

РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНЬ БІОГЕОМЕТРИЧНОГО ПРОФІЛЮ ПОСТАВИ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Лопачький С.В., Михайленко Р.І., Морська Л.В., Коровайний В.І.

Івано-Франківський національний медичний університет, кафедра фізичної реабілітації, ерготерапії та фізичного виховання, м. Івано-Франківськ, Україна, ORCID ID: 0000-0003-2998-3605, ORCID ID: 0000-0002-9508-3042, ORCID ID: 0000-0001-5217-5273, ORCID ID: 0000-0002-0784-0366, e-mail: slopatskyi@gmail.com, mixaulenko@ukr.net

Резюме. Увага громадськості сьогодні спрямована на формування здорового способу життя студентської молоді як продовжувача трудових звершень та активного втілювача інноваційних ідей. Водночас усталені звичаї та звички не завжди відповідають сучасним вимогам суспільства, а це, у свою чергу, зумовлює пошук інноваційних педагогічних шляхів, умов і засобів формування здоров'я студентів, розвитку гармонійної особистості.

Мета дослідження: сформулювати й дослідити суб'єктивні передумови розробки технології корекції порушень біогеометричного профілю постави студентів у процесі фізичного виховання.

Результати дослідження. Результати педагогічного спостереження дозволили сформулювати й дослідити об'єктивні (тип постави, стан біогеометричного профілю, морфологічні особливості організму, характеристика гоніометрії тіла, рівень фізичної підготовленості) та суб'єктивні (якість способу життя, контроль дієздатності та захворюваності, ступінь зацікавленості заняттями фізичним вихованням, характер мотиваційно-потребової сфери, рівень теоретичних знань, самостійна оцінка потенційних факторів ризику) передумови розробки технології корекції порушень біогеометричного профілю постави студентів у процесі фізичного виховання.

Висновки. Відзначено, що майже 68,00 % студентів 1 курсу намагаються регулярно слідкувати за станом власного здоров'я, а на 4 курсі таких студентів лише 19,00 %. Результати опитування показали, що саме для студентів 1 курсу проблематика порушення постави є актуальною: майже 30,00 % респондентів були повністю не задоволені власною поставою і вважали, що мають її порушення; більше 70,00 % опитаних висловили бажання займатись профілактикою та корекцією власної постави. Студенти важко орієнтувались у відповідях на запитання щодо типів порушення постави, окремих ознак порушення постави, назви хвороб і станів, що виникають внаслідок порушення постави.

Перспектива подальших досліджень полягає в розробці технології корекції фіксованих порушень опорно-рухового апарату студентів спеціальних медичних груп у процесі фізичного виховання з урахуванням стану її біогеометричного профілю.

Ключові слова: студенти, постава, фізичне виховання, передумови.

Постановка наукової проблеми. Увага громадськості сьогодні спрямована на формування здорового способу життя студентської молоді як продовжувача трудових звершень та активного втілювача інноваційних ідей [4, 7, 8]. У зв'язку зі зниженням рівня здоров'я студентської молоді все актуальнішою стає потреба здорового способу життя, особистої активності у формуванні здоров'я та його збереження [2, 3, 9, 10]. Водночас усталені звичаї та звички не завжди відповідають сучасним вимогам суспільства, а це, у свою чергу, зумовлює пошук інноваційних педагогічних шляхів, умов і засобів форму-

вання здоров'я студентів, розвитку гармонійної особистості [15, 16].

На важливості наукового пошуку різних інноваційних підходів до організації профілактично-оздоровчих та корекційних заходів у процесі фізичного виховання студентів з порушеннями постави наголошує ряд авторів [1, 5, 6, 11, 12].

Мета дослідження. Сформулювати й дослідити суб'єктивні передумови розробки технології корекції порушень біогеометричного профілю постави студентів у процесі фізичного виховання.

Для виконання поставлених завдань було використано такі **методи дослідження:** аналіз науково-методичної літератури та документальних матеріалів; соціологічні методи дослідження; педагогічне спостереження; педагогічний експеримент (проведення констатувального та формувального експерименту); фотозйомка й визначення типу постави студентів; візуальний скринінг стану біогеометричного профілю постави; педагогічне тестування (визначення рівня загальної витривалості, силової витривалості м'язів тулуба, силової витривалості м'язів верхніх кінцівок і спини, гнучкості хребетного стовпа, рухливості тазостегнових суглобів та еластичності підколінних сухожиль, статичної рівноваги тіла); методи математичної статистики.

Виклад основного матеріалу дослідження. Результати педагогічного спостереження дозволили сформулювати й дослідити суб'єктивні та об'єктивні передумови розробки технології корекції порушень біогеометричного профілю постави студентів у процесі фізичного виховання (рис. 1).



Рис. 1. Передумови розробки технології корекції порушень постави студентів у процесі фізичного виховання з урахуванням рівня стану біогеометричного профілю

Дослідження суб'єктивних передумов обґрунтування та розробки експериментальної технології включило проведення анкетного опитування студентів 1-4 курсу з порівняльним аналізом отриманих даних [13, 14].

Анкетування було проведено серед студентів 1-4 курсів, а отримані дані розглянуто і представлено з урахуванням визначених типів постави.

Відповідно до питань № 1-10, які склали модуль 1 «Загальні дані», нами була отримана і проаналізована загальна інформація стосовно віку, статі та особливостей організації і проведення навчального процесу, в тому числі і з фізичного виховання, серед обстежених студентів.

Представлені загальні дані свідчать про те, що вікові періоди обстежених студентів збігаються із середньостатистичними віковими періодами навчання на кожному курсі, а найбільша кількість студентів 1-4 курсу належить до вікового періоду 21-25 років.

Розподіл студентів за курсом навчання був майже рівний: 55,60 % студентів навчалась на 1-2 курсах і 44,40 % — на 3-4 курсах.

Вагомим є той факт, що дисципліна «Фізичне виховання» в опитаних студентів викладається на всіх чотирьох курсах і належить до переліку обов'язкових дисциплін їх індивідуального плану навчання.

Однак лише незначна кількість студентів отримала на заняттях із фізичного виховання теоретичні знання і практичні уміння щодо поняття «постава», різновидів її порушення та засобів і методів профілактики й корекції цих порушень.

Отримані відповіді на запитання № 4-10 дали змогу кількісно оцінити стан організації навчального процесу з фізичного виховання студентів з урахуванням встановлених серед них типів постави.

Результати опитування свідчать про те, що більш якісним є спосіб життя студентів 1 курсу: близько 75,00 % студентів слідкують за власним розкладом, їх робоче навантаження тільки іноді перевищує 8 годин на добу; більше 80,00 % студентів організовують для себе активний відпочинок у кінці тижня та під час канікул. Серед студентів старших курсів (3-4 курс) лише 13,00 % опитаних дотримуються розкладу дня, і майже у 36,00 % респондентів добова норма робочої діяльності не перевищує 8 годин.

Проте лише 18,00 % студентів 1 курсу дбають про регулярність власного харчування, а 23,00 % — про збалансованість, калорійність та раціон. Тільки 17,00 % студентів дотримуються режиму та добової норми сну. Не найкраща ситуація і серед студентів випускних курсів: лише 19,00-26,00 % завжди контролюють кратність, збалансованість та раціональність власного харчування, і жоден студент не слідкує за режимом сну.

Щодо ставлення студентів до шкідливих звичок слід зазначити, що кількість тих, хто регулярно або іноді палить і вживає алкогольні напої, збільшується від курсу до курсу. Студенти 1-3 курсів іноді вживають наркотичні засоби (2,00-3,00 %), і тільки на 4 курсі — не вживають наркотики зовсім.

Однак майже 68,00 % студентів 1 курсу намагаються регулярно слідкувати за станом власного здоров'я, а на 4 курсі таких студентів лише 19,00 %.

Огляд даних респондентів і їх співвідношення з встановленими типами постави допомогли визначити оцінку відповідям студентів на запитання модуля 2 «Якість способу життя».

Представлені дані засвідчують, що найкращу оцінку серед опитаних студентів згідно з аналізом їх відповідей на запитання модуля 2 мали представники студентської молоді 1 курсу, зокрема із встановленим функціональним порушенням «сколіотична постава».

Також хотілось би відзначити, що під час порівняння відповідей студентів 1 курсу з іншими курсами виявлені достовірні розходження між середніми значеннями оцінок студентів 4 курсу, що вказує на значне зниження якості їх способу життя.

Отримані дані свідчать про те, що серед студентів кожного курсу приблизно 10,00 % респондентів коли-небудь належали до спеціальної медичної групи.

Хотілось би відзначити недбале ставлення студентів до власного здоров'я, оскільки з переходом на старші курси все менше респондентів проходили повне медичне обстеження хоча б один раз на рік; частіше хворіли саме студенти 4 курсу (більше 5 разів на рік), а одразу зверталися до лікаря вони не мали намірів.

