

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

УДК 159.942:379.8-053.4-056.26

ОСОБЛИВОСТІ КОРЕКЦІЇ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ  
ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ІЗ ЗАТРИМКОЮ  
ПСИХОЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ЗАСОБАМИ  
АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ

**Катерина Коваленко, Наталія Ковальова, Тарас Блістів**

*Національний університет фізичного виховання та спорту  
України, м. Київ, Україна*

**Актуальність.** Установлено, що в середньому відставання від вікової психофізичної норми діагностується переважно в дітей в 5–6 років. Як порівняти з віковою нормою, фіксують несформовану мову, відсутність навичок самообслуговування, некомунікабельність, емоційну нестабільність, нерозвинену пам'ять і проблеми з орієнтацією в просторі [1].

Науковці зазначають, що фізичний розвиток і рухові здібності дітей із затримкою психоемоційного розвитку перебувають у тісному взаємозв'язку з їх психічним і фізичним здоров'ям, навіть дисфункція психічної сфери може призвести до недорозвинення складних і диференційованих рухів і дій [4]. Попри на значний інтерес науковців до цієї проблеми, існує потреба до пошуку нових, більш ефективних методів корекції рухових умінь і психоемоційного стану дошкільників із затримкою психоемоційного розвитку засобами адаптивної фізичної рекреації [3].

**Мета дослідження** – визначити й обґрунтувати особливості корекції психоемоційних станів дітей дошкільного віку із затримкою психоемоційного розвитку засобами адаптивної фізичної рекреації.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз літературних джерел і документальних матеріалів, аналіз і синтез, узагальнення, педагогічне спостереження.

**Результати дослідження.** Сучасні зміни в системі дошкільної освіти певним чином вплинули на зміст корекційно-виховного навчання дітей із порушеннями психоемоційного розвитку. Це також відображено у прагненні фахівців і дослідників до розроблення інноваційних автентичних програм, використання нових методів навчання й виховання.

Більшість дослідників у своїй корекційній роботі зі старшими дошкільниками із затримкою психоемоційного розвитку активно використовували такі засоби адаптивної фізичної рекреації, як рухливі ігри, вправи на дрібну моторику, вправи й ігри з речитативом, що позитивно впливало на психіку й значно поліпшувало їхній психофізичний стан у процесі таких занять [2].

Існують дослідження особливостей використання елементів ритмічної гімнастики як засобу адаптивної фізичної рекреації в корекційній роботі з дошкільниками із затримкою психоемоційного розвитку. У цих роботах було встановлено, що використання ритмічної гімнастики сюжетно-рольового спрямування сприяє поліпшенню і фізичного розвитку й підготовленості дітей, і показників психічного розвитку (пам'яті, мислення, довільної поведінки). Усі ці показники виходять на рівень вікової норми, що дає змогу цим дітям навчатися в загальноосвітній школі [3].

Корекційні дії треба будувати так, щоб вони відповідали основним параметром розвитку в цей віковий період, ґрунтувалися на властивих цьому віку особливостях і здобутках.

По-перше, корекція повинна бути спрямована на розвиток, а також компенсацію тих психічних процесів і новоутворень, які почали удосконалюватися в попередній віковий період і які є основою для розвитку в наступний віковий період.

По-друге, корекційно-розвивальна робота повинна створювати умови для ефективного формування тих психічних

функцій, які особливо інтенсивно розвиваються в поточний період дитинства.

По-третє, корекційно-розвивальна робота повинна сприяти формуванню передумов для сприятливого розвитку на наступному віковому етапі.

По-четверте, корекційно-розвивальна робота повинна бути спрямована на гармонізацію особистісного розвитку дитини на цьому віковому етапі [2].

**Висновок.** Аналіз літературних джерел свідчить про погіршення здоров'я, зростання кількості дітей із затримкою психоемоційного розвитку й малої кількості методів розв'язання проблеми. Поряд зі зростанням кількості дітей із затримкою психоемоційного розвитку відзначають погіршення показників фізичного розвитку, зокрема координаційних здібностей, гнучкості й спритності. Переважна більшість методичних рекомендацій не можуть охопити цілісне розв'язання проблеми.

Означені негативні тенденції зниження здоров'я дітей дошкільного віку актуалізують пошук нових форм і методів адаптивної фізичної рекреації.

### Список використаних джерел

1. Андреева О. Організація оздоровчо-рекреаційної рухової активності дітей дошкільного віку в умовах клубних занять. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2016. №3. С. 29–32.

2. Козіна Ж. Л. Особливості фізичного, психофізіологічного розвитку та фізичної підготовленості дітей 1–5 років. *Педагогіка, психологія та медикобіологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2011. № 10. С. 84–99.

3. Козіна Ж., Лахно О., Москалець Т., Кондак Н. Система інтегрального розвитку дітей 1–5 років із застосуванням технічних пристроїв. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2011. № (9). С. 61–68.

4. Кузнецова Л. І., Бричук М. С., Жижжун К. О. Особливості впливу ігрової діяльності на дітей дошкільного віку із спектром

аутичних порушень в процесі фізичного виховання. *Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова*. Київ, 2020. Вип. 1(121). С. 53–59.

**УДК 615.825:616.72:616-001**

## ПРИНЦИПИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ СПОРТСМЕНІВ ІЗ ТРАВМАМИ КОЛІННОГО СУГЛОБА

**Владислав Кологойда, Владислав Циганок**

*Запорізький державний медико-фармацевтичний університет,  
м. Запоріжжя, Україна*

**Актуальність.** Процес фізичної реабілітації спортсменів із травмами колінного суглоба постійно удосконалюється [3, с. 107; 4, с. 419]. Зокрема, використовують різні варіанти терапевтичних вправ, ізометричну гімнастику, стретчинг, традиційний і міофасціальний масаж, тейпінг, проводять механотерапію за допомогою апаратів для пасивного та активного розроблення рухів у колінному суглобі, а також поєднання різних методик і технологій [1, с. 69]. Тож постійне розроблення та вдосконалення програм реабілітації, спрямованих на оптимізацію процесу відновлення після травми, а також дотримання принципів терапії особливо актуальне.

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати принципи реабілітації спортсменів із травмами колінних суглобів.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз й узагальнення наукової та методичної літератури.

**Результати дослідження.** Дотримання принципів фізичної реабілітації під час реалізації програми відновлення є вкрай важливими. Ці принципи розкривають загальні підходи до відновного лікування за ураження колінного суглоба й післяопераційного його відновлення в разі артроскопічних втручань [2]: