювання		t	P	Між ЕГ і КГ	
		до експерименту	після експерименту			t	P
		M±m	M ±m				
1. Ріст (см)	ЕГ	136,95 ± 1,29	139,3 ± 1,27	1,24	> 0,05	0,10	> 0,05
	КГ	137,54±0,72	139,24 ± 0,75	1,61	> 0,05		
2. Вага (кг)	ЕГ	28,60±0,88	31,27 ±0,82	2,14	> 0,05	0,57	> 0,05
	КГ	229±0,79	30,7 ±0,80	1,18	> 0,05		
3. Життєва ємкість легенів (л)	ЕГ	1,87±0,07	2,2 ±0,09	3,09	< 0,05	2,27	< 0,05
	КГ	1,83±0,05	1,98 ±0,05	2,32	< 0,05		
4. Сила правої руки (кг)	ЕГ	16,3±0,73	18,0 ±0,75	1,74	> 0,05	0,18	> 0,05
	КГ	16,6±0,81	18,4 ±0,84	1,58	> 0,05		
5. Сила лівої руки (кг)	ЕГ	13,7±0,63	15,8 ±0,57	2,41	< 0,05	1,10	> 0,05
	КГ	14,7±0,50	16,6 ±0,49	2,99	< 0,05		
6. Станова сила (кг)	ЕГ	46,8±1,55	55,6 ±1,41	4,20	< 0,05	2,35	< 0,05
	КГ	46,6±1,33	51,2 ±1,24	2,53	< 0,05		

Одержані результати дослідження фізичного розвитку школярів з порушеннями постави показують його покращення при систематичних заняттях як фізичними вправами, так і з поєднанням їх із масажем. Застосування масажу у поєднанні з фізичними вправами дало більш позитивний вплив і на дихальну систему і силові показники учнів, ніж виконання лише фізичних вправ без масажу.

Висновок. Аналітичний огляд літератури та узагальнення результатів дослідження, дозволили зробити наступні висновки і практичні рекомендації:

Серед різних захворювань організму який росте і формується, є сколіоз і сколіотична хвороба. Встановлено, сколіоз слід розглядати як компенсацію і стримуючий фактор ротації хребта. Ступінь ротації тіл хребців при сколіозі обумовлений зниженням компенсаторних можливостей зв'язочного апарату і порушенням м'язової рівноваги. Було виявлено, що стан постави дітей 5-8 класів дуже погіршується у процесі навчання в загальноосвітній школі. У відсотковому відношенні учнів із деформацією постави в 5-му класі становить 13%, у 7 – му -25% та у 8-му 44%, від всієї кількості школярів цих вікових категорій. Ефективність методики корекції порушень постави на основі комплексу фізичних вправ у поєднанні з масажем підтверджується результатами експерименту. Виявлено виражене зменшення величин фізіологічних вигинів хребта у експериментальній групі: шийний лордоз із 42,2±12,57мм на 35,2±0,52мм, поперековий лордоз із 45±1,67мм на 38,4±0,63мм. Відповідні показники в дітей у контрольній групі, які займалися тільки фізичними вправами та не проходили курс масажу становить: з 42,1±1,47мм на 37,2±0,77мм і з 44,5±1,57мм на 40,3±0,65мм (P<0,05). Аналізуючи результати дослідження, було виявлено, що в обох групах спостерігаються позитивні результати в сторону збільшення фізичного розвитку учнів, ЖЄЛ, сила правої/лівої руки, станова сила. Встановлено, що застосування спеціальних коригуючих фізичних вправ в поєднанні із масажем дало позитивну дію на серцево-судинну, дихальну системи і таку фізичну якість, як гнучкість, ніж саме виконання фізичних вправ.

Література

1. Сучасні методи профілактики та корекції порушень постави в умовах вищого навчального закладу / А.В. Білоусова, О.М. Лапіна, Н.В. Ніколаєва та ін. // Збірник наукових праць. Серія: "Педагогіка". - 2018. - Вип. 57. - С. 39-47.
2. Корекція порушень постави та розвиток відчуття ритму у студентів вищих навчальних закладів фізичної культури / Л.І. Маслак, Л.В. Рахман, М.В. Іванчук та ін. // Матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції "Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини в умовах сучасного суспільства". - 2019. - С. 28-33.
3. Способи профілактики та корекції порушень постави у студентів фізкультурних спеціальностей / Т.В. Моїсеєнко, Л.В. Рахман, О.І. Савченко та ін. // Збірник наукових праць Криворізького національного університету. Серія: Педагогіка. Психологія. Соціальна робота. - 2018. - Вип. 34. - С. 81-86.
4. Коваленко, Л. П., Салімова, Н. В. (2018). Здоров'язбережувальні технології в фізичному вихованні студентів з порушенням постави. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту, (10), 35-39.
5. Кондратова, О. І., Мартинчук, В. О., & Хоріна, Н. І. (2019). Проблеми розвитку опорно-рухового апарату та корекції порушень постави студентів у вищому навчальному закладі. Медична наука та практика, (1), 22-27.
6. Лисенко, Т. І. (2020). Фізичне виховання студентів з порушеннями опорно-рухового апарату: проблеми та перспективи. Педагогіка вищої та середньої школи, (56), 143-148.

