

Міністерство освіти і науки України
Волинський національний університет імені Лесі Українки

**ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ І КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я
У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ**

№ 1 (53)

2021

Луцьк
Волинський національний університет
імені Лесі Українки
2021

Редакційна колегія

Цьось А. В. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, головний редактор).

Фізичне виховання і спорт

Андрійчук О. Я. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, заступник головного редактора);

Альошина А. І. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);

Балько С. – доктор філософії (університет імені Яна Евангеліста Пуркіне в Усті-над-Лабем, Чехія);

Вітомський В. В. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту (Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна);

Воншік Я. – доктор габілітований, професор (Академія імені Яна Длугоша в Ченстохові, Польща);

Григус І. М. – доктор медичних наук, професор (Національний університет водного господарства та природокористування, Рівне, Україна);

Давидов В. Ю. – доктор біологічних наук, професор (Поліський державний університет, Пінськ, Білорусь);

Єдинак Г. А. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Львівський державний університет фізичної культури, Львів, Україна);

Кутек Т. Б. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Житомирський державний університет імені Івана Франка, Житомир, Україна);

Ніколасва А. – доктор філософії (Університет Фракії, медичний факультет, Фракія, Болгарія);

Павлова Ю. О. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Львівський державний університет фізичної культури, Львів, Україна);

Перрі Д. – доктор філософії, професор (Університет Лідса, Велика Британія);

Ровний А. С. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Харківська державна академія фізичної культури, Харків, Україна);

Томенко О. А. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка, Суми, Україна);

Фернандес-Труан Я. К. доктор філософії (Університет Пабло де Олавіде, Севілья, Іспанія);

Індика С. Я. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, відповідальний секретар).

Педагогічні науки

Белікова Н. О. – доктор педагогічних наук, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, заступник головного редактора);

Блекінг Д. – доктор історичних наук, професор (Університет Фрайбурга, Фрайбург, Німеччина);

Вільчковський Е. С. – доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент АПН України (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);

Галаманжук Л. Л. – доктор педагогічних наук, професор (Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Кам'янець-Подільський, Україна);

Джеральд Д. – доктор філософії, професор (Мерілендський університет, Коледж-Парк, США);

Завидівська Н. Н. – доктор педагогічних наук, доцент (Львівський державний університет фізичної культури, Львів, Україна);

Зускова К. – доктор педагогіки, доцент (Університет Павла Йозефа Шафарика, Кошице, Словаччина);

Кондаков В. Л. – доктор педагогічних наук, професор (Белгородський державний університет, Белгород, Росія).

Малліару М. – доктор філософії (Грецький відкритий університет, Патри, Греція);

Малолєпши Е. – доктор габілітований, професор (Академія імені Яна Длугоша в Ченстохові, Польща);

Мулик К. В. – доктор педагогічних наук, професор (Харківська державна академія фізичної культури, Харків, Україна);

Пріма Р. М. – доктор педагогічних наук, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);

Смолюк І. О. – доктор педагогічних наук, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);

Фіріка Ж. – доктор філософії (Університет Тімішоара, Румунія);

Фратріц Ф. – доктор філософії, професор (Об'єднаний університет Ніколи Тесла, факультет спорту, Белград, Сербія);

Юнгер Я. – доктор педагогіки, професор (Університет Павла Йозефа Шафарика, Кошице, Словаччина).

Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві / Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. –
Ф 50 Луцьк, 2021. – № 1(53). – 88 с.

У виданні вміщено окремі положення розвитку фізичної культури, фізичного виховання різних груп населення, підготовки фахівців для галузі. Охарактеризовано методи, засоби тренування, особливості підготовки спортсменів, адаптації організму людей різного віку в процесі фізичного виховання, адекватність яких підкріплюється педагогічними, психологічними та медично-біологічними експериментами.

Журнал є науковим фаховим виданням України, яке включено до Переліку наукових фахових видань України категорії «Б» (Наказ МОН України № 1643 від 28.12.2019 р.). У науковому журналі можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата наук (доктора філософії) за галузями «Педагогічні науки» (спеціальності: 011 Науки про освіту, 014 Середня освіта (фізична культура) (13.00.02; 13.00.04) і «Фізичне виховання та спорт» (спеціальність: 017 Фізична культура і спорт (24.00.01; 24.00.02; 24.00.03).

Видання відображається в наукометричних та реферативних базах: Index Copernicus International ERIH PLUS; Polska Bibliografia Naukowa; Україніка наукова; Ulrich's Periodicals Directory; репозитаріях та пошукових системах: DOAJ, OpenAIRE, BASE, WorldCat, Google Scholar, International Committee of Medical Journal Editors, Research Bible, Information Matrix for the Analysis of Journals, Наукова періодика України.

УДК 796 (Д 82)

Історичні, філософські, правові й кадрові проблеми фізичної культури та спорту

УДК 797.2-057.87:378.4

КОНЦЕПЦІЯ СИСТЕМИ НАВЧАННЯ ПЛАВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Іван Глухов¹, Мар'ян Пітин²

¹Херсонський державний університет, Херсон, Україна, swim.ks.ua@gmail.com

²Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, Львів, Україна, pityn7@gmail.com

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-03-11>

Анотації

Актуальність. Нагальною науковою та прикладною проблемою сучасного фізичного виховання в закладах вищої освіти є обґрунтування системного підходу до навчання студентів плавання, що враховуватиме наявний досвід і сучасні вимоги, студентоцентризм процесу й об'єктивність критеріїв забезпечення. **Мета** роботи – обґрунтувати концепцію системи навчання плавання студентів закладів вищої освіти. **Матеріал і методи:** теоретичний аналіз та узагальнення, вивчення документальних матеріалів, соціологічні методи опитування, системний аналіз, історико-логічні методи. **Результати.** Ключовим чинником концепції є вхідна інформація. Вона підрозділяється на кілька елементів. Перший елемент визначається суттєвою суспільною значущістю. Більш наближеними до предмету наукового пізнання виступають суб'єктна та об'єктна значимість навчання плавання. Кожен з елементів вихідної інформації несе відповідальність за зміст і спрямованість окремих елементів на рівні системи навчання плавання студентів. Базовим блоком концепції виступає система навчання плавання студентів ЗВО. Визначена необхідність розмежування двох частин цієї системи. Перша з них (процесна) містить значну частину елементів (компонентів), які дають змогу зрозуміти сутність цієї системи, друга – результатна. Підсумком концепції навчання плавання студентів ЗВО в умовах фізичного виховання є наявність вихідної інформації. Базовими функціями системи навчання плавання студентів ЗВО визначено такі: соціалізувальна, комунікативна, мотиваційна, прогресувальна, систематичності, самоствердження, оздоровчо-корекційна, прикладна. Спеціальними для системи навчання плавання студентів ЗВО ми вважаємо такі принципи: поліструктурності й диференційованості, відповідності та ґрунтовності, ресурсності та мотивації, індивідуальності й доцільності, динамізму та прогресування, контролю й керованості. **Висновки.** На теоретичному та методологічному рівні доведено можливість створення передумов навчання плавання студентів закладів вищої освіти в умовах фізичного виховання. Вони полягають в запропонованій концепції, що безпосередньо містить опис вхідної інформації, обґрунтування та характеристику системи навчання плавання студентів закладів вищої освіти (із виокремленням процесної та результатної частин) та вихідну інформацію.

Ключові слова: організація, обґрунтування, етапи, принципи, функції, характеристика.

Іван Глухов, Мар'ян Пітин. Концепція системи навчання плаванню студентів вищих навчальних закладів. Актуальність. Насущной научной и прикладной проблемой современного физического воспитания в учреждениях высшего образования является обоснование системного подхода к обучению студентов плаванию, которая будет учитывать имеющийся опыт и современные требования, студентоцентризм процесса и объективность критериев обеспечения. **Цель** работы – обосновать концепцию системы обучения плаванию студентов высших учебных заведений. **Материал и методы** – теоретический анализ и обобщение, изучение документальных материалов, социологические методы (опрос), системный анализ, историко-логические методы. **Результаты.** Ключевым фактором концепции является входная информация. Она делится на несколько частей. Первый элемент определяется существенным общественным значением. Приближенными к

предмету научного познання виступають суб'єктна і об'єктна значимості обучения плаванию. Каждый из элементов исходной информации несет ответственность за содержание и направленность отдельных элементов на уровне системы обучения плаванию студентов. Базовым блоком концепции выступает система обучения плаванию студентов ВУЗ. Определяется необходимость разграничения двух частей этой системы. Первая из них (процессная) содержит значительную часть элементов (компонентов), которые дают возможность понять сущность этой системы, вторая – результирующая. Итогом концепции обучения плаванию студентов высших учебных заведений в условиях физического воспитания является наличие исходной информации. Базовыми функциями системы обучения плаванию студентов определяются следующие: социализирующая, коммуникативная, мотивационная, прогрессирующая, систематичности, самоутверждения, оздоровительно-коррекционная, прикладная. Специальными для системы обучения плаванию студентов ВУЗ выделены принципы полиструктурности и дифференцированности, соответствия и основательности, ресурсности и мотивации, особенности и целесообразности, динамизма и прогрессирования, контроля и управляемости. **Выводы.** На теоретическом и методологическом уровнях доказывается возможность создания предпосылок обучения плаванию студентов учреждений высшего образования в условиях физического воспитания. Они заключаются в предложенной концепции, непосредственно содержащей описание входной информации, обоснование и характеристику системы обучения плаванию студентов высших учебных заведений (с выделением процессной и результирующей частей) и исходную информацию.

Ключевые слова: организация, обоснование, этапы, принципы, функции, характеристика.

Ivan Hlukhov, Marian Pityn. Swim Training System Concept for Students of Higher Education Institutions.

Introduction. An important scientific and applied issue of contemporary physical education in higher education institutions is the substantiation of a systematic approach to swim training of students. This one must to take into account existing experience and current requirements, student-centered process and the objectivity of the providing criteria. **The Research Purpose** is substantiation of the swim training system concept for students of higher education institutions. **The Research Stuff and Methods are** theoretical analysis and generalization, documentary stuff study, sociological survey methods, systems analysis, historical and logical methods. **The Research Results.** The concept key factor is the input information. It is divided into several elements. The first element is determined by significant social importance. The subjective and objective significance of swim training are much close to the subject of scientific cognition. Each of the output information elements is responsible for the content and direction of individual elements at the level of students' swim training system. The basic concept block is swim training system for students of higher education institutions. There was determined the need of distinguish between two parts of this system. The first one of these (process) contains a large number of elements (components) that allow understanding the essence of this system, the second one has a resulting role. The result of swim training concept for students of higher education institutions in physical education conditions is the availability of output information. The basic functions of the swim training system of students of higher education institutions are the following: socializing, communicative, motivational, progressive, systematic, self-affirmation, health-corrective and applied. The principles of polystructure and differentiation, relevance and thoroughness, resourcefulness and motivation, individuality and expediency, dynamism and progression, control and manageability have been considered as special principles for students' swim training system of higher education institutions. **Conclusions.** At the theoretical and methodological level there was proved the possibilities of creating the preconditions for students' swim training of higher education institutions in the conditions of physical education. These possibilities consist of the proposed concept that directly contains an input information description, substantiation and characteristics of the swim training system for students of higher education institutions (with the separation of process and result parts) and output information.

