

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**ДВНЗ «УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**  
**КНП «ЦЕНТР СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ, САНОЛОГІЇ ТА ФІЗИЧНОЇ**  
**РЕАБІЛІТАЦІЇ ЗАКАРПАТСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ»**



**ПРОФЕСІЙНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ**  
**ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА**  
**ЕРГОТЕРАПІЇ: ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ**

**Матеріали II науково-практичної конференції**  
**з міжнародною участю**  
**21 – 22 жовтня 2021 року**

**Ужгород - 2021**

УДК 615.8-048.35(063)+615.851.3

ББК Р354.1л0

**П. 84**

**П. 84 професійні компетентності фахівців фізичної терапії та ерготерапії: інноваційні підходи:** матеріали II науково-практична конференція з міжнародною участю (м. Ужгород 21 – 22 жовтня 2021 р.). – Ужгород: ДВНЗ «УжНУ», 2021. – 108 с.

У збірнику праць II Міжнародної науково-практичної конференції висвітлюються питання наукових досліджень фахівців у галузі фізичної терапії, ерготерапії, фізичного виховання, сучасні підходи до практичної і теоретичної підготовки фахівців фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту, роль і місце фізичного терапевта та ерготерапевта в комплексному наданні медичних послуг, науково-методичні основи здоров'я людини, проблеми формування здорового способу життя, інклюзивно-освітні технології та оздоровчі підходи до навчання дітей з особливими потребами.

**ISBN**

## ЗМІСТ

<b>Daniela Barkasi</b> USE OF SELECTED THERAPIES IN HOME SOCIAL SERVICES AS PART OF SOCIAL REHABILITATION PROGRAMS	6
<b>Maria Popovičová</b> BASAL STIMULATION AS A PART OF REHABILITATION NURSING OF UNCONSCIOUS PATIENTS	8
<b>Jana Šulcová, Anna Murgová</b> DETERMINATION OF PHYSICAL ACTIVITY AS A PART OF THE TREATMENT OF CARDIOVASCULAR DISEASES	13
<b>Peter Vansač, Vladimír Noga</b> USE OF A SOCIAL THERAPY IN THE SELECTED SOCIAL CARE HOMES/ESTABLISHMENTS IN SLOVAKIA	17
<b>Наталія Бондарчук</b> ВРАХУВАННЯ СТАНУ ТА ОСОБЛИВОСТЕЙ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКОЇ МОЛОДІ У ПРОЦЕСІ ЇЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	22
<b>Лариса Балацька, Валентина Головачук, Сергій Головачук</b> ДИНАМІКА ЧАСТОТИ СЕРЦЕВИХ СКОРОЧЕНЬ БАСКЕТБОЛІСТОК ВІДНОСНО РІВНЯ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ	24
<b>Валерія Брич</b> ОКРЕМІ АСПЕКТИ КАДРОВОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ МЕДИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ УРАЖЕННЯХ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ В ЗАКАРПАТСЬКІЙ ОБЛАСТІ	27
<b>Оксана Гаяш</b> ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ УЧНІВ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ	29
<b>Надія Грицюк</b> МОЖЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ МКФ В РОБОТІ ФІЗИЧНОГО ТЕРАПЕВТА	31
<b>Олександра Гузак</b> ПОРУШЕННЯ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ У ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ ПРИ ЗАНЯТТЯХ РІЗНИМИ ВИДАМИ СПОРТУ ЯК СУЧАСНА ПРОБЛЕМА	34
<b>Мар'яна Дуб</b> МОЖЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ МІЖНАРОДНОЇ КЛАСИФІКАЦІЇ ФУНКЦІОНУВАННЯ (МКФ) ПРИ ОЦІНЦІ СТАНУ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТОК З ОЖИРІННЯМ	35
<b>Юля Дуткевич-Іванська, Людмила Русин, Вікторія Кіш</b> РАЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ ЯК ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ ГІПЕРТОНІЧНОЇ ХВОРОБИ У ЗРІЛОМУ ВІЦІ	37
<b>Павло Єфіменко, Оксана Каніщева</b> ПОТОЧНІ ОЗДОРОВЧІ ЗАСОБИ ПІДТРИМКИ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СТУДЕНТА	40
<b>Тетяна Кушик</b> СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ЛІКУВАННЯ І ПРОФІЛАКТИКИ ХРОНІЧНОГО БОЛЮ В НИЖНІЙ ЧАСТИНІ СПИНИ	43
<b>Маріанна Кляп</b> ОСОБЛИВОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ КОРЕКЦІЙНОГО ПЕДАГОГА В ЗАКЛАДІ З ІНКЛЮЗИВНИМ НАВЧАННЯМ	46
<b>Анна Лепканич</b>	49