Досить важливим є той факт, що майже 80,00 % студентів на кожному курсі зазначили, що проходили у своєму житті повну або часткову діагностику стану опорно-рухового апарату (ОРА); приблизно у 30,00 % студентів кожного курсу були встановлені різні порушення ОРА; більше ніж у 20,00 % студентів початкових курсів (1-2 курс) були встановлені різні порушення постави, причому кількість таких студентів на 3 курсі збільшилась удвічі, а на 4 курсі – втричі.

Окремо слід відзначити, що від 4,00 % до 13,00 % студентів перших курсів зауважили, що мали діагноз «сколіоз». Це положення підтвердили 23,00 % студентів 3 курсу і 29,00 % опитуваних 4 курсу.

Крім того, від 2,00 % до 15,00 % студентів 1-4 курсів проходили курс лікування (корекції) порушень постави, з них приблизно 10,00 % студентів зазначили, що цей курс лікування (корекції) був для них ефективним, а майже для 8,00 % студентів – ні.

Опрацювання відповідей студентів та їх характеристика допомогли визначити рівень контролю респондентами власної дієздатності та захворюваності.

Оцінка студентами власного контролю дієздатності та захворюваності показала, що найвищий рівень у цьому напрямку відповідає студентам з нормальною поставою, а найнижчий – зі сколіотичною.

Однак незалежно від типу постави рівень модуля 3 у студентів стрімко знижується від курсу до курсу, про що свідчать достовірні розбіжності між середніми значеннями оцінки студентів 1 та 3 курсів, і, особливо, 1 й 4 курсів.

Для виявлення пріоритетних напрямів роботи в розробці технології, а також для визначення основних факторів впливу на розвиток і прояв функціональних порушень ОРА нами були переглянуті студентські відповіді, спрямовані на вивчення зацікавленості респондентів заняттями з фізичного виховання та прояву активної участі в них.

Результати опитування показали, що саме для студентів 1 курсу проблематика порушення постави є актуальною: майже 30,00 % респондентів були повністю не задоволені власною поставою і вважали, що мають її порушення; більше 70,00 % опитаних висловили бажання займатись профілактикою та корекцією власної постави, а 80,00 % студентів визначили за можливе коректувати поставу під час занять з фізичного виховання у своєму закладі вищої освіти (ЗВО).

Вагомими стали відповіді студентів щодо бажання отримати теоретичні знання та практичні уміння в напрямку корекції порушень постави у процесі занять з фізичного виховання у ЗВО. Найбільше прагнення виявили респонденти 1 курсу, які у 89,00 % випадків повністю згодні покращити свій рівень теоретичних знань і у 92,00 % випадків – рівень практичних умінь.

Саме студенти 1 курсу підтримали необхідність введення спеціального розділу за вибором щодо корекції порушень постави у процесі занять з фізичного вихован-

ня у ЗВО (65,00 % опитаних), висловили своє бажання обрати цей курс (73,00 % опитаних) і визначили першочерговість питань корекції порушень постави як завдання процесу фізичного виховання (64,00 %).

Однак студенти 2-3 курсів були менш активними і менш зацікавленими у визначених питаннях модуля 4 нашої системи опитування, а представники 4 курсу виявили повну байдужість.

Співвідношення відповідей студентів 1-4 курсу з урахуванням фактору порушення типу їх постави визначило середні значення оцінки рівня зацікавленості респондентів у напрямку корекції порушень постави у процесі занять з фізичного виховання у ЗВО.

Розподіл опитуваних згідно з отриманими балами за відповіді на запитання № 31-40 розробленої нами модульної системи анкетування продемонстрував, що студенти 1 курсу мали найвищий рівень зацікавленості з питань корекції порушень постави у процесі занять з фізичного виховання у ЗВО незалежно від типу постави.

Порівняння середніх значень оцінки рівня зацікавленості студентів 1 курсу з даними студентів 2-4 курсів показало наявність достовірних розходжень між представленими значеннями: як вже було зазначено, студенти 1 курсу мали високий рівень зацікавленості, тоді як серед студентів 3 курсу рівень зацікавленості був середнім, а серед студентів 4 курсу з нормальною поставою та з такими встановленими типами її порушення, як плоска спина і круглоувігнута спина, рівень зацікавленості взагалі знизився до найнижчих показників.

Під час формування модульної системи анкетування нами були сформульовані та включені запитання, які допомогли визначити основні мотиви до занять з фізичного виховання та залучення до організованої рухової активності, до контролю стану постави та розуміння її значення для власного здоров'я, а саме:

- оздоровчий мотив – зумовлює спрямованість студентів на власне оздоровлення: підвищення рівня здоров'я та покращення функціонального стану організму завдяки заняттям з організованої рухової активності, а також методам та засобам фізичного виховання;
- естетичний мотив – передбачає прагнення студентів до власного самовдосконалення: корекція тілобудови й постави, поліпшення зовнішнього вигляду, функціонального стану організму завдяки заняттям з організованої рухової активності, а також методам та засобам фізичного виховання;
- емоційний мотив – поєднав у своєму змісті бажання студентів самостверджуватися, отримувати емоційне задоволення від занять з фізичного виховання та організованої рухової активності;
- комунікативний мотив – визначив прагнення студентів до взаєморозуміння й вільного спілкування з друзями, одногрупниками під час занять з фізичного виховання та залучення до організованої рухової активності;
- професійно обов'язковий мотив – передбачає підхід студентів до занять з фізичного виховання та організованої рухової активності виключно з позиції обов'язків студента або майбутніх професійних зобов'язань.

Представлені мотиви були ранжовані студентами як варіант відповіді на запитання № 41-45 модульної системи анкетування.

Встановлено, що серед студентів 1 курсу домінують оздоровчий (30,60 % опитаних), естетичний (27,50 % опитаних) і емоційний (18,50 % опитаних) мотиви. Серед студентів 2 курсу основним стало прагнення покращити свій зовнішній вигляд – естетичний мотив (22,90 % опитаних).

Нами визначено, що студентів 3 курсу мотивують до занять з фізичного виховання та організованої

рухової активності насамперед обов'язки студента (професійно обов'язковий мотив – 41,60 % опитаних) і можливість зустрічі й вільного спілкування з друзями та одногрупниками (комунікативний мотив – 26,20 %). Одночасно знижується значимість оздоровчого та естетичного мотивів: лише 9,10 % і 10,30 % опитаних 3 курсу визначили їх вагомість для себе.

Визначена тенденція поглиблюється під час розгляду структури мотивів студентів 4 курсу, де однозначну перевагу отримали професійно-оздоровчий (51,70 % опитаних) і комунікативний (22,70 % опитаних) мотиви. Водночас досить вагомим залишився для представників студентської молоді 4 курсу емоційний мотив (16,50 % опитаних) і майже втратили своє значення оздоровчий (4,00 % опитаних) та естетичний (5,10 % опитаних) мотиви.

Окремо було розглянуто потреби студентів у напрямку визначення основних можливих причин порушення постави.

Аналіз відповідей на поставлені запитання засвідчив, що найбільше потребують змін студенти саме 1 курсу: майже 70,00 % опитаних погодились, що сучасні темп та умови життя є однією з головних причин появи порушень постави, тому потребують постійного контролю; 95,00 % респондентів зазначили, що навчальне навантаження та умови навчання сучасної студентської молоді можуть спричинити порушення постави, що визначає необхідність профілактики та корекції; більше 80,00 % студентів визнали, що їх побутові умови можуть спричинити порушення постави, тому потребують змін.

Проте майже всі студенти 1-4 курсів були однакостайні у своїх відповідях на запитання щодо впливу стану постави на рівень здоров'я і потреби постійного контролю та профілактики в даному напрямку, давши свою згоду у 80,00 %, а іноді, й більше, ніж у 90,00 % випадках. Також досить чисельною стала підтримка студентів 1-3 курсів потреби у знаннях та вміннях з питань порушення постави та засобів і методів їх корекції. І лише студенти 4 курсу залишили це запитання без значної уваги, висловивши свою думку неоднозначно.

Розглянуті відповіді були нами також проаналізовані з урахуванням визначених типів постави респондентів з подальшим розрахунком оцінки рівня мотиваційно-потребової сфери студентів.

Отримані результати свідчать про те, що мотиви і потреби студентів 1 курсу знаходяться на високому рівні незалежно від визначеного їх типу постави.

Слід додати, що оцінка рівня мотиваційно-потребової сфери студентів 1 курсу з нормальною поставою була нижча у своєму середньому значенні, ніж студентів з плоскою і круглоувігнутою спиною, особливо з круглою спиною і сколіотичною поставою, де середнє значення оцінки рівня мотивів і потреб було максимальним.