References

- 1.A.V. Bilousova, O.M. Lapina, N.V. Nikolaieva ta in. (2018). Suchasni metodyky profilaktyky ta korektsii porushen postav v umovakh vyshchoho navchalnoho zakladu. [Modern methods of prevention and correction of postural disorders in the conditions of a higher educational institution]. Zbirnyk naukovykh prats. Serii: "Pedagogika". Vyp. 57. - S. 39-47.
- 2.L.I. Maslak, L.V. Rakhman, M.V. Ivanchuk ta in. (2019). Korektsiia porushen postav ta rozvytok vidchuttia rytmu u studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv fizychnoi kultury. [Correction of postural disorders and development of a sense of rhythm in students of higher educational institutions of physical education]. Materialy III Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii "Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia, sportu ta zdorovia liudyny v umovakh suchasnoho suspilstva".S. 28-33.
- 3.T.V. Moiseienko, L.V. Rakhman, O.I. Savchenko ta in. (2018). Sposoby profilaktyky ta korektsii porushen postav u studentiv fizkulturnykh spetsialnostei. [Methods of prevention and correction of postural disorders in students of physical education majors]. Zbirnyk naukovykh prats Kryvorizkoho natsionalnoho universytetu. Serii: Pedagogika. Psykholohiia. Sotsialna robota. Vyp. 34. - S. 81-86.
- 4.Kovalenko, L. P., Salimova, N. V. (2018). Zdoroviazberezhuvalni tekhnologii v fizychnomu vykhovanni studentiv z porushenniam postav. [Health-saving technologies in physical education of students with postural disorders]. Pedagogika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia ta sportu, (10), 35-39.
- 5.Kondratova, O. I., Martynchuk, V. O., & Khorina, N. I. (2019). Problemy rozvytku oporno-rukhovoho aparatu ta korektsii porushen postav studentiv u vyshchomu navchalnomu zakladi. [Problems of the development of the musculoskeletal system and correction of postural disorders of students in a higher educational institution]. Medychna nauka ta praktyka, (1), 22-27.
- 6.Lysenko, T. I. (2020). Fyzichne vykhovannia studentiv z porushenniamy oporno-rukhovoho aparatu: problemy ta perspektyvy. [Physical education of students with musculoskeletal disorders: problems and prospects]. Pedagogika vyshchoi ta serednoi shkoly, (56), 143-148.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.7(167).14
УДК 796.015.1:794.24

Долбишева Н.Г.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри теорії та методики спортивної підготовки
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, м. Дніпро
Кондратенко В.В.
доцент кафедри фізичного виховання та спеціальної підготовки
Університет митної справи та фінансів, м. Дніпро
Алфьоров О.А.
професор кафедри соціально-гуманітарних дисциплін
Дніпровська академія музики ім. М. Глінки, м. Дніпро
Кусовська О.С.
старший викладач кафедри боксу, боротьби та важкої атлетики
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, м. Дніпро

СПЕЦИФІЧНІСТЬ СИСТЕМИ ПІДГОТОВКИ В ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИХ ВИДАХ СПОРТУ

В інтелектуальних видах спорту змагання пов'язані з абстрактно-ігровою діяльністю, до складу яких входять – шахи, шашки, го, спортивний бридж, спортивний покер, сянці та ін. На основі використання методу наукового пізнання, визначена специфічність інтелектуальної підготовки спортсменів в інтелектуальних видах спорту. Підготовка спортсменів-інтелектуалів полягає у спрямованості тренувального процесу на формування компетентностей, реалізації специфічних принципів спортивного тренування, використанні специфічних засобів та методів підготовки. Інтелектуальна підготовка обумовлюється інтелектуальною освітою та вихованням інтелектуальних здібностей. Інтелектуальна освіта розглядається як частка теоретичної підготовки, а інтелектуальні здібності як вища ступень пізнавальної діяльності та яка пов'язана з розвитком якості пам'яті, розумових здібностей та видів мислення. В процесі інтелектуальної підготовки