

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ
УПРАВЛІННЯ МОЛОДІ ТА СПОРТУ
ЛЬВІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ВІЙСЬКОВОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЗАХІДНОЇ ПАРАНИ (БРАЗИЛІЯ)
ЛИТОВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ СПОРТУ
ЛЬВІВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я
НАСЕЛЕННЯ «СПОРТ ДЛЯ ВСІХ»

ПРОБЛЕМИ АКТИВІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НАСЕЛЕННЯ



Матеріали XIV Міжнародної
науково-практичної конференції
(10–11 травня 2024 року)

За загальною редакцією Любові ЧЕХОВСЬКОЇ

Львів
ЛДУФК ім. Івана Боберського
2024

2. Гончаренко О. С. Адаптивний спорт : навч.-метод. комплекс. Краматорськ : Донбаська державна машинобудівна академія, 2020. 162 с.

3. Деделюк Н. А. Теорія і методика адаптивної фізичної культури : навч.-метод. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2014. 68 с.

4. Осадченко Т. М., Семенов А. А., Ткаченко В. Т. Адаптивне фізичне виховання : навч. посіб. Умань : Візаві, 2014. 210 с.

5. Соколенко О. І. Адаптивна фізична культура : навч.-метод. посіб. для магістрантів спеціальності «Фізичне виховання». Старобільськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2015. 154 с.

УДК 615.825:355.233.2

ОПТИМІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Артур Хачатрян

*Військовий інститут танкових військ Національного технічного
університету «Харківський політехнічний інститут»,
м. Харків, Україна*

Актуальність. У зв'язку із збройною агресією Російської Федерації на території України в рази збільшилася кількість військовослужбовців, які отримали поранення різного ступеня тяжкості. Це пов'язано не тільки з веденням бойових дій, й повсякденної діяльності військовослужбовців щодо підтримання повної боєздатності.

Звичайно, їм надають першу медичну допомогу та лікування у військових шпиталях і спеціалізованих медичних закладах. Разом з тим, важливе значення має також і подальша реабілітація військовослужбовців для повного відновлення їх функцій і можливості повноцінно працювати й жити в суспільстві. На сьогодні – це одне з важливих завдань держави й суспільства.

Мета дослідження – актуалізувати проблему фізичної реабілітації військовослужбовців в Україні.

Результати дослідження. Термін «реабілітація» походить із латинської мови і складається з префікса «re» – відновлення і прикметника «habilitas» – сприяти, корисність. Переклад досліджуваного терміна означає відновлення чи сприяння корисності для чогось. За науковим трактуванням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) медична реабілітація – це активний процес, метою якого є досягнення повного відновлення порушених внаслідок захворювання або травми функцій або, якщо це нереально, оптимальна реалізація фізичного, психічного й соціального потенціалу особи з інвалідністю, найбільш адекватна інтеграція його в суспільство. Тож реабілітація в загальному понятті означає процес впливу комплексу чинників, який має на меті відновлення функцій або реалізацію наявного потенціалу окремої людини.

Щодо фізичної реабілітації, то це застосування з лікувальною і профілактичною метою фізичних вправ і природних чинників у комплексному процесі відновлення здоров'я, фізичного стану й працездатності хворого (пораненого).

Основні принципи фізичної реабілітації:

- систематичність – для досягнення бажаного результату треба постійно й наполегливо працювати, урахувавши психологічний стан постраждалого від початку і до завершення процесу відновлення;
- послідовність – цей принцип, передбачає поступове зростання навантаження, до якого постраждалий має бути готовий психологічно та фізично. Необхідно проявляти волюваті якості та емоційну стійкість. Принцип спільний із процесом підготовки спортсменів;
- індивідуальність – відновлювальні програми і вправи мають враховувати багато індивідуальних чинників постраждалого: від антропометричних даних і режиму до особливостей отриманої травми.

Сучасний стан фізичної реабілітації військових складний. З одного боку, волонтерська діяльність і широкий розголос наявного стану дають змогу забезпечити сучасними інноваційними технологіями, фінансовою та міжнародною підтримкою. Але з другого, велика кількість поранених відчуває брак часу, засобів і кваліфікованих фахівців.

Напрямами розв'язання цих питань може стати створення державних програм з фізичної реабілітації. Наприклад, є Канадська програма CFHS «Програми фізичної реабілітації для персоналу канадських збройних сил». Вона гарантує, персоналу збройних сил Канади, який отримав травми або захворювання, доступ до оптимальних послуг фізичної реабілітації та їх отримання. І всі служби враховують їхні необхідні потреби як військовослужбовців. Канада створила гібридну модель цивільно-військової реабілітації військовослужбовців, яка передбачає проходження реабілітації якнайближче до родини.

Також одним з напрямів розв'язання питань можуть бути міжнародні програми по реабілітації наших захисників. Такі програми вже є в Канаді, США, Німеччині, Ізраїлі. Вони дають змогу долучати до реабілітації передових фахівців з фізичної терапії, використовувати сучасні технології, навчатися та обмінюватися досвідом.

Висновок. Сучасний стан фізичної реабілітації військових потребує дієвих заходів зі сторони держави. Встановлено напрями, які сприятимуть вирішенню даної проблеми: створення державних програм фізичної реабілітації для військовослужбовців, залучення міжнародних програм реабілітації різних країн.

Список використаних джерел

1. Мельников А., Горохівський А., Костян Я. Сучасні види реабілітації для постраждалих від війни військовослужбовців. *Young Scientist*. 2023. № 11 (123). Р. 23–26.

2. Одеров А. М. Романчук С. В. Ольховий О. М. Пилипчак В. В., Романів І. В. Тимочко О. І. Поцілуйко П. В. Дослідження особливостей фізичної підготовленості військовослужбовців, які мали контузію. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. пр. Київ, 2023. Вип. 8(168). С. 113–118.

3. Besemann M. Physical rehabilitation following polytrauma. The Canadian Forces Physical Rehabilitation Program 2008–2011. *Can J Surg.* 2011. Vol. 54(6). P. 135–141.

УДК 159.942:355.01

**ПОШУК МЕТОДІВ ВІДНОВЛЕННЯ Й АДАПТАЦІЇ
ПСИХОЕМОЦІЙНОГО ФУНКЦІОНУВАННЯ
ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ**

Олександр Кранін, Юлія Паришкура

*Державний торговельно-економічний університет,
м. Київ, Україна*

Актуальність. Будь-яка особа, цивільне населення, що перебувають у зоні бойових дій і окупації, зокрема військові й мобілізовані, потрапляючи в умови, де постійно існує загроза життю, – проходить адаптацію під ці умови. Психіка вмикає механізм самозбереження, Умовно кажучи, відбувається перехід на інший режим функціонування й існування, у якому фокус звужується на збереження життя в таких умовах із можливістю виконувати поставлені завдання [1]. У такому режимі людина зазнає травмування мінімально, оцінюючи умови, у яких вона перебуває. Це змушує психіку функціонувати зовсім по-іншому. Доки людина не позбавиться умов, у якому стрес має найвищий вплив, а саме тих психофізичних травм, отриманих у зоні бойових дій, доти психіка перебувати в цьому стані [2]. Він не дасть змоги адаптуватися до нових умов і знову