Одночасно необхідно відзначити і той факт, що у студентів з плоскою спиною та сколіотичною поставою високий рівень оцінки мотиваційно-потребової сфери залишився майже незмінним під час порівняння даних респондентів 1 курсу з даними представників 2-4 курсів. Серед інших респондентів спостерігалось зниження рівня оцінки мотивів і потреб студентів старших курсів порівняно з даними опитаних молодших курсів. Значно помітною така тенденція була серед студентів з нормальною поставою. Під час порівняння результатів опитування були встановлені достовірні розбіжності між середнім значенням оцінки мотиваційно-потребової сфери студентів 1 курсу, що була вищою за середнє значення студентів 3 курсу і особливо 4 курсу.

Опираючись на результати аналізу спеціальної науково-методичної літератури та інформаційних дже-

рел, а також використовуючи дані педагогічного спостереження, нами був включений до модульної системи анкетування модуль 6 «Рівень теоретичних знань», що складався з 10 тестових запитань із трьома варіантами відповідей.

Огляд анкет студентів дозволив визначити рівень їх теоретичних знань (зокрема, і щодо типу їх постави) та представити порівняльний аналіз даних респондентів різних курсів навчання.

Оцінка відповідей на запитання № 51-60 студентів 1-4 курсів показала однотипний розподіл рівня теоретичних знань респондентів незалежно від типу їх постави. У студентів 1 курсу був встановлений найвищий рівень теоретичних знань: до 30,00 % студентів мали високий рівень, приблизно 40,00-45,00 % — середній рівень і майже 35,00 % — низький рівень теоретичних знань.

Серед студентів 2 курсу оцінка рівня теоретичних знань виглядала наступним чином: до 23,00 % респондентів мали високий рівень, від 32,00 % до 47,00 % опитаних — середній рівень і приблизно 45,00% — низький рівень.

Погіршення рівня теоретичних знань засвідчив аналіз даних студентів 3 і 4 курсів. Так, у студентів 3 курсу оцінка рівня теоретичних знань була такою: високий рівень — лише від 2,00 % до 18,00 % студентів, середній рівень — приблизно від 40,00 % до майже 80,00% опитаних і низький рівень — подекуди збільшився майже до 60,00 %.

У студентів 4 курсу рівень теоретичних знань розподілювався наступним чином: до 16,00 % — високий рівень, водночас серед студентів з нормальною і сколіотичною поставою відповідей за результатами тестування, відповідних високому рівню теоретичних знань, виявлено не було; майже від 40,00 % до 70,00 % студентів мали середній рівень знань, і від 30,00 % до більше 60,00 % студентів володіли низьким рівнем теоретичних знань.

Студенти важко орієнтувались у відповідях на запитання щодо типів порушення постави, окремих ознак порушення постави, назв хвороб і станів, що виникають внаслідок порушення постави.

Аналіз відповідей студентів 1-4 курсів показав, що більшість з них (40,00-60,00 % опитаних) іноді мали ослаблений стан здоров'я і ознаки хворобливості, ніколи не переносили захворювань або пошкоджень чи травм ОРА. Водночас від 60,00 % до майже 80,00 % респондентів ведуть малорухливий спосіб життя. Від 16,00 % до 28,00 % студентів різних курсів мали довжину тіла вище 170 см і масу тіла більше 80 кг.

Однак найбільш вираженими факторами ризику серед студентів усіх курсів стали неправильна поза сидячи або лежачи та носіння сумки чи рюкзака переважно на одному плечі. Визначено, що майже 90,00 % всіх студентів під час сидіння або лежання займали неправильну позу та носили постійно сумку чи рюкзак на одному з плечей.

Найбільш вагомим фактором ризику стала наявність порушення постави студентів сутулості. Так, 90,00 % респондентів підтвердили, що вони весь час сутуляться.

Оцінка факторів ризику наявності порушень постави у студентів 1-4 курсів розподілила респондентів за трьома визначеними рівнями з урахуванням типу їх постави.

Під час проведення аналізу даних нами визначено, що найнижчий рівень ризику мали студенти 1-4 курсів з нормальним типом постави (у середньому $14,30 \pm 2,85$ бали) а найвищий рівень — респонденти 1-4

курсів з типом функціонального порушення постави «сколіотична постава» ($45,20 \pm 4,71$ бали).

Відзначимо, що всі студенти, крім респондентів з нормальною поставою, незалежно від курсу навчання мали високий рівень ризику наявності порушень постави.