Key words: organization, substantiation, stages, principles, functions, characteristic.

Вступ. Зважаючи на чіткі пріоритети, покладені в основу процесу фізичного виховання студентської молоді, обов'язковим вважаємо їх оволодіння системою прикладних умінь і навичок. Їхній зміст визначається нормативними потребами здорового способу життя, історичними уявленнями про гармонійно розвинуту особистість [1; 3; 5; 12; 14].

Згідно з традиційними уявленнями, підтвердженими впродовж тривалого періоду практичного та наукового пошуку, серед таких є набуття студентів системою рухових умінь і навичок із плавання [6; 8; 13; 15].

Зв'язок роботи з науковими темами та планами. Дослідження виконано відповідно до теми 3.3 «Теоретико-методичні аспекти оптимізації рухової активності різних груп населення» Зведеного плану науково-дослідної роботи Львівського державного університету фізичної культури на 2017–2020 рр. та теми «Теоретичні і методичні основи навчання плаванню різних груп населення» плану науково-дослідної роботи Херсонського державного університету на 2021–2026 рр.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Якісне наукове обґрунтування структури та змісту фізичного виховання в закладах вищої освіти (ЗВО) проведено в численних наукових працях [1; 3; 8; 12]. Системоутворювальні завдання щодо забезпечення фізичного розвитку, підвищення функціональних можливостей, професійно-прикладної фізичної підготовленості, чинників формування та педагогічних умов забезпечення здоров'язберігальних технологій, підтримання самовдосконалення й саморозвитку студентської молоді представлені на різних рівнях дослідницького пошуку [4; 9; 13; 14; 15].

Проте нагальною науковою та прикладною проблемою сучасного фізичного виховання в закладах вищої освіти є обґрунтування системного підходу до навчання студентів плавання, що враховуватиме наявний досвід і сучасні вимоги, студентоцентризм процесу та об'єктивність критеріїв забезпечення.

Мета дослідження – обґрунтувати концепцію системи навчання плавання студентів закладів вищої освіти.

Матеріал і методи дослідження – теоретичний аналіз та узагальнення, вивчення документальних матеріалів, соціологічні методи опитування, системний аналіз, історично-логічні методи.

Результати дослідження. Узагальнення наукової та методичної літератури із загальних основ наукових досліджень і використання методів системного аналізу, індукції та дедукції, історично-логічних методів тощо дало підстави схематично зобразити концепцію навчання плавання студентів ЗВО в умовах фізичного виховання (рис. 1).

Ключовим чинником для її формування стала вхідна інформація. Вона підрозділяється на кілька елементів. Перший визначається суттєвою суспільною значущістю. Більш наближеними до предмету наукового пізнання виступають такі елементи вхідної інформації, як суб'єктна й об'єктна значимість навчання плавання. Незважаючи на те, що ми частково схилиємося до тверджень щодо спільності залучення здобувачів вищої освіти, студентського активу, науково-педагогічних працівників (спортклубу) та адміністрації ЗВО, для них притаманні певні відмінності функціональних зобов'язань (зв'язків) у зазначеній концепції. Ураховуючи протиставлення певних категорій учасників концепції навчання плавання студентів ЗВО, ми розділили їх за суб'єктною та об'єктною значимістю.

Кожен з елементів вихідної інформації відповідальний за зміст і спрямованість окремих елементів (їх сукупність та компонентів) на рівні системи навчання плавання студентів ЗВО.

Ключовим блоком запропонованої нами концепції виступає власне система навчання плавання студентів ЗВО. Логіка послідовності та побудови вказала нам на необхідність розмежування двох частин цієї системи. Перша з них (процесна) містить значну частину елементів (компонентів), які дають змогу зрозуміти сутність цієї системи. Зокрема, процесна частина представлена кількома компонентами (підсистемами). Вони тісно взаємопов'язані між собою, проте визначальною є змістова компонента процесної частини системи навчання плавання студентів ЗВО. Це пов'язано з тим, що в її межах відбувається цілепокладання всієї системи. Відповідно, її елементи в подальшому відображатимуться в методичній та організаційній підсистемах процесної частини системи навчання плавання студентів ЗВО.

Змістова компонента процесної частини не є однорідною й містить певну внутрішню ієрархію елементів. Серед них – закономірності, функції, принципи та мета (сукупність цілей окремих етапів) системи.

Значно простіше було розглядати методичну компоненту процесної частини системи навчання плавання студентів ЗВО. Ураховуючи значний практичний досвід щодо навчання плавання різних груп населення, науково-методичні та науково-популярні підходи до реалізації, ми зупинилися лише на тлумаченні базових елементів цього компонента [4; 6; 8; 13; 15].

Отже, під засобами фізичного виховання в системі навчання студентів ЗВО плавання ми вважали фізичні вправи, здебільшого специфічного характеру (відповідність руховій діяльності плавання), виконувані за додаткового оздоровчого впливу чинників зовнішнього водного середовища та гігієнічних чинників [4; 8].

Під методами фізичного виховання в системі навчання студентів ЗВО плавання ми вважали способи спільної й взаємообумовленої діяльності студентів та викладача під час реалізації системних процесів і розв'язання завдань із навчання плавання. Дотримано класичний підхід до розподілу на словесні, наочні й практичні [3; 14].

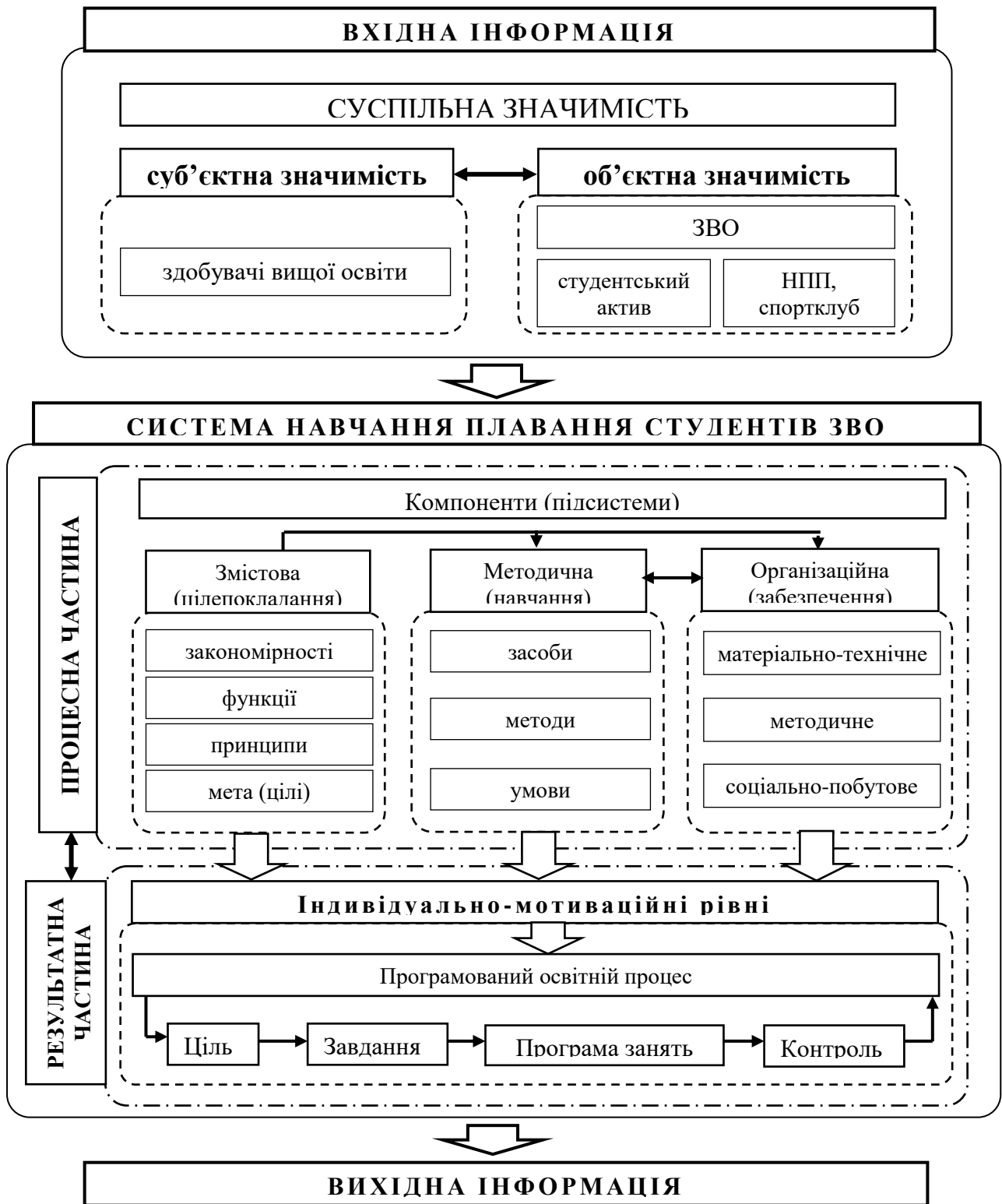


Рис. 1. Концепція навчання плавання студентів ЗВО в умовах фізичного виховання

Під умовами системи навчання студентів ЗВО плавання ми розглядали необхідні обставини, які роблять можливими здійснення та утворення різних організаційних ланок навчання плавання, а також сукупність правил, які існують та встановлені для дотримання вимог здоров'язберігального середовища під час занять плаванням [4; 8; 9].

Третій складник процесної частини системи навчання плавання студентів ЗВО – сукупність забезпечення різного спрямування, що об'єднано під спільним знаменником організаційної компо-

ненти. До цієї сукупності внесено важливі, з огляду на можливість якісної організації навчально-виховного процесу, матеріально-технічного, методичного й соціально-побутового забезпечення.

Результатна частина системи навчання студентів ЗВО плавання представлена тими компонентами, які безпосередньо визначають якісний рівень й ефективність. Усі попередні компоненти (зі складу процесної частини) створюють теоретичний і методичний базис для реалізації основних цілей у межах окремих індивідуально-мотиваційних рівнів занять студентів плаванням.

Підсумком концепції навчання плавання студентів ЗВО в умовах фізичного виховання є наявність вихідної інформації. Загалом вихідна інформація є відтворенням передумов, відображених у вхідній інформації.

Дискусія. Ми вперше провели обґрунтування системи навчання плавання студентів ЗВО, що дає змогу нівелювати значну кількість відмінностей організації та однаково якісно проводити освітній процес.

Нами й іншими фахівцями визначено, що основним елементом у частині суб'єктної значимості виступає здобувач вищої освіти [1; 3; 9]. При цьому ми свідомо не конкретизуємо ні рівень освіти, ні спеціальності й спрямованості освітньої програми. Ці характеристики контингенту залучених здобувачів вищої освіти є достатньо варіативними.

Для здобувача вищої освіти значимість залучення до відповідної системи навчання плавання є визначальною сутністю всієї системи. Власне нами реалізоване студентоцентроване навчання плавання. Тобто всі інші компоненти процесної й результатної частин системи навчання плавання підпорядковані індивідуальним особливостям та мотиваційній спрямованості, поруч із наявним станом фізичного розвитку фізичної та плавальної підготовленості студентів [2; 7; 10].

Розподіл і віднесення елементів до компонента об'єктної значимості проведено на зіставленні функціональних та змістових чинників. До компонента об'єктної значимості включено безпосередньо ЗВО (керівництво й адміністрація), сукупність потенціалу науково-педагогічних працівників ЗВО. Зазначимо, що в багатьох випадках для реалізації сучасних завдань фізичного виховання в ЗВО організовані спортивні клуби, які отримують функції з реалізації спортизованого напряму фізичного виховання [2; 11].

Певне значення у формуванні цільових установок, окремих складників фізичної культури й спорту та їх важливості має студентське самоврядування [7, 10]. Хоча в нашому випадку ми вирішили не обмежуватися лише нормативною приналежністю до студентського самоврядування. Адже сучасні підходи до формування змісту освіти, надання переваг побудови індивідуальної траєкторії освіти самим здобувачам указує на можливість суттєвого впливу окремих активних студентів (їхніх груп) на реалізацію системних завдань навчання плавання, організації цього процесу тощо.

Під час визначення закономірностей для системи навчання плавання студентів ЗВО ми керувалися результатами фундаментальних досліджень фахівців [3; 5; 9]. Це дало змогу залучити такі з них: гетерохронність і фазність біологічного та освітнього процесу, єдність біологічного й психічного розвитку особистості, залежність і комплексність освітніх компонент вищої освіти, залежність ефективності навчання плавання від ефективності окремих складників.

Однак під час розгляду функцій здебільшого проведено адаптування. Базовими функціями системи навчання плавання студентів ЗВО визначено:

- соціалізувальну, що передбачає залучення студентської молоді до системи суспільних відносин, створює передумови досягнення оптимального (відповідно до вікового періоду та соціальних ролей) рівня розвитку особистості, підготовку суб'єкта подальшої професійної діяльності;
- комунікативну, що відображає культуру спілкування й поведінки, взаємодію всіх учасників освітнього процесу, характеризує беззаперечні можливості до об'єднання студентської молоді в групи та спільноти за вподобаннями, колективи, команди, клуби; сприяє організації спільного проведення часу й, зокрема, фізкультурно-спортивної діяльності;
- мотиваційну, спрямована на розробку, формування та використання стимулів ефективної взаємодії суб'єктів спільної освітньої діяльності в межах системи навчання плавання; формування стійких особистісних властивостей, які охоплюють потреби та є спонукальною причиною дій і вчинків в освітньому просторі ЗВО;
- прогресувальну, яка у випадку системи навчання студентів ЗВО плавання передбачає отримання знань, умінь і навичок, необхідних для ефективного оволодіння системою рухів із плавання, а

також розуміння процесів та функціонування загалом фізичної культури особистості; сприяння утворенню здатності до творчого використання набутих навиків для особистого й професійного зростання;

- систематичності, що передбачає цілісний процес виконання дій одного й того самого логічно побудованого ланцюга операції та зведення їх у відповідну систему; упорядкованість, послідовність, зрозумілість залучених до навчання плавання процесів, а також приналежність учасників до постійних, регулярних, періодичних занять плаванням;

- самоствердження, що забезпечується якісним процесом створення моделі професійно-особистісного розвитку студента в межах реалізації освітнього процесу, розвитком індивідуальних здібностей, формування професійної та особистісної орієнтації; загалом переходу від одного рівня розвитку до іншого як діалектичної залежності (поступлення й завершення), розвитку та закінчення освітньої діяльності для студента; покращення зовнішнього вигляду студентської молоді, що займається відповідним комплексом засобів фізичного виховання;

- оздоровчо-корекційну, що передбачає розширення ерудиції студентів у сфері фізичної культури й спорту, організацію змістовного дозвілля, попередження стомлення, відновлення тимчасово втрачених функціональних можливостей організму, оптимізацію рівня фізичного розвитку, фізичної та плавальної підготовленості, отримання задоволення від занять плаванням як уподобаним видом рухової активності;

- прикладну, що передбачає підвищення показників фізичного розвитку, функціональної, фізичної підготовленості й працездатності для подальшої професійної діяльності студентів, формування передумов проходження строкової військової служби, використання засобів професійно-прикладного значення фізичного виховання, реалізацію природної потреби людини в русі, покращення адаптованості студентської молоді до різних умов життя та діяльності тощо.

Будь-яка діяльність під час переходу від спонтанного до організованого (системного) стану повинна передбачатися наявністю та дотримання низки керівних положень. Серед сукупності принципів визначено загальні й спеціальні принципи. Загальними для фізичного виховання в ЗВО варто вважати принцип гармонійного розвитку особистості, принцип зв'язку фізичного виховання з професійною діяльністю (життєдіяльністю), принцип оздоровчої спрямованості [3; 9; 12; 14].

Спеціальними для системи навчання плавання студентів ЗВО ми вважаємо такі принципи:

Поліструктурності та диференційованості: передбачають наявність у системі навчання плавання взаємопов'язаних підсистем (цілей, програм, контролю та ін.), де певний елемент може належати кільком підсистемам, підпорядковуючись загальній меті. Водночас за наявності цього відбувається розподіл сфер впливу цих підсистем із неоднорідним змістом за визначеними цільовими установками, адже кожна з них функціонально забезпечує певну ланку діяльності в межах системи навчання плавання студентів ЗВО.

Відповідності й ґрунтовності. Під час формування системи навчання плавання керівними є положення щодо узгодженості її структури та змісту до об'єктивних умов освітнього процесу з фізичного виховання та ЗВО загалом, індивідуальних можливостей та потреб окремих студентів, якщо залучено до занять. Водночас організований процес, незважаючи на множинність та варіативність вхідних чинників й інформації, повинен забезпечувати докорінну перебудову особистісних умінь студентів щодо компоненти плавальної підготовленості та характеризуватися повнотою, глибиною й вичерпністю отриманих знань, умінь і навичок із можливістю застосувати їх упродовж подальшого життя та, за потреби, професійної діяльності.

Ресурсності та мотивації: передбачає наявність можливостей (резервів) для наповнення власних дефіцитів і задоволення потреб особистості студента в навчання плавання та реалізації відповідної системи у ЗВО. При цьому важлива наявність спонук до зазначеного виду дій завдяки пошуку й реалізації динамічних змін фізіологічного та психологічного характеру.

Індивідуальності та доцільності. Визначається наявністю сукупностей своєрідних особливостей і зумовлених властивостей стану (підготовленості) студентської молоді, які проявляються в неповторності, чіткій сукупності рис характеру, специфіці інтересів, якостей тощо, що відрізняють певну особистість. Водночас прояви індивідуальності мають підпорядковуватися тим характерним ознакам, що відповідають вищим ланкам системи навчання плавання в межах фізичного виховання ЗВО та узгоджуються з процесами, умовами та моделями відповідно до яких виголошено мету й завдання.

Динамізму та прогресування: визначено потребу перебування всіх компонент системи навчання плавання в інтенсивному русі та дії, зумовлені значною кількістю внутрішніх і зовнішніх чинників діяльності. Однак у процесі реалізації системи навчання плавання студентів ЗВО потрібно щоразу (зі зміною етапу) переходити на вищий ступінь індивідуального розвитку, тобто розвиватися в напрямі задоволення індивідуального рівня мотивації діяльності.

Контролю та керуваності: будь-яке педагогічне явище, у тому числі навчання плавання студентів ЗВО, має бути підпорядковане необхідності перевірки, моніторингу та обліку основних показників діяльності. Проте доцільність і можливість проведення контролю тісно пов'язана з можливостями адекватних перетворень системи, що міститься в наявності здатності підлягати керуванню.

Елемент мети потрібно розглядати з двох основних наукових позицій [7; 10; 11]. За першої ми наголошуємо на узагальненій меті системи навчання плавання студентів ЗВО як певній оптимізації освітнього процесу за цією вибірковою компонентою. Друга наукова позиція орієнтується на мету як сукупність окремих (послідовних) цілей навчально-виховної діяльності студентів на різних індивідуально-мотиваційних рівнях занять плаванням.

Тобто завдяки поєднанню обґрунтованого теоретико-методичного підґрунтя системи навчання плавання й індивідуальних особливостей студентів (наявних умінь і навичок із плавання, фізичного розвитку, фізичної підготовленості, уподобань) з'являється можливість програмування освітнього процесу. Це означає, що кожна з груп (за індивідуально-мотиваційним рівнем) студентів отримує свою модель програми занять плаванням у межах фізичного виховання в ЗВО. Це передбачає наявність окремих цілей для кожного з етапів (рівнів), завдань, добір засобів та методів і диференціацію засобів контролю плавальної й інших видів підготовленості. При цьому завершення (виконання завдань) одного етапу (індивідуально-мотиваційного рівня) може слугувати одночасним початком для наступного за складністю рівня.

Висновки. На теоретичному та методологічному рівнях доведено можливість створення передумов навчання плавання студентів закладів вищої освіти в умовах фізичного виховання. Вони полягають у запропонованій концепції, що безпосередньо містить опис вхідної інформації, обґрунтування та характеристику системи навчання плавання студентів закладів вищої освіти (із виокремленням процесної й результатної частин) і вихідну інформацію.

Система навчання плавання студентів закладів вищої освіти передбачає можливість задоволення потреб усіх стейкхолдерів цього процесу й перетворення вхідної (перспективної) інформації на вихідну (підсумкову) із виконанням базових завдань освітнього процесу з навчання плавання студентів закладів вищої освіти.

Перспективи подальших досліджень передбачають визначення структури та змісту певних підсистем системи навчання плавання студентів закладів вищої освіти.

Джерела та література

1. Ажиппо О. Ю., Криворучко Н. В. До питання підвищення інтересу студентів до занять фізичного виховання. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення: матеріали II Всеукр. наук.-практ. конф.* Харків: ХДАФК, 2016. С. 6–11.
2. Глухов І. Г., Дробот К. В., Абрамов К. В., Пітин М. П. Методологічна основа наукового обґрунтування системи навчання студентів ЗВО плаванню. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка (Серія: Педагогічні науки)*. Чернігів: НУЧК, 2020. Вип. 10 (166). С. 261–268.
3. Грибан Г. П. Оцінка стану здоров'я студентів у навчальному процесі з фізичного виховання. *Молода спортивна наука України*. 2011. Вип. 15(4). С. 25–29.
4. Дакал Н. А. Плавання як засіб покращення психофізичного стану студентів. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2020 (Серія 15). 2020. Вип. 7 (127) С. 62–65. DOI 10.31392/NPU-nc.series.15.2020.7(127).11
5. Довгань, Н. Ю. Психолого-педагогічні умови впровадження в освітній процес ВНЗ педагогічної системи виховання фізичної культури студентів у процесі позааудиторної спортивно-масової роботи. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 16: Творча особистість учителя: проблеми теорії і практики*. Київ, 2017. Вип. 28(38). С. 116–123.
6. Журавльов Ю. Г. Динаміка функціональної підготовленості студентів 18-19 років в процесі секційних занять з плавання. *Вісник Запорізького національного університету. Серія: Фізичне виховання і спорт*. Запоріжжя, 2018. № 1. С. 5–11.
7. Кустовська О. В. Методологія системного підходу та наукових досліджень: курс лекцій. Тернопіль: Екон. думка, 2005. 124 с.

8. Корягін В. М., Блавт О. З., Цьовх Л. М. Водобоязнь студентів початківців, які навчаються плавати, та методи її подолання. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання*. 2009. № 12. С. 95–99.
9. Кузнєцова, О. Т. Методична система застосування оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання студентів: автореферат дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.02. Київ, 2018. 43 с.
10. Павленко О. Цілепокладання як основна мета в системі формування методичної культури викладача вищої школи. *Наукові записки НПУ ім. М. Драгоманова. Серія: Педагогічні науки*. 2014. Вип. 131. С. 155–160.
11. Полякова Г. Напрями моделювання індивідуальної траєкторії безперервної освіти й самоосвіти педагогічних працівників. *Теорія та методика управління освітою*. 2010. № 3. С. 1–11.
12. Попрошаєв О., Мунтян В., Островський М. Визначення місця та ролі навчальної дисципліни «Фізичне виховання» в національній системі освіти. *Спортивна наука України*. 2016. № 3(73). С. 3–8. URL: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/420/404>
13. Aquatic exercise training and stable heart failure: A systematic review and meta-analysis. *Int. J. Cardiol/Adsett J. A. et al.* 2015. 186. P. 22–28. doi:10.1016/j.ijcard.2015.03.095
14. Hribovska I., Danylevych M., Ivanochko V., Shchur L. Organizational conditions of healthy lifestyle promotion for arts students. *Journal of Physical Education and Sport*. 2015. 15(2). 34. P. 218–224. DOI: 10.7752/jpes.2015.02034
15. Water-versus land-based exercise in elderly subjects: effects on physical performance and body composition. *Clin. Interv. Aging / Bergamin M. et al.* 2013. № 8. P. 1109–1117. doi:10.2147/CIA.S44198

References

1. Azhyppo, O. Yu., Kryvoruchko, N. V. (2016). Do pyttannya pidvyshchennia interesu studentiv do zaniat fizychnoho vykhovannia [On the issue of increasing students' interest in Physical Education classes]. *Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia riznykh verstv naseleння: material. II Vseukr. nauk.-prakt. konf. Kharkiv: KhDAFK*, 6–11.
2. Glukhov, I. G., Drobot K. V., Abramov, K. V., Pitin, M. P. (2020). Metodolohichna osnova naukovooho obruntuvannia systemy navchannia studentiv ZVO plavanniu [Methodological basis of scientific substantiation of the higher education students' trainings in swimming]. *Bulletin of the National University «Chernihiv Collegium» named after Taras Shevchenko. Ser.: Pedagogical Sciences*. Chernihiv: NUCHK, no.10 (166), 261–268.
3. Hryban, H. P. (2011). Otsinka stanu zdorovia studentiv v navchalnomu protsesi z fizychnoho vykhovannia [Assessment of students' health in the educational process of Physical Education]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy*, vyp. 15(4), 25–29.
4. Dakal, N. A. (2020). Plavannia yak zasib pokrashchennia psykho-fizychnoho stanu studentiv [Swimming as a means of improving the students' psychophysical status]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova (seriia 15)*, vyp. 7 (127), 62–65. DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2020.7(127).11.
5. Dovhan, N. Yu. (2017). Psykholoho-pedahohichni umovy vprovadzhennia v osvittinii protsesi VNZ pedahohichnoi systemy vykhovannia fizychnoi kultury studentiv u protsesi pozaaudytornoї sportyvno-masovoi roboty [Psychological and pedagogical conditions of introduction in educational process of Physical Culture of high school students the out-of-class sports and mass work]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii 16: Tvorchia osobystist uchytelia: problemy teorii i praktyky*. Kyiv, vyp. 28(38), 116–123 .
6. Zhuravliov, Yu. G. (2018). Dynamika funktsionalnoi pidhotovlenosti studentiv 18-19 rokiv v protsesi sektsiinykh zaniat z plavannia [Dynamics of functional readiness of students aged 18–19 in the process of sectional swimming lessons]. *Visnyk Zaporizkoho natsionalnoho universytetu. Serii: Fizyчне vykhovannia i sport*. Zaporizhzhia, no.1, 5–11.
7. Kustovska, O. V. (2005). Metodolohiia systemnoho pidkhodu ta naukovykh doslidzhen [Systems approach methodology and research]. *Kurs lektsii*. Ternopil: Ekonomichna dumka, 124.
8. Koriahin, V. M., Blavt, O. Z., Tsovk, L. M. (2009). Vodoboiazn studentiv pochatkivtsiv, yaki navchaiutsia plavaty, ta metody yii podolannia [Students' hydrophobia in swimming and methods of overcoming it]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia*, no.12, 95–99.
9. Kuznietsova, O. T. (2018). Metodychna systema zastosuvannia ozdorovchykh tekhnolohii u protsesi fizychnoho vykhovannia studentiv: avtoreferat dys. ... d-ra ped. nauk: 13.00.02. Kyiv, 43.
10. Pavlenko, O. (2014). Tsilepokladannia yak osnovna meta v systemi formuvannia metodychnoi kultury vykladacha vyshchoi shkoly [Goal setting as the main aim in the methodical culture formation area of a high school teacher]. *Naukovi zapysky NPU im. M. Drahomanova. Serii: Pedahohichni nauky*, vyp. 131, 155–160.
11. Poliakova, G. (2010). Napriamy modeliuвання indyvidualnoi traiektorii bezperervnoi osvity i samoosvity pedahohichnykh pratsivnykiv [Directions of modeling the individual trajectory of continuing education and self-education of teachers]. *Teoriia ta metodyka upravlinnia osvitoiu*, no. 3, 1–11.

12. Poproshaiev, O., Muntian, V., Ostrovskiy, M. (2016). Vyznachennia mistsia ta roli navchalnoi dystsypliny «Fizyчне vykhovannia» v natsionalnii systemi osvity [Defining the place and role of the PE discipline in the national education area]. *Sportyvna nauka Ukrainy*, no. 3(73), 3–8. URL: <http://sportsceience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/420/404>.
13. Aquatic exercise training and stable heart failure: A systematic review and meta-analysis (2015). *Int. J. Cardiol / Adsett J. A.* 186, 22–28. doi:10.1016/j.ijcard.2015.03.095.
14. Hribovska, I., Danylevych, M., Ivanochko, V., Shchur, L. (2015). Organizational conditions of healthy lifestyle promotion for arts students. *Journal of Physical Education and Sport*, no. 15(2), 218–224. DOI: 10.7752 / jpes.2015.02034.
15. Water-versus land-based exercise in elderly subjects: effects on physical performance and body composition (2013). *Clin. Interv. Aging / Bergamin M.*, no. 8, 1109–1117. doi:10.2147/ CIA.S44198.

Стаття надійшла до редакції 10.03.2021 р.

УДК: 796.062(045)

РИЗИКИ ТА ПРОЦЕДУРИ ВПРОВАДЖЕННЯ В ГРОМАДАХ СИСТЕМИ УПРАВЛІННЯ ЯКІСТЮ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНИХ ПОСЛУГ

Тетяна Дорофєєва¹

¹Харківська державна академія фізичної культури, Харків, Україна, t.dorofieiva@hdfk.com

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-12-18>

Анотація

Актуальність. Проблема якості фізкультурно-спортивних послуг (ФСП) усе ще залишається поза увагою науковців, хоча напряду впливає на поширення послуг й ефект від їх споживання різними категоріями населення країни. Причому як населення міст, у частині з яких уже створено прийнятні умови для здійснення цих послуг, так і населення сіл. **Мета дослідження** – розкрити ризики та особливості впровадження системи управління якістю (СУЯ) фізкультурно-спортивних послуг. **Методи дослідження.** Використано методи теоретичного дослідження, як-от: вивчення літератури, абстрагування, аналіз і синтез, індукція й дедукція, ідеалізація та узагальнення, а також SWOT-аналіз. **Результати дослідження та ключові висновки.** Європейський досвід засвідчує: ефективність управління та якість послуг, що надаються населенню, у т. ч. фізкультурно-спортивних, можна забезпечити шляхом упровадження систем управління якістю (СУЯ). Тож умовою є ефективна діяльність відповідних організацій на основі міжнародних стандартів ISO серії 9000. Упровадження органом публічного управління вимог ISO 9001 сприяє позитивним змінам, які відчутні як для фахівців, котрі надають послуги, так і для споживачів цих послуг. Проведений SWOT-аналіз упровадження СУЯ у сфері фізичної культури й спорту в сільській місцевості, а саме в об'єднаних територіальних громадах дав змогу узагальнити таке. Чинники, які несуть ризики та перешкоди у впровадженні СУЯ щодо ФСП, можна об'єднати в такі групи: кадри, фінанси, матеріально-спортивна база, організаційна діяльність, фізкультурно-спортивний актив, населення громад і стандарти надання ФСП. Розкрито особливості розробки й процедури впровадження системи управління якістю фізкультурно-спортивних послуг органами публічної влади на основі стандартів. Доведено, що подані та обґрунтовані загальні вимоги й застереження мають бути взяті до уваги та застосовані в процесі безпосередньої підготовки системи стандартів управління фізичною культурою й спортом в умовах об'єднаних територіальних громад.

Ключові слова: фізкультурно-спортивні послуги населенню, якість фізкультурно-спортивних послуг, упровадження послуг, стандарт, SWOT-аналіз.

Татьяна Дорофеева. Риски и процедуры внедрения в общине системы менеджмента качества физкультурно-спортивных услуг. Актуальность. Проблема качества физкультурно-спортивных услуг (ФСУ) все еще остается вне поля зрения ученых, хотя напрямую влияет на распространение услуг и эффект от их потребления различными категориями населения страны. Причем как населения городов, в части которых уже созданы приемлемые условия для осуществления этих услуг, так и населения сел. **Цель исследования** – раскрыть риски и особенности внедрения в общинах системы управления качеством (СУК) физкультурно-спортивных услуг. **Методы исследования.** Используются методы теоретического исследования, а именно: изучение литературы, абстрагирование, анализ и синтез, индукция и дедукция, идеализация и обобщения, а также SWOT-анализ. **Результаты исследования и ключевые выводы.** Европейский опыт показывает: эффективность управления и качество предоставляемых услуг населению, в т. ч. физкультурно-спортивных, можно обеспечить путем внедрения систем менеджмента качества (СМК). Поэтому условием является эффективная деятельность соответствующих организаций на основе международных стандартов ISO серии 9000. Внедрение органом публичного управления требованиями ISO 9001 способствует позитивным изменениям, которые ощутимы как для специалистов, которые предоставляют услуги, так и для потребителей этих услуг. Проведенный SWOT-анализ внедрения СУК в сфере физической культуры и спорта в сельской местности, а именно в объединенных территориальных общинах, позволил обобщить следующее. Факторы, которые несут риски и препятствия при внедрении СУК по ФСУ, можно объединить в следующие группы: кадры, финансы, материально-спортивная база, организационная деятельность, физкультурно-спортивный актив, население общин и стандарты оказания ФСУ. Раскрываются особенности разработки и процедуры внедрения системы управления качеством физкультурно-спортивных услуг органами публичной власти на основе стандартов. Показано, что представленные и обоснованные общие требования и предостережения должны быть приняты во внимание и применены в процессе непосредственной разработки системы стандартов управления физической культурой и спортом в условиях объединенных территориальных общин.

Ключевые слова: физкультурно-спортивные услуги населению, качество физкультурно-спортивных услуг, внедрение услуг, стандарт, SWOT-анализ.

Tetiana Dorofieieva. Risks and Procedures of a Quality Management System Implementation of Physical Culture and Sports Services in the Communities. Topicality. The issue of the quality of physical culture and sports services (PC&SS) still remains out of the scientists' view, although it directly affects the distribution of services and the effect of their consumption by various categories of the population: both the population of cities (some of which have already created acceptable conditions for the implementation of these services) and the population of villages. **The Purpose** of the study is to reveal the risks and features a system management implementation of physical culture and sports services quality in the communities. **Research Methods** are study of literature and other sources, abstraction, analysis and synthesis, induction and deduction, idealization and generalizations, as well as method of SWOT-analysis. **Research Results and Conclusions.** The European experience has evidenced the management and quality of services effectiveness provided for the population, including physical culture and sports that can be ensured through the introduction of quality management systems (QMS). Therefore, the condition is the effective operation of relevant organizations basing on the international standards ISO 9000. The ISO 9001 requirements introduction contributes to positive changes that are valuable both for specialists providing services and for consumers of these services. The conducted SWOT-analysis of the QMS introduction in Physical Culture and Sports field of rural areas, namely in the united territorial communities, allowed to summarize the following. Factors of risks and obstacles in the QMS introduction on PC&SS can be grouped into the following groups: personnel, finance, sport stuff, organizational activities, physical culture and sports assets, community population and standards of the PC&SS provision. The peculiarities of the procedures of the quality management system implementation of physical culture and sports services by public authorities on the basis of standards have been revealed. It was proved that the presented and substantiated general requirements and warnings should be taken into account and applied in the process of direct development of standards management physical culture and sports system in terms the united territorial communities.

Key words: physical culture and sports services for the population, quality of physical culture and sports services, services introduction, standard, SWOT-analysis.

Актуальність. До останнього часу відповідні органи влади (державні інституції, громадські організації та органи місцевої влади), що надають фізкультурно-спортивні послуги, керувалися радше нормативами їх поширення [6; 10; 18; 20; 22]. Адже стандарт, по суті, як такий – це взірць, еталон, модель, які використовують як початкові для порівняння з іншими подібними об'єктами. Стандарти можуть бути розроблені як на матеріальні предмети, так і на правила, вимоги в різних галузях [23, с. 1144]. Отже, стандарт – це те, до чого потрібно прагнути, а норма – те, що треба виконувати [13, с. 497].

Однак поза увагою до сих пір залишається тема якості фізкультурно-спортивних послуг (ФСП), хоча вона напряму впливає як на поширення послуг, так і на ефект від їх споживання різними категоріями населення країни. Причому як населення міст, у частині із яких уже створені прийнятні умови для надання цих послуг (спортивна база [23; с. 3], фахівці [7; 19] тощо), так і населення сіл. Це особливо важливо, адже децентралізація влади [2] й супутнє їй створення об'єднаних територіальних громад (ОТГ) торкнулися як сіл, так і міст обласного підпорядкування, де умови надання фізкультурно-спортивних у більшості своїй слабкі. Очевидно, що поширення ФСП в усіх населених пунктах України має відбуватися не взагалі, але з дотриманням відповідних стандартів якості.

Отже, можемо зафіксувати проблему, яка полягає у відсутності системи управління якістю фізкультурно-спортивних послуг, що надаються населенню.

Мета дослідження – розкрити ризики та особливості впровадження в громадах системи управління якістю фізкультурно-спортивних послуг.

Матеріал і методи дослідження. Застосовано методи теоретичного дослідження, як-от: вивчення літератури, абстрагування, аналіз і синтез, індукція та дедукція, ідеалізація й узагальнення, а також SWOT-аналіз.

Результати дослідження. Тема якості фізкультурно-спортивних послуг уже починає привертати увагу науковців. Так, М. Дутчак і Д. Малкова відзначають, що на сучасному етапі розвитку науки накопичено певні знання щодо якості фітнес-послуг та її оцінювання [6, с. 39]. Л. Я. Чеховською науково обґрунтовано проекти професійних стандартів «Персонального фітнес-тренера», «Фітнес-тренера групових програм» і «Менеджера фітнес-сервісу», де систематизовано професійні компетентності, необхідні для виконання трудових дій із реалізації визначених трудових функцій [25]. Н. Москаленко зі співавторів розкрила суть європейських стандартів шкільного фізичного виховання [17].

Між тим очевидно, що тема створення системи управління якістю фізкультурно-спортивних послуг як таких не може обмежуватися лише їх окремими видами, наприклад фітнес-послугами [25]. А вирішальну роль у процесі формування попиту на ФСП відіграють стандарти обслуговування клієнтів як комплекс обов'язкових правил обслуговування, що гарантують установлений рівень якості технологічних, торговельних та інших передбачених операцій [4].

Європейський досвід засвідчує: ефективність управління та якість послуг, що надаються населенню, можна забезпечити шляхом впровадження систем управління якістю (СУЯ) [9; 11; 12; 14; 21]. А умовою є ефективна діяльність на основі міжнародних стандартів ISO серії 9000. Упровадження органом публічного управління вимог ISO 9001 сприяє позитивним змінам, які відчутні як для працівників/фахівців, так і для замовників/споживачів послуг [15, с. 4–5].

Для встановлення чинників впливу на тло, у якому має впроваджуватися СУЯ надання фізкультурно-спортивних послуг, нами застосовано метод SWOT-аналізу, раніше уже використаний у подібних дослідженнях [5; 24].

Проведений SWOT-аналіз впровадження СУЯ у сфері фізичної культури й спорту в сільській місцевості, а саме в об'єднаних територіальних громадах (ОТГ), дав змогу узагальнити таке. Чинники, які несуть ризики та перешкоди в ході впровадження СУЯ щодо ФСП, можна об'єднати в такі групи: кадри, фінанси, матеріально-спортивна база, організаційна діяльність, фізкультурно-спортивний актив, населення громад і стандарти надання ФСП.

До першої групи серед низки інших відносно не заповнені фахівцями посади інструкторів фізичної культури, неухагу до підвищення кваліфікації наявних фахівців фізичної культури та спорту, відсутність ініціативи керівників і фахівців фізичної культури й спорту в надаванні ФСП тощо.

До другої серед іншого належать обмежене фінансування на фізкультуру та спорт, невміння проводити фандрейзингову діяльність, а також залучати спонсорів.

До третьої входять обмежені можливості наявної матеріально-спортивної бази, підвищені ризики випадків травм на неякісних/несучасних спортивних спорудах, повільний розвиток й оновлення наявної спортивної бази тощо.

До четвертої належать проблеми в організації діяльності самих структур, що надають ФСП, їх слабка взаємодія з місцевими та регіональними органами влади, можливі корупційні ризики в контексті надання ФСП й ін.

До п'ятої групи відносно неухагу до залучення зацікавлених осіб щодо розвитку фізичної культури та спорту в громадах, слабкий за компетентністю й рівнем організаційної діяльності фізкультурно-спортивний актив громад, невміння заохочувати до успішної діяльності кращих представників активу та ін.

До шостої групи входять слабка практика вивчення фізкультурно-спортивних переваг, що є в різних категорій населення села, обмежений перелік послуг, недостатня фізкультурно-спортивна активність населення поза дитячим віком.

До сьомої групи належать відсутність розуміння в керівництва та фізкультурно-спортивних працівників важливості СУЯ послугами, відсутність бажання мати СУЯ, слабке бажання дотримуватися стандартів забезпечення якості послуг.

Роль керівника й команди в проєкті впровадження СУЯ такі. Перший та необхідний фактор успішного впровадження СУЯ – це бажання вищого керівництва запровадити систему управління якістю й зрозуміти її ідеї, надання потрібних ресурсів і моніторинг результатів. Другий фактор – особистість уповноваженого фахівця з якості, третій – залучення та навчання персоналу [15, с. 24].

Упровадження стандартів публічних послуг полягає в такому. Кожну послугу потрібно описати в категоріях стандарту як такого, що створений на основі консенсусу й ухвалений органом нормативного регулювання, який установлює для загального та багаторазового користування правила, настановні вказівки або характеристики різних видів діяльності чи її результатів.

При цьому значну увагу приділяють створенню внутрішніх (внутрішньоорганізаційних) стандартів, що мають ґрунтуватися на накопичених знаннях в організації й відповідній організаційній культурі, та використовувати дані, отримані від порівняння із зовнішнім досвідом, у тому числі завдяки вивченню позитивної практики й бенчмаркінгу, тобто процесу пошуку стандартної чи еталонної економічно ефективнішої організації-конкурента для порівняння з власним та переймання його найкращих методів роботи. Важливо, що внутрішні стандарти конкретної організації розробляють, а не копіюють зі зразків вищого рівня (міжнародних, національних і галузевих) [15, с. 50–51].

Кожен орган й організація, котрі належать до органів влади, які надають ФСП, мають удосконалюватися для ефективного виконання своїх повноважень і реалізації зростаючих очікувань із боку жителів. У світовій та вітчизняній практиці забезпечення якості процесів і послуг у загальнодержавному та місцевому управлінні здійснюється шляхом системного поєднання таких елементів: упровадження стандартів публічних послуг; систем управління якістю; застосування загальної схеми оцінювання (Common Assessment Framework, CAF) [8, с. 6] або інших моделей організаційної досконалості, це й поширення позитивної практики та бенчмаркінгу [15, с. 6].

Відповідно до вимог міжнародного стандарту ISO 9001:2008, органи влади повинні встановити, описати в документах, упровадити й безперервно вдосконалювати СУЯ та її ефективність. Органи влади несуть повну відповідальність за якість послуг, які надаються, оскільки основною метою їх існування і є задоволення потреб громадян, які відповідно обирають своїх уповноважених представників до керівних органів громадських організацій, у тому числі фізкультурно-спортивних, і депутатського складу певного регіону.

Уже зазначено, що упровадження СУЯ на рівні регіонального управління сприяє важливим позитивним змінам, які відчутні як для працівників, так і для замовників/споживачів послуг від упровадження системи. За результатами опитування представників органів влади, де впроваджено СУЯ, визначено такі переваги: підвищення якості послуг для споживачів; зменшення неефективних витрат бюджетних коштів, усунення робіт, що не створюють цінностей; підвищення прозорості діяльності; зменшення кількості помилок; покращення гнучкості й керованості організації; зменшення кількості внутрішніх конфліктів; покращення іміджу установи; створення основи для збереження та передачі накопичених важливих і нових організаційних знань [15, с. 8–9].

Зауважимо, стандарт ISO 9001 не містить вимог, яким мають відповідати послуги. Але він визначає умови, що забезпечують стабільну відповідність послуг вимогам споживача. Тому вислів «послуги органів влади відповідають стандарту ISO 9001» неправильний. Потрібно казати: «система управління якістю надання послуг органами влади відповідає стандарту ISO 9001» [15, с. 13–15].

Відповідність – це виконання вимоги щодо якості послуги. Невідповідність, зі свого боку, – це невиконання вимоги. Аби усунути причину потенційної невідповідності або іншої потенційно небажаної ситуації, виконують запобіжні дії. Відтак коригувальна дія – це та дія, яку виконують, щоб усунути причину виявленої невідповідності або іншої небажаної ситуації. Існує також поняття коригування дії, яку виконують, аби усунути якусь невідповідність: коригування можна виконувати разом із коригувальною дією.

Моделі організаційної досконалості – це моделі «ідеальних організацій», на основі яких проводяться регіональні, національні та міжнародні конкурси (наприклад модель для органів публічного управління CAF), а також моделі, основною метою яких є не участь у конкурсах із якості, а виявлення причин низького рівня виконання або наявних перешкод для поліпшення виконання, пошук можливостей поліпшення процесів і системних факторів [15, с. 17–18].

Згідно з вимогами ДСТУ ISO 9001 СУЯ фізкультурно-спортивних послуг має бути представлена/описана у вигляді сукупності взаємодіючих процесів, котрі забезпечують стабільне надання споживачам послуг належної якості. Перелік процесів повинен обговорюватися та затверджуватися вищим керівництвом. При цьому треба бути готовими до того, що під час розроблення СУЯ цей перелік неодноразово змінюватиметься й уточнятиметься [15, с. 8–10].

Після визначення процесів потрібно призначити їхніх «власників» – керівників організацій і підрозділів, відповідальних за функціонування, моніторинг та аналіз процесу. Для кращого розуміння процесів маємо створити матрицю взаємозв'язку між структурними підрозділами й процесами (матрицю відповідальності), де вказано, які організації/підрозділи братимуть участь у реалізації кожного процесу. Під час подальшого перегляду положень про організації/структурні підрозділи, а також посадових інструкцій персоналу потрібно відобразити в них обов'язки та відповідальність за функціонування процесів СУЯ згідно з матрицею відповідальності [15, с. 8–10].

Дискусія. Вважаємо, що кожен ФСП можна описати в категоріях стандарту. Стандарти послуг повинні встановлювати мінімальні вимоги щодо того, яким чином надається та чи інша фізкультурно-оздоровча послуга, урахувати критерії оцінки послуги. Запровадження стандартів муніципальних послуг разом із системою показників й інструментарієм вимірювання ступеня реалізації встановленого стандарту потрібно вважати практичним виконанням конституційного права громадян на отримання загальнодоступних послуг однакового рівня.

Науковці вже зосереджуються на розробці стандартів послуг на окремі види фізкультурно-оздоровчих занять, передусім фітнесу (М. Дутчак і Д. Малкова, 2017; Л. Я. Чеховська, 2020), але тема створення системи управління якістю ФСП, що їх надають відповідні організації, усе ще поза їхньою увагою.

Доцільно під час створення стандартів послуг та СУЯ ФСП залучати самих споживачів і випробовувати з їх допомогою проекти документів (через фокус-групи, опитування тощо). Можливо також провести опитування споживачів до та після впровадження стандартів послуг і СУЯ ФСП. Крім того, після їх упровадження бажано застосовувати сучасні медіа для оцінювання якості послуг та подальшого поліпшення стандартів і СУЯ. Щодо покращення інформування населення громад рекомендовано опублікування в друкованих засобах масової інформації; розміщення матеріалів у мережі Інтернет на офіційному сайті; розміщення на інформаційних стендах у приміщеннях громад (інформація розміщується на інформаційних стендах у місцях, що дають змогу ознайомитися з нею незалежно від графіка роботи адміністративного органу); пересилання тексту стандарту поштою під час надходження відповідного запиту. Така інформація про послугу має бути надана споживачеві на безоплатній основі.

Висновки. Подані результати SWOT-аналізу, які можна об'єднати в такі групи: кадри, фінанси, матеріально-спортивна база, організаційна діяльність, фізкультурно-спортивний актив, населення громад і стандарти надання ФСП. Розкриті особливості розробки й процедури впровадження системи управління якістю фізкультурно-спортивних послуг органами публічної влади на основі стандартів. Доведено, що подані та обґрунтовані загальні вимоги й застереження мають бути взяті до уваги та застосовані в процесі безпосередньої підготовки й упровадження системи стандартів управління фізичною культурою та спортом в умовах об'єднаних територіальних громад.

Перспективи подальших розвідок пов'язані з розробкою системи стандартів управління якістю фізкультурно-спортивних послуг.

Джерела та література

- 112.ua. «Фітнес-клуби відвідує 1,02 млн українців – дослідження». (2017). URL: <https://112.ua/obshchestvo/fitneskluby-poseshhaet-102-mln-ukraincev-issledovanie-417924.html>.
- Бортнік О., Квітка С., Маматова Т., Серьогін С. (ред.). Менеджмент якості в органах місцевого самоврядування: монографія. Дніпропетровськ: Грані, 2015.
- Державні будівельні норми України. Будинки і споруди. *Спортивні та фізкультурно-оздоровчі споруди*. ДБН В.2.2-13-2003. Київ: Україна, 2004.
- Діброва Т. Г. Маркетингова політика комунікацій: стратегії, вітчизняна практика: навч. посіб. Київ: Вид. дім «Професіонал», 2009.
- Дрюков О. В. Діяльність дитячо-юнацьких спортивних шкіл на сучасному етапі розвитку: дис. ... канд. наук з фіз. вих./Нац. ун-т фіз. вих. і спорту України. Київ, 2015.
- Дутчак М., Малкова Д. Актуалізація дослідження проблеми оцінювання якості фітнес-послуг в Україні. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2017. № 3. С. 37–41.
- Дутчак М. В. Моніторинг і системі державного управління спортом для всіх в Україні. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2008. № 9. С. 34–43.
- Звіт за результатами проведеного у 2019 р. попереднього обстеження систем управління якістю в органах виконавчої влади/М. Канавець, кер. авт. колективу, Ю. Лихач, А. Кукуля; за заг. ред. В. Купрія. Київ: Україна, 2019.
- Калита П. Вдосконалення управління на засадах стандартів ISO серії 9000: принципи та особливості їх використання в органах влади. *Світ якості України*. 2007. № 1–2. С. 10–13.
- Классификация физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг. Спортивные услуги – оказание спортивных услуг, предоставление спортивных услуг. URL: <https://studfile.net/preview/4084988/page:2/>
- Конті Т. Моделі якості та їхня основна роль в удосконаленні організації. *Науково-технічний вісник Українського науково-дослідного і навчального центру проблем стандартизації, сертифікації та якості*. 2004. № 2. С. 39–52.
- Лахижа М. І. Система управління якістю в органах влади (вітчизняний та зарубіжний досвід): монографія. Полтава: РВВ ПУСКУ, 2008.
- Лопушняк Г. С. Державні соціальні стандарти, гарантії та нормативи: сутнісно-проблемні аспекти. *Збірник наукових праць Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана*. 2014. С. 491–499.
- Маматова Т., Бортнік О. Системи управління якістю при наданні муніципальних послуг у відповідності до вимог ISO 9001:2008: існуючі практики та напрями удосконалення: аналіт. дослідж., виконане в рамках Проєкту ПРООН «Муніципальна програма врядування та сталого розвитку». Київ: Україна, 2013.

15. Маматова Т. В., Бортнік О. В., Квітка С. А., Соколовська О. О. Системи управління якістю у відповідності до ISO 9001:2008 у регіональних органах влади: практ. посіб. Дніпропетровськ: Грані, 2013.
16. Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту (2008). Концепція Загальнодержавної цільової соціальної програми «Спортивні споруди України» на 2010–2015 рр.». URL: <http://www.kmu.gov.ua/sport/control/uk/doccatalog/list?currDir=98679>
17. Москаленко Н., Яковенко А., Сидорчук Т., Марченко О. Європейські стандарти шкільного фізичного виховання. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2019. 4 (48), 51–54. doi.org/10.29038/2200-7481-2019-04-51-54
18. Надання платних послуг установами й організаціями сфери фізкультури та спорту. URL: <https://i.factor.ua/ukr/journals/bb/2009/may/issue-20/article-70993.html>
19. Приступа Є, Жданова О., Чеховська Л. Аналіз ринку фізкультурно-оздоровчих послуг. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2017. № 6. С. 79–84.
20. Про затвердження Державного соціального стандарту у сфері фізичної культури і спорту. Наказ Міністерства молоді та спорту України від 28.03.2013 р. № 1. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/z0559-13#Text>
21. Про затвердження Методичних рекомендацій щодо розроблення стандартів надання адміністративних послуг: наказ Мінекономіки України від 12 липня 2007 р. № 219. URL: http://me.kmu.gov.ua/control/uk/publish/article?art_id=145762&cat_id=145747.
22. Про затвердження переліку платних послуг, які можуть надаватися закладами фізичної культури і спорту, що утримуються за рахунок бюджетних коштів. Постанова Кабінету Міністрів України від 14 квітня 2009 р. № 356. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/356-2009-п#Text>
23. Прохоров А. М. (ред). *Большой энциклопедический словарь*. Москва: Норинт, 2001.
24. Середа Н. В. Організаційно-управлінський механізм впровадження маркетингу в систему дитячо-юнацьких спортивних шкіл: дис. ... канд. наук з фіз. вих./Харк. держ. академія фіз. культури. Харків, 2013.
25. Чеховська Л. Я. Теоретико-методичні основи організаційного та кадрового забезпечення системи оздоровчого фітнесу в Україні: дис. ... д-ра наук з фіз. вих./Львів. держ. ун-т фіз. культ. Ім. Івана Боберського. Львів., 2020.