СУЧАСНІ ХАРЧОВІ МОДЕЛІ НАСЕЛЕННЯ ЯК ГЛОБАЛЬНИЙ ВИКЛИК СИТЕМІ ГОРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я	
<b>Іван Маріонда, Ростислав Старенок, Наталія Бобаль</b>	52
АНАЛІЗ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИХ ОСНОВ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО-ОСОБИСТІСНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ФАХІВЦЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	
<b>Емілія Мадяр-Фазикаш, Надія Степчук, Максим Магула</b>	55
ТЕХНОЛОГІЯ ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНИХ ТРЕНУВАНЬ, ЯК ДОДАТКОВА ФОРМА СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ ФЕХТУВАЛЬНИКІВ З УРАЖЕННЯМ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ	
<b>Ольга Мальцева, Ольга Андріїв, Валерій Пантьо</b>	56
ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ НА ВАРИКОЗНУ ХВОРОБУ	
<b>Ксенія Мелега</b>	59
МОЖЛИВОСТІ ПІДВИЩЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ РЕЗЕРВІВ ОРГАНІЗМУ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ КАРАНТИННИХ ОБМЕЖЕНЬ У ЗВ'ЯЗКУ З ПАНДЕМІЄЮ COVID-19	
<b>Іван Миронюк</b>	62
РЕАБІЛІТАЦІЯ ЯК СТРУКТУРНИЙ КОМПОНЕНТ СИСТЕМИ ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я (ПОГЛЯД НА ПИТАННЯ)	
<b>Генадій Мордвінцев</b>	64
РОЛЬ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В СИСТЕМІ ПЕДАГОГІЧНОГО ВИХОВАННЯ	
<b>Тетяна Палько, Олена Воротинцева</b>	67
ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ БАР'ЄРІВ, ЯКІ ВИНИКАЮТЬ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ПІД ЧАС ВПРОВАДЖЕННЯ ІНКЛЮЗИВНОГО НАВЧАННЯ	
<b>Тетяна Підкопай, Денис Підкопай, Юсеф Шарбель</b>	70
РЕЗУЛЬТАТИ ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДИК СХІДНИХ ЛАЗНІ ТА МАСАЖУ У ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ СПОРТСМЕНІВ ПРИ УШКОДЖЕННЯХ ГОМІЛКОВОСТОПНОГО СУГЛОБУ	
<b>Людмила Русин, Мар'яна Сабадош, Юля Дуткевич-Іванська, Іванна Шабат</b>	73
ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ЖІНОК ІЗ ПОСТМАСТЕКТОМІЧНИМ СИНДРОМОМ	
<b>Мар'яна Сабадош</b>	76
ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ПАЦІЄНТІВ, ЯКІ ПЕРЕНЕСЛИ МОЗКОВИЙ ІНСУЛЬТ	
<b>Наталія Семаль, Василь Звонар, Тетяна Сапун</b>	78
СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ	
<b>Едуард Сивохоп, Іван Шанта, Михайло Шкірта</b>	80
ДИДАКТИЧНІ СКЛАДОВІ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ З УРАХУВАННЯМ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ	
<b>Світлана Стеблюк</b>	81
ТЕХНОЛОГІЯ «СТВОРЕННЯ СИТУАЦІЇ УСПІХУ» У НАВЧАННІ ДІТЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ	
<b>Антоніна Співак</b>	84

ОЦІНКА ПОТЕНЦІЙНОЇ СПРОМОЖНОСТІ МЕДИЧНИХ СЕСТЕР ХІРУРГІЧНИХ СТАЦІОНАРІВ ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ ПІСЛЯОПЕРАЦІЙНИХ ХВОРИХ У ГОСПІТАЛЬНОМУ ПЕРІОДІ	
<b>Олександр Тимочко, Катерина Тимочко</b>	87
ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ГИРЬОВОГО СПОРТУ З МЕТОЮ ОЗДОРОВЧОГО ВПЛИВУ НА ОРГАНІЗМ СТУДЕНТІВ МОЛОДШИХ КУРСІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ	
<b>Валерій Товт, Ангеліна Микуличинська</b>	89
ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНО-ВОЛЬОВИХ ТА ПСИХОЛОГІЧНИХ ЯКОСТЕЙ У ГІМНАСТІВ ЗАСОБАМИ РУХЛИВИХ ІГОР НА ПОЧАТКОВИХ ЕТАПАХ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ	
<b>Ярослав Філак</b>	92
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ МОЛОДИХ ОСІБ З ОСТЕОХОНДРОЗОМ ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА В АМБУЛАТОРНИХ УМОВАХ	
<b>Фелікс Філак</b>	96
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ОСІБ ПРАЦЕЗДАТНОГО ВІКУ З ДИСКІНЕЗІЄЮ ТОВСТОЇ КИШКИ В УМОВАХ САНАТОРІЮ	
<b>Тетяна Хома, Альберт Ільницький</b>	100
МОТИВАЦІЯ ШКОЛЯРІВ 5-6 КЛАСІВ ДО ЗАНЯТЬ СПОРТОМ	
<b>Тетяна Шелехова, Вікторія Тулайдан</b>	103
СУГЛОБОВА ГІМНАСТИКА ЯК СКЛАДОВА ОЗДОРОВЧОГО ФІТНЕСУ	
<b>Олена Яцина</b>	105
ЕМОЦІЙНА САМОРЕГУЛЯЦІЯ: ОГЛЯД ПРОБЛЕМИ В ДОСВІДІ ПЕРЕЖИВАННЯ ПАНДЕМІЇ COVID-19	

## **МОТИВАЦІЯ ШКОЛЯРІВ 5-6 КЛАСІВ ДО ЗАНЯТЬ СПОРТОМ**

**Тетяна Хома, Альберт Ільницький**

*ДВНЗ «Ужгородський національний університет», м. Ужгород*

**Вступ.** У сучасних умовах пріоритетним залишається питання залучення учнів до рухової активності, збереження здорового способу життя. Повноцінний фізіологічний розвиток та діяльність організму неможливі без занять фізичною культурою та спортом. Вони сприяють підвищенню активності, розвитку м'язів, забезпечують належну роботу всіх внутрішніх органів та систем, впливають на фізичне та морально-вольове становлення, задовольняють естетичні й творчі запити, запобігають захворюванням, виступають запорукою здоров'я.

У Стратегії розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року однією з проблем, що потребують розв'язання у сфері фізичної культури і спорту, є: «недостатня кількість інформаційно-соціальних кампаній, спрямованих на популяризацію спорту, мотиваційних презентацій масового спорту та спорту вищих досягнень, недостатній рівень інформування суспільства про перспективи та привабливість спортивної кар'єри, що зменшує мотивацію населення до систематичних занять фізичною культурою і спортом» [4].

Усвідомлене ставлення до необхідності занять спортом важливо сформулювати ще на початкових етапах навчання школярів. У закладах загальної середньої освіти, окрім уроків фізичної культури, учні активно залучаються до секційних занять, позакласних спортивних заходів, що певною мірою компенсують брак їх рухової активності. Покращення фізичного стану учнів, формування здоров'язберігаючої компетентності можливе лише при систематичних цілеспрямованих заняттях фізичними вправами, організації тренувальних днів, залучення до занять спортом у дитячо-юнацьких спортивних школах зокрема. Саме тому проблема ролі мотивації у процесі залучення школярів адаптаційного циклу навчання до занять спортом є актуальною.

Означене питання є дотичним до розвідок низки науковців (Бойко О., Жданов О., Круцевич Т., Матвієнко І., Шевців У. та інші).

Розглядаючи проблему мотивації до занять спортом, О. Бойко визначає чинники, які впливають на формування інтересу до занять фізичною культурою і спортом: поради батьків, рекомендації вчителя фізичної культури, знання про користь вправ, ЗМІ, оточуючі та друзі [1].

Аналізуючи означене питання, І. Матвієнко вказує на необхідності формування дієвого механізму організації рухової активності школярів та підвищення їх мотивації шляхом урахування інтересів учнів у навчальний та позанавчальний час, налагодження співпраці ЗЗСО зі спортивними клубами, ДЮСШ, визначення чітких критеріїв оцінювання мотивації до занять фізичною культурою та різними видами рухової активності та заходів з її підвищення [3].

**Мета дослідження:** визначити шляхи удосконалення мотивації школярів 5-6 класів до занять спортом.

**Матеріали та методи.** У процесі дослідження проблеми опрацьовано нормативно-законодавчу базу, науково-методичну та фахову літературу, застосовано методи опитування – бесіду, анкетування.

**Результати дослідження.** Ключовим поняттям є «мотивація». За Українським педагогічним словником це: «система мотивів, або стимулів, яка спонукає людину до конкретних форм діяльності або поведінки» [2, с. 217]. Під мотивацією розуміємо явище, що спонукає людину до певної діяльності, формує прагнення досягнути бажаних результатів. Мотивація відіграє важливу роль у житті кожної людини, тому спонукання учнів до вибору певного виду спорту, розуміння ними важливості фізичних вправ, активних тренувань, їх цінності для здоров'я, а також можливість досягти успіхів у спортивній кар'єрі є першочерговими завданнями, що стоять перед вчителями фізичної культури, тренерами-викладачами. Означена проблема вивчалася нами у процесі науково-педагогічної та практичної діяльності у закладах загальної середньої освіти. До педагогічного експерименту залучались учні 5-6 класів.

Бесіда із вчителями фізкультури засвідчила, що система роботи фізкультурно-оздоровчого напрямку різноманітна: з учнями проводяться розмови про важливість спорту із запрошенням тренерів ДЮСШ, до змагань та естафет залучаються батьки, переможці спортивних заходів систематично стимулюються. За результатами проведеного зі школярами анкетування з'ясовано, що 86% респондентів люблять активно займатись на уроках фізичної культури; 48% опитаних у позаурочний час відвідують спортивні гуртки та секції; 24% респондентів займаються у дитячо-юнацьких спортивних школах; 72% опитаних зауважили, що їх зацікавлюють такі види занять, які проводяться вперше, дають змогу показати результат, отримати хороші оцінки. Посилити роль мотивації, на нашу думку, можливо через систематичне впровадження методів та прийомів, що носять інноваційний зміст. Виокремлюємо деякі з них.

«Фізична активність всюди і завжди» – пропонується впроваджувати на різних уроках: з української мови – добирати тексти диктантів, тематику есе

спортивного та фізкультурно-оздоровчого спрямування; математика – включати задачі на порівняння різних величин (висота, довжина, швидкість), що демонструються українськими спортсменами на змаганнях; біологія – аналізувати вплив спорту на розвиток і здоров'я організму.

«Фізкультпаузи» – рекомендується проводити під час уроків, ускладнювати їх ротаційними станціями – віднайти завдання для виконання, що заховані у чотирьох кутках класної кімнати.

«Майндфулнес-активність» – впроваджується як практика усвідомлення своїх думок, емоцій і досвіду. Серед майндфулнес-активностей – концентрація на диханні, звуках, рухах. Вчити дихати можна, попрактикувавши кілька глибоких вдихів, коли відчуваєте втому, хвилювання, стрес, тривогу та інші негативні емоції.

«Екзеймінг» – передбачає поєднання відеогри з фізичними вправами. Учні можуть застосовувати гаджети з улюбленими іграми та імітувати рухи героїв.

«Challenge» – проводиться, як правило, в позаурочний час, передбачає залучення якнайбільшої кількості однолітків до виконання рухових вправ (пробігти наввипередки з чотирилапим другом, пройти навприсядки свою кімнату тощо).

«Чирлідінг» – запроваджується, як правило, у межах гурткової роботи, дозволяє поєднати танцювальне шоу й видовищні види спорту.

Не знижуємо важливості впровадження різноманітних методів і прийомів у процесі проведення уроків фізкультури, в позаурочний час (музично-спортивні перерви, пантоміми, хореографічні релакси та ін.), що підвищує роль мотивації школярів 5-6 класів до занять спортом.

**Висновки.** Проведене нами дослідження дає змогу стверджувати, що для формування звички здорового способу життя, розвитку фізичної активності та залучення до занять спортом педагогам слід систематично й цілеспрямовано добирати шляхи мотивації учнів, викликати зацікавленість і бажання рухатись вперед. Однак у цьому процесі вчитель повинен слідкувати за своїм здоров'ям, активно займатись спортом, популяризувати його, бути взірцем для учнів.

### **Література**

1. Бойко О. Теоретичні аспекти впливу мотиваційних складових на підвищення ефективності занять із фізичної культури. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. праць. 1 (21); 2013. С. 94-98.

2. Гончаренко С. Український педагогічний словник. К.: «Либідь», 1997. 366с.

3. Матвієнко І. Формування мотивації школярів до занять фізичною культурою та спортом у закладах загальної середньої освіти. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Науково-теоретичний журнал. 3, 2020. С. 71-85.

4. Стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року: веб-сайт: URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1089-2020-%D0%BF?find=1&text=%D0%BC%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F+%D0%B4%D0%BE+%D0%B7%D0%B0%D0%BD%D1%8F%D1%>



82%D1%8C+%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%BE%D0%BC  
#w1\_2.