Отримані дані повністю співвідносяться з результатами аналізу постави студентів і виявленими та представленими нами типами постави обстежених представників студентської молоді й станом їх біогеометричного профілю.

Висновки. Відзначено недбале ставлення студентів до власного здоров'я, оскільки з переходом на старші курси все менше респондентів проходили повне медичне обстеження хоча б один раз на рік; частіше хворіли саме студенти 4 курсу (більше 5 разів на рік), а одразу звертатися до лікаря вони не мали намірів. Майже 68,00 % студентів 1 курсу намагаються регулярно слідкувати за станом власного здоров'я, а на 4 курсі таких студентів лише 19,00 %.

Досить важливим є той факт, що майже 80,00 % студентів на кожному курсі зазначили, що проходили у своєму житті повну або часткову діагностику стану ОРА; приблизно у 30,00 % студентів кожного курсу були встановлені різні порушення ОРА; більше ніж у 20,00 % студентів початкових курсів (1-2 курси) були встановлені різні порушення постави, причому кількість таких студентів на 3 курсі збільшилась удвічі, а на 4 курсі — втричі.

Результати опитування показали, що саме для студентів 1 курсу проблематика порушення постави є актуальною: майже 30,00 % респондентів були повністю не задоволені власною поставою і вважали, що мають її порушення; більше 70,00% опитаних висловили бажання займатись профілактикою та корекцією власної постави, а 80,00 % студентів визначили за можливе коректувати поставу під час занять з фізичного виховання у своєму ЗВО.

Оцінка рівня мотиваційно-потребової сфери студентів 1 курсу з нормальною поставою були нижча у своєму середньому значенні, ніж студентів з плоскою і круглоувігнутою спиною, особливо з круглою спиною і сколіотичною поставою, де середнє значення оцінки рівня мотивів і потреб було максимальним.

Студенти важко орієнтувались у відповідях на запитання щодо типів порушення постави, окремих ознак порушення постави, назв хвороб і станів, що виникають внаслідок порушення постави.

Перспектива подальших досліджень полягає в розробці технології корекції фіксованих порушень ОРА студентів спеціальних медичних груп у процесі фізичного виховання з урахуванням стану її біогеометричного профілю.

References:

1. Alosyna A. Kontseptualni osnovy profilaktyky i korektsii funktsionalnykh porushen oporno-rukhovoho aparatu u ditei ta molodi. Molodizhnyi naukovyi visnyk Skhidnoievropeiskoho natsionalnoho universytetu imeni Lesi Ukrainky. Fizychnе vykhovannia i sport . Lutsk, 2015. № 18. S. 96 - 102.
2. Dutchak M.V. Paradyhma ozdorovchoi rukhovoї aktyvnosti : teoretychne obgruntuvannia i praktychne zastosuvannia / M. V. Dutchak // Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu. – K. : Olimpiiska literatura. – 2015.– №2. – S. 44-52.
3. Kashuba V. Innovatsiyni vektor modernizatsii dydaktychnoho protsesu v systemi vyshchoi fizkulturnoi osvity // V. Kashuba, N. Byshevets, K. Serhienko // Sportyvnyi visnyk prydniprovia – naukovо-praktychnyi zhurnal Dnipropetrovskoho derzhavnoho instytutu fizychnoi kultury i sportu. – 2006. – №1. – S. 38-41.