References

1. 112.ua. Fitness-kluby vidviduie 1,02 mln ukraintsiiv – doslidzhennia (2017) [Fitness clubs are visited by 1.02 million Ukrainians – research]. URL: <https://112.ua/obshchestvo/fitneskluby-poseshhaet-102-mln-ukraincev-issledovanie-417924.html>.
2. Bortnik, O., Kvitka, S., Mamatova, T., Serohin, S. (2015). Menedzhment yakosti v orhanakh mistsevoho samovriaduvannia (metodolohichniy zbirnyk) [Quality management in local governments (methodological book)]. monohrafiia. Dnipropetrovsk: Hrani.
3. Derzhavni budivelni normy Ukrainy. Budynky i sporudy. Sportyvni ta fizkulturno-ozdorovchi sporudy. DBN V.2.2-13-2003 [State building norms of Ukraine. Buildings and structures. Sports and fitness facilities]. (2004). Kyiv.
4. Dibrova, T. H. (2009). Marketynhova polityka komunikatsii: stratehii, vitchyzniana praktyka [Marketing communications policy: strategies, domestic practice]. navch. posibnyk. Kyiv: Vyd. dim «Profesional».
5. Driukov, O. V. (2015). Diialnist dytiachy-yunatskykh sportyvnykh shkyl na suchasnomu etapi rozvytku [Activities of children's and youth sports schools at the present development]. Dys. kand. nauk z fiz. vykh. Natsionalnyi universytet fizychnoho vykhovannia i sportu Ukrainy. Kyiv.
6. Dutchak, M., Malkovam, D. (2017). Aktualizatsiia doslidzhennia problemy otsiniuvannia yakosti fitnes-poslulh v Ukraini [Updating the study of the problem of fitness quality services assessing in Ukraine.]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*, no. 3, 37–41.
7. Dutchak, M. V (2008). Monitoring and public sports management system for all in Ukraine [Monitoring in public sports management for all in Ukraine.]. *Pedagogy, Psychology and Medical-Biological Issues of Physical Education and Sports*, no. 9, 34–43.
8. Zvit za rezultatamy provedenoho u 2019 r. poperednoho obstezhennia system upravlinnia yakistiu v orhanakh vykonavchoi vlady (2019) [Report on the results of a preliminary survey conducted in 2019 on quality management systems in the executive government]. M. Kanavets, ker. avt. kolektyvu, Yu. Lykhach, A. Kukulia; za zah. red. V. Kupriia. Kyiv: Ukraina.
9. Kalita, P. (2007). Vdoskonalennia upravlinnia na zasadakh standartiv ISO serii 9000: pryntsypy ta osoblyvosti yikh vykorystannia v orhanakh vlady [Improving management based on ISO 9000 series standards: principles and features of its use in government]. *Svit yakosti Ukrainy*, no. 1–2, 10–13.
10. Klassifikatsiya fizkulturno-ozdorovitelnykh i sportyvnykh uslug. Sportivnyie uslugi – okazanie sportivnykh uslug, predostavlenie sportivnykh uslug [Classification of physical culture, health and sports services. Sports services – the provision of sports services]. URL : <https://studfile.net/preview/4084988/page:2/>

11. Konti, T. (2004). Modeli yakosti ta yikhnia osnovna rol v udoskonalenni orhanizatsii [Quality models and their main role in improving the organization]. *Naukovo-tekhnichnyi visnyk Ukrainського naukovo-doslidnoho i navchalnoho tsentru problem standartyzatsii, sertyfikatsii ta yakosti*, no. 2, 39–52.
12. Lakhyzha, M. I. (2008). Systema upravlinnia yakistiu v orhanakh vlady (vitchyzniani ta zarubizhnyi dosvid) [Quality management system in government (domestic and foreign experience)]. monohrafiia. Poltava: RVV PUSKU.
13. Lopushniak, H. S. (2014). Derzhavni sotsialni standarty, harantii ta normatyvy: sutnisno-problemni aspekty [State social standards, guarantees and norms: essential and problematic aspects]. zb. nauk. prats Kyivskoho natsionalnoho ekonomichnoho universytetu imeni Vadyma Hetmana. 491–499.
14. Mamatova, T., Bortnik, O. (2013). Systemy upravlinnia yakistiu pry nadanni munitsypalnykh posluh u vidpovidnosti do vymoh ISO 9001:2008: isnuuichi praktyky ta napriamy udoskonalennia: analitychne doslidzhennia, vykonane v ramkakh Proektu PROON «Munitsypalna prohrama vriaduvannia ta staloho rozvytku» [Quality management systems in the provision of municipal services in accordance with the requirements of ISO 9001: 2008: existing practices and areas for improvement: analytical study conducted under the UNDP Project «Municipal Governance and Sustainable Development Program»]. Kyiv.
15. Mamatova, T. V., Bortnik, O. V., Kvitka, S. A., Sokolovska, O. O. (2013). Systemy upravlinnia yakistiu u vidpovidnosti do ISO 9001:2008 u rehionalnykh orhanakh vlady [Quality management systems in accordance with ISO 9001: 2008 in regional authorities]: prakt. posib. Dnipropetrovsk: Hrani.
16. Ministerstvo Ukrainy u spravakh simi, molodi ta sportu. Kontseptsiiia Zahalnodержavnoi tsilovoi sotsialnoi prohramy «Sportyvni sporudy Ukrainy» na 2010–2015 rr.» (2008) [Ministry of Family, Youth and Sports of Ukraine. The Concept of the National Target Social Program on Sports Facilities of Ukraine for 2010–2015]. URL: <http://www.kmu.gov.ua/sport/control/uk/doccatalog/list?currDir=98679>.
17. Moskalenko, N., Yakovenko, A., Sydorchuk, T., Marchenko, O. (2019). Yevropeiski standarty shkilnoho fizychnoho vykhovannia [The European standards of school physical education]. *Fizychni vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*, no. 4 (48), 51–54. doi.org/10.29038/2200-7481-2019-04-51-54.
18. Nadannia platnykh posluh ustanovamy y orhanizatsiiamy sfery fizkultury ta sportu [Paid services provision by institutions and organizations in Physical Culture and Sports field]. URL: <https://i.factor.ua/ukr/journals/bb/2009/may/issue-20/article-70993.html>.
19. Prystupa, Ye, Zhdanova, O., Chekhovska, L. (2017). Analiz rynku fizkulturno-ozdorovchykh posluh [Analysis of the physical culture and health services market]. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk*, no. 6, 79–84.
20. Pro zatverdzhennia Derzhavnogo sotsialnoho standartu u sferi fizychnoi kultury i sportu. Nakaz Ministerstva molodi ta sportu Ukrainy vid 28.03.2013 roku, no. 1 [On the statement of the State social standard in the field of Physical Culture and Sports. Order of the Ministry of Youth and Sports of Ukraine dated March 28, 2013, no. 1]. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/z0559-13#Text>.
21. Pro zatverdzhennia Metodichnykh rekomendatsii shchodo rozroblennia standartiv nadannia administratyvnykh posluh: nakaz Minekonomiky Ukrainy vid 12 lypnia 2007 roku, no. 219 [On approval of Methodical recommendations for the development of standards for the administrative services provision. Order of the Ministry of Economics of Ukraine dated July 12, 2007, No. 219]. URL: http://me.kmu.gov.ua/control/uk/publish/article?art_id=145762&cat_id=145747.
22. Pro zatverdzhennia pereliku platnykh posluh, yaki mozhut nadavatysia zakladamy fizychnoi kultury i sportu, shcho utrymuutsia za rakhunok biudzhetykh koshtiv [On the statement of the list of paid services which can be provided of Physical Culture and Sports institutions facilitating by the budgetary funds]. Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy vid 14 kvitnia 2009 roku, no. 356. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/356-2009-p#Text>.
23. Prohorov, A. M. (2001). Bolshoy entsiklopedicheskiy slovar [Big encyclopedic dictionary.]. Moskva: Norint.
24. Sereda, N. V. (2013). *Orhanizatsiino-upravlinskyi mekhanizm vprovadzhennia marketynhu v systemu dytiachyunoatskykh sportyvnykh shkil* [Organizational and managerial mechanism of marketing implementation in children's and youth sports schools education]. Dys. kand. nauk z fiz. vykh. Kharkivska derzhavna akademiia fizychnoi kultury, Kharkiv, 2013.
25. Chekhovska, L. Ya. (2020). *Teoretyko-metodychni osnovy orhanizatsiinoho ta kadrovoho zabezpechennia systemy ozdorovchoho fitnessu v Ukraini* [Theoretical and methodological bases of organizational and personnel support of the health fitness area in Ukraine]. Dys. d-ra nauk z fiz. vykh. Lvivskyi derzhavnyi universytet fizychnoi kultury imeni Ivana Boberskoho, Lviv.

Стаття надійшла до редакції 04.03.2021 р.

Технології навчання з фізичного виховання

УДК 373.091.2:796.085

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ ІЗ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ШКОЛІ

Ірина Войтович¹, Василь Войтович¹, Вікторія Петрович¹

¹Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, voytovych.iryna@vnu.edu.ua

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-19-25>

Анотації

Актуальність. Основним завданням предмету «Фізична культура» в школі є гармонійний фізичний розвиток дітей та формування в них звички здорового способу життя. Виконання цього завдання вимагає від учителів уміння сформувати в учнів інтерес до фізичної активності, розуміння її важливості у власному житті. Цього можна досягти шляхом використання індивідуального підходу та врахування вподобань учнів під час позаурочних секційних занять, які є безкоштовними та не передбачають зміни місця навчання. **Мета роботи** полягає у визначенні й обґрунтуванні головних аспектів організації секційних занять із фізичної культури. **Методи** – аналіз і синтез наукових літературних джерел, педагогічне спостереження, узагальнення експериментальних досліджень науковців і систематизація отриманих результатів, метод теоретичного моделювання. **Результати дослідження.** Позакласна робота з фізичної культури вимагає значної гнучкості та мобільності форм, методів і засобів організації навчання. Вони повинні підбиратись із врахуванням інтересу та можливостей учнів і містити «вільний» час на опанування чогось нового, активного відпочинку чи вдосконалення окремих напрямів у фізичній підготовленості. На заохочення учня до цих занять можуть впливати як усвідомлені, так і неусвідомлені фізіологічні потреби, також не можна виключати зовнішніх факторів (загальносуспільні цінності, вплив друзів, батьків тощо). Важливим завданням секційної роботи є розвиток морально-вольових якостей школярів (цілеспрямованість, рішучість, сміливість, наполегливість, взаємодопомога, довіра тощо). Крім того, позаурочні заняття потрібно розглядати як засіб психологічного розвантаження, переключення уваги з буденних справ на улюблену фізичну активність, яка повинна здійснюватися якнайбільше на відкритому повітрі під керівництвом кваліфікованого педагога. **Висновки.** Визначено основні фактори планування та організації різних видів секційних занять; розроблено схему їх взаємодії, що формується навколо особистості учня, з урахуванням його життєвої мети та мотивації, адекватному та оптимальному підборі методів і засобів фізичного виховання.