4. Kashuba V.A. Tekhnolohycheskye ynnovatsyy v systeme podhotovky spetsyalystov po fizycheskoi kulture y sportu / V. A.Kashuba, N.H. Byshhevets // Zb. nauk. prats za red. Yermakova S.S. «Pedahohika, psykhohohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu» - Kharkiv, 2007. - №5. - S. 129-131.
5. Kashuba V.A. K voprosu ispolzovaniya informatsyonykh tekhnolohiy v protsesse fizycheskoho vospytaniya studenteskoj molodezhi / V.A. Kashuba, S.M. Futornyi, N.L. Holovanova // Slobozhanskyi naukovospornyvnyi visnyk. - 2011. - № 04. - S. 157-163.
6. Kashuba V.A., Holub V.P., Rudnytskyi A.V. Kharakterystyka bioheometricheskoho profilya osanki studentok s razlychnym tipom teloslozheniya. Naukovyi chasopys Nats. ped. un-tu im. M.P. Drahomanova. Kyiv, 2013. Vyp. 12(39). S. 52-59.
7. Kashuba V.O. Vykorystannia veb-resursiv u protsesi fizychnoho vykhovannia studentskoi molodi / V.O. Kashuba, S.M. Futornyi, M.V. Dudko // Sportyvnyi visnyk prydniprovnia – naukovopraktychnyi zhurnal Dnipropetrovskoho derzhavnogo instytutu fizychnoi kultury i sportu. – 2015. – №2. – S.69-75.
8. Kashuba V.O. Vykorystannia veb-resursiv u protsesi fizychnoho vykhovannia studentskoi molodi / V.O. Kashuba, S.M. Futornyi, M.V. Dudko // Sportyvnyi visnyk prydniprovnia – naukovopraktychnyi zhurnal Dnipropetrovskoho derzhavnogo instytutu fizychnoi kultury i sportu. – 2015. – №2. – S.69-75.
9. Kashuba V. Iz dosvidu vykorystannia informatsiinykh tekhnolohii u protsesi zaniat fizychnym vykhovanniam riznykh hrup naselennia / V. Kashuba, S. Futornyi // Molodizhnyi naukovyi visnyk Skhidnoevropeiskoho natsionalnogo universytetu imeni Lesi Ukrainky. Fizychno vykhovannia i sport : zhurnal / uklad. A. V. Tsos, A. I. Aloshyna. – Lutsk : Skhidnoievrop. nats. un-t im. Lesi Ukrainky, 2016. – Vyp. 21. – S. 81-90.
10. Kashuba V.A., Maslova E.V., Ryshok T.N., Lopatskyi S.V. Yspolzovanye multymedyyinykh tekhnolohiy v protsesse fizycheskoho vospytaniya razlychnykh hrup naseleniya. Naukovyi chasopys Nats. ped. un-tu im. M. P. Drahomanova. Kyiv, 2017. Vyp. 6(88)17. S. 37-41.
11. Kashuba V., Nosova N., Kolomyets T., Kozlov Yu. Kontrol sostoiannya byoheometrycheskoho profilya osanky cheloveka v protsesse zaniaty fizycheskymy upravhneniyamy. Sportyv. visnyk Prydniprovnia. № 2. 2017. S. 183 – 190.
12. Kashuba V., Lopatskyi S., Khabinets T. Prostorova orhanizatsiia tila liudyny v protsesi monitorynhovykh doslidzhen. Fizychno vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi: zb. nauk.pr. Skhidnoievrop.nats. un-tu im. Lesi Ukrainky Lutsk, 2017. № 25. S. 9-15.
13. Lopatskyi S.V., Vypasniak I.P., Vintoniak O.V. Analiz korektsiino-profilaktychnykh tekhnolohii vykorystovuvanykh u protsesi fizychnoho vykhovannia studentiv z funktsionalnym porushenniamy oporno-rukhovoho aparatu. Visnyk Prykarpatskoho universytetu. Serii : Fizychna kultura. 2016. Vyp. 23. S. 3-11.
14. Lopatskyi S.V. Osoblyvosti typiv postavy studentiv v protsesi fizychnoho vykhovannia na suchasomu etapi. Visnyk Zaporizkoho natsionalnogo universytetu. Fizychno vykhovannia ta sport, 2016. №1. S. 54-58.
15. Kashuba V. Modern approaches to improving the body constitution of female students in physical education classes. Journal of Physical Education and Sport. 2017 (4), Art. 277. 2472-2476.

УДК 796.011.3:616-089.882:37.011.32:57.018.7

РЕАБИЛИТАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ БИОГЕО-

МЕТРИЧНОГО ПРОФИЛЯ ОСАНКИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕ- СКОГО ВОСПИТАНИЯ

Лопатский С.В., Михайленко Р.И., Морская Л.В.,
Коровайный В.И.

Ивано-Франковский национальный медицинский университет, кафедра физической реабилитации, эрготерапии и физического воспитания, г. Ивано-Франковск, Украина, ORCID ID: 0000-0003-2998-3605, ORCID ID: 0000-0002-9508-3042, ORCID ID: 0000-0001-5217-5273, ORCID ID: 0000-0002-0784-0366, e-mail: slopatskyi@gmail.com, mixaulenko@ukr.net

Резюме. Внимание общественности сегодня направлено на формирование здорового образа жизни студенческой молодежи как продолжателя трудовых свершений и активного воплотителя инновационных идей. В то же время сложившиеся обычаи и привычки не всегда соответствуют современным требованиям общества, а это, в свою очередь, обуславливает поиск инновационных педагогических путей, условий и средств формирования здоровья студентов, развития гармоничной личности.