Ключові слова: фізична культура, секції, школярі, рухова активність.

Ірина Войтович, Василь Войтович, Вікторія Петрович. Особенности организации секционных занятий по физической культуре в школе. Актуальность. Основной задачей предмета «Физическая культура» в школе является гармоничное физическое развитие детей и формирование у них привычки здорового образа жизни. Выполнение этой задачи требует от учителей умения сформировать в учащихся интерес к физической активности, понимание ее важности в собственной жизни. Этого можно достичь путем использования индивидуального подхода и учета предпочтений школьников во время внеурочных секционных занятий, которые являются бесплатными и не предусматривают изменения места обучения. **Цель работы** – определение и обоснование главных аспектов организации секционных занятий по физической культуре. **Методы** – анализ и синтез научных литературных источников, педагогическое наблюдение, обобщение экспериментальных исследований ученых и систематизация полученных результатов, метод теоретического моделирования. **Результаты исследования.** Внеклассная работа по физической культуре требует значительной гибкости и мобильности форм, методов и средств организации обучения. Они должны подбираться с учетом интереса и возможностей учеников и содержать «свободное» время на овладение чем-то новым, активный отдых или усовершенствование отдельных направлений в физической подготовленности. На привлечение ученика к данным занятиям могут влиять как осознанные, так и неосознанные физиологические потребности,

також нельзя исключать внешних факторов (общественные ценности, влияние друзей, родителей и т. д.). Важной задачей секционной работы является развитие морально-волевых качеств школьников (целеустремленность, решительность, смелость, настойчивость, взаимопомощь, доверие и т. д.). Кроме того, внеурочные занятия следует рассматривать как средство психологической разгрузки, переключения внимания с будничных дел на любимую физическую активность, которая должна осуществляться как можно больше на открытом воздухе под руководством квалифицированного педагога. **Выводы.** Определяются основные факторы планирования и организации различных видов секционных занятий; разрабатывается схема их взаимодействия, что формируется вокруг личности ученика, с учетом его жизненной цели и мотивации, адекватном и оптимальном подборе методов и средств физического воспитания.

Ключевые слова: физическая культура, секции, школьники, двигательная активность.

Iryna Voitovych, Vasyl Voitovych, Viktoriia Petrovych. Particularities of Organization of Extracurricular Sections on Physical Education at School. The Relevance. The main task of the Physical Education discipline at school is the harmonious development of children and promoting healthy habits among them. Fulfilling this task, teachers are required to make physical activity more engaging for pupils and increase understanding of its importance in their life. This can be reached by using individual approach and taking into consideration pupils' personal preferences while organizing extracurricular sport sections which are free and do not imply leaving the training location. **The Research is Aimed** at identifying and explaining the main aspects of sport sections organization on Physical Education. The **Research Methods** are analysis and synthesis of scientific sources, pedagogical observations, theoretical simulation method, generalization of other scientists' experiments and systematization of their results. **The Results of the Research.** Extracurricular Physical Education demands high flexibility and forms mobility, methods and means of training organization. They should be picked up considering pupils' interests and capabilities and contain «free» time spent on mastering new things, active recreations and improving specific areas of physical training. Pupils could be evolved and interested in such trainings by conscious and unconscious physical needs. It worth mentioning the external agents such as public values, influence of friends and parents etc. One of important tasks while working with sport sections is development of the high pupils' morale and leadership qualities (commitment, determination, courage, perseverance, mutual assistance and cooperation, trust, etc.). Moreover, extracurricular classes should be considered as a mean of psychological relaxation, switching from day-to-day stuff to favourite physical activities which should take place outdoors by an experienced teacher. **Conclusions.** Main factors of planning and organizing different types of extracurricular classes are identified; the scheme of their interaction that is elaborated taking into account the pupil's personality, their motivation and life purpose with methods and means of Physical Education has been selected in an adequate and careful way.

Key words: Physical Education, extracurricular sport sections, pupils, motor activity.

Вступ. Головний фактор розвитку суспільства – здоров'я населення, зокрема підростаючого покоління. Сьогодні в Україні фіксують високий рівень захворюваності, особливо серед дітей і підлітків. Зокрема, за даними К. М. Сидоренка [13], за період навчання в школі кількість здорових дітей із першого до одинадцятого класу зменшується в 3–4 рази. Так, згідно з рекомендаціями ВООЗ [5], на спорт і фізичну активність школярів повинно виділятися щонайменше 30 хвилин на день або для занять у спортивних секціях і клубах – до 5 годин на тиждень. Однак, згідно з дослідженнями Г. Л. Апанасенко, добові потреби в рухах у підлітків задовольняються в середньому лише на 18–22 % [1].

Відповідно до Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2024 року (2017 р.), фізичну культуру та спорт визначено як важливий фактор «...здорового способу життя, профілактики захворювань, формування гуманістичних цінностей, створення умов для всебічного гармонійного розвитку людини, сприяння досягненню фізичної та духовної досконалості людини, виявлення резервних можливостей організму, формування патріотичних почуттів...» [7, с. 3].

Так, у загальноосвітньому навчальному закладі, найбільш доступними формами підвищення об'єму рухової активності учнів є урочні й позаурочні заняття з фізичної культури: до останніх належать різновиди секційних та гурткових занять, спрямованих на забезпечення гармонійного фізіологічного розвитку та формування в школярів звички ведення здорового способу життя.

Водночас, коли урочна форма вимагає оцінки певних умінь, рухових навичок чи розвитку фізичних якостей із різних модулів та тем, то відвідування секційних занять повинне опиратися на вподобання, інтереси школяра та не має примусових (обов'язкових) видів рухової діяльності. Ця форма заняття дає змогу дітям опанувати той вид спорту чи той вид рухової активності, який їм більше до вподоби, безкоштовно й без зміни місця навчання.

Тому питання покращення та вдосконалення організації й методики проведення секційних занять із фізичної культури є досить цікавим та актуальним для наукових досліджень.

Мета роботи полягає у визначенні й обґрунтуванні головних аспектів організації секційних занять із фізичної культури.

Методи дослідження – аналіз і синтез науково-методичних літератури, опрацювання інтернет-джерел, узагальнення експериментальних досліджень науковців і систематизація отриманих результатів (для аргументування основних положень дослідження, узагальнення наявних даних, обґрунтування важливості позакласних занять із фізичної культури та висвітлення передового досвіду), опитування (узяло участь 72 вчителі фізичної культури шкіл Волинської області та керівники гуртків і секцій при школах (м. Луцьк, м. Ковель, м. Нововолинськ, Старовижівського й Володимир-Волинського районів) для виокремлення основних практичних аспектів діяльності пришкільних гуртків, метод теоретичного моделювання (для розробки оптимальної схеми планування та організації секційних занять із фізичної культури).

Результати дослідження. Аналіз наукової літератури дав змогу встановити, що питання сучасного стану організації позакласної роботи з фізичної культури в закладах освіти висвітлено в працях Н. Белікової [2], В. Вовченка [4], С. Поддубінської [11]; форми й методи позакласної роботи з фізичної культури в школах розглядали О. Гречаний [6], Т. Круцевич [9], Н. Москаленко [10], П. Рибалко зі співавторами [12], Б. П. Шиян [14] та ін.

У більшості закладів загальної середньої освіти країни проводять позаурочні заняття фізичної культури з різних видів спорту, але в багатьох із них навіть за наявності необхідних умов не організовані спортивні секції та команди, які б могли охопити всіх охочих систематично тренуватися й брати участь у спортивних змаганнях. Найбільш поширена така проблема в сільських, малокомплектних школах, у яких навіть за наявності годин для вчителя чи тренера на секційну або гурткову роботу представлено лише 1–2 види. Це позбавляє школярів можливості займатися тими видами фізичної активності, які приносять їм найбільше задоволення, краще мотивують, розкривають їхній потенціал.

Згідно з дослідженнями С. Поддубінської та Н. Белікової щодо стану організації позакласної роботи з фізичної культури в школах Луцька в 75,0 % загальноосвітніх навчальних закладів міста вчителями проводиться гурткова й секційна робота. Водночас значна частина учнів (61,4 %) не відвідує такі заняття через ті чи інші причини. Тому автори наголошують на необхідності здійснення пошуку нових підходів, методів й урізноманітнення форм проведення позакласної роботи з фізичної культури шляхом розширення видів рухової активності та включення різних видів спорту [11].

Опираючись на представлені науковцями проблеми в порушенні рухової активності дітей і молоді та варіанти розв'язання цієї проблеми шляхом відвідування школярами секційних і гурткових занять із фізичної культури, ми сформувавши схему взаємодії основних факторів організації цього виду позаурочних занять (рис. 1).

Так, головною метою діяльності секції з фізичної культури є формування в школярів звички здорового способу життя, уміння організувати власне активне дозвілля, виховання справжньої особистості. Учні повинні обирати собі вид фізичної активності залежно від мети та мотивації: бажання займатися певним видом спорту; сформувати гарну поставу, тілобудову; готуватися до подальшої життєвої діяльності чи просто активно проводити час.

На сьогодні чинні навчальні програми пропонують достатній вибір засобів фізичного виховання, основа яких – фізичні вправи (елементи різних видів спорту), водночас потрібно використовувати допоміжні фактори: оздоровчі сили природи, фактори особистої гігієни, самостійні заняття тощо.

Завдяки відвідуванню секції учні мають можливість передусім оволодіти певною базою рухових умінь і навичок як базових (з основ гімнастики, легкої атлетики, силові вправи), так і спеціальних (під час опанування певного виду спорту); розвивати фізичні якості комплексно, за бажанням чи задатками. Важливим завданням секційної роботи є, на нашу думку, розвиток морально-вольових якостей школярів, як-от: цілеспрямованість, рішучість, сміливість, наполегливість, витримка та самовладання, самоцінність, ініціативність, доброзичливість, комунікабельність, взаємопідтримка, взаємодопомога, довіра тощо.

Крім того, ми розглядаємо позаурочні заняття як засіб психологічного розвантаження, переключення уваги з буденних справ (навчання, побут) на улюблену фізичну активність. Також цей вид діяльності дає змогу школярам набути загальні й спеціальні знання з фізичної культури, основ здоров'я, певних видів спорту, історії спорту тощо.