Цель исследования: сформулировать и исследовать субъективные предпосылки разработки технологии коррекции нарушений биометрического профиля осанки студентов в процессе физического воспитания.

Результаты исследования. Результаты педагогического наблюдения позволили сформулировать и исследовать объективные (тип осанки, состояние биометрического профиля, морфологические особенности организма, характеристика гониометрии тела, уровень физической подготовленности) и субъективные (качество образа жизни, контроль дееспособности и заболеваемости, степень заинтересованности занятий физическим воспитанием, характер мотивационно-потребностной сферы, уровень теоретических знаний, самостоятельная оценка потенциальных факторов риска) предпосылки разработки технологии коррекции нарушений биометрического профиля осанки студентов в процессе физического воспитания.

Выводы. Отмечено, что почти 68,00 % студентов 1 курса пытаются регулярно следить за состоянием собственного здоровья, а на 4 курсе таких студентов только 19,00 %. Результаты опроса показали, что именно для студентов 1 курса проблематика нарушения осанки актуальна: почти 30,00 % респондентов были полностью не удовлетворены собственной осанкой и считали, что имеют ее нарушения; больше 70,00 % опрошенных выразили желание заниматься профилактикой и коррекцией собственной осанки. Студенты трудно ориентировались в ответах на вопрос о типах нарушения осанки, отдельных признаках нарушения осанки, названиях болезней и состояний, возникающих вследствие нарушения осанки.

Перспектива дальнейших исследований заключается в разработке технологии коррекции фиксированных нарушений опорно-двигательного аппарата студентов специальных медицинских групп в процессе физического воспитания с учетом состояния ее биометрического профиля.

Ключевые слова: студенты, осанка, физическое воспитание, предпосылки.

UDC 796.011.3:616-089.882:37.011.32:57.018.7

THE REHABILITATION TECHNOLOGY OF STUDENTS' BIOGEOMETRIC PROFILE DISTURBANCES CORRECTING OF POSTURE DURING THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION

S.V. Lopatsky, R.I. Mikhailenko, L.V. Morska, V.I. Korovainyi

Ivano-Frankivsk National Medical University, Department of physical rehabilitation, ergotherapy and physical education, Ivano-Frankivsk, Ukraine, ORCID ID: 0000-0003-2998-3605, ORCID ID: 0000-0002-9508-3042, ORCID ID: 0000-0001-5217-5273, ORCID ID: 0000-0002-0784-0366, e-mail: slopatskyi@gmail.com, mixaulenko@ukr.net

Abstract. Attention of the society today is aimed at creating a healthy lifestyle of student youth as a continuator of labor achievements and an active fostering of innovative ideas. At the same time, established customs and habits do not always correspond to the modern requirements of a society, which in its turn leads to the search for innovative pedagogical ways, conditions and means of forming the health of students, development of a harmonious personality.

Objectives of research: to formulate and investigate the subjective preconditions for the development of technology for correction of disturbances of biogeometric profile of a student's posture in the process of physical education.

Results. The results of pedagogical observation made it possible to formulate and investigate objective (pos-

ture type, state of biogeometric profile, morphological peculiarities of a body, characteristic of goniometry of a body, level of physical preparedness) and subjective (quality of life, control of activity and morbidity, degree of interest in physical training concernment, character of motivation and need sphere, level of theoretical knowledge, independent assessment of potential risk factors) preconditions for development of technology for correction of biogeometric profile of disturbances in students' posture during the process of physical education.

Conclusions. It is noted that almost 68 per cent of students of the first year of education try to monitor their own health regularly, and the level of the 4th-year students is only 19 per cent. The results of a survey showed that only for the first year students the problem of disturbance of posture is actual: almost 30 per cent of respondents were completely dissatisfied with their own posture and believed that they had disturbances; more than 70 per cent of the respondents expressed their desire to deal with prevention and correction of their own posture. It was very difficult for the students guide themselves in answering the questions about the types of disturbance of posture, some signs of disturbance of posture, the names of diseases and conditions arising as a result of disturbance of posture.

The perspective of further research lies in developing the technology for correction of fixed disturbances of musculoskeletal system of students of special medical groups during the process of physical training with taking into account the state of its biogeometric profile.

Keywords: students, posture, athletic gymnastics, physical education.

Стаття надійшла до редакції 12.07.2018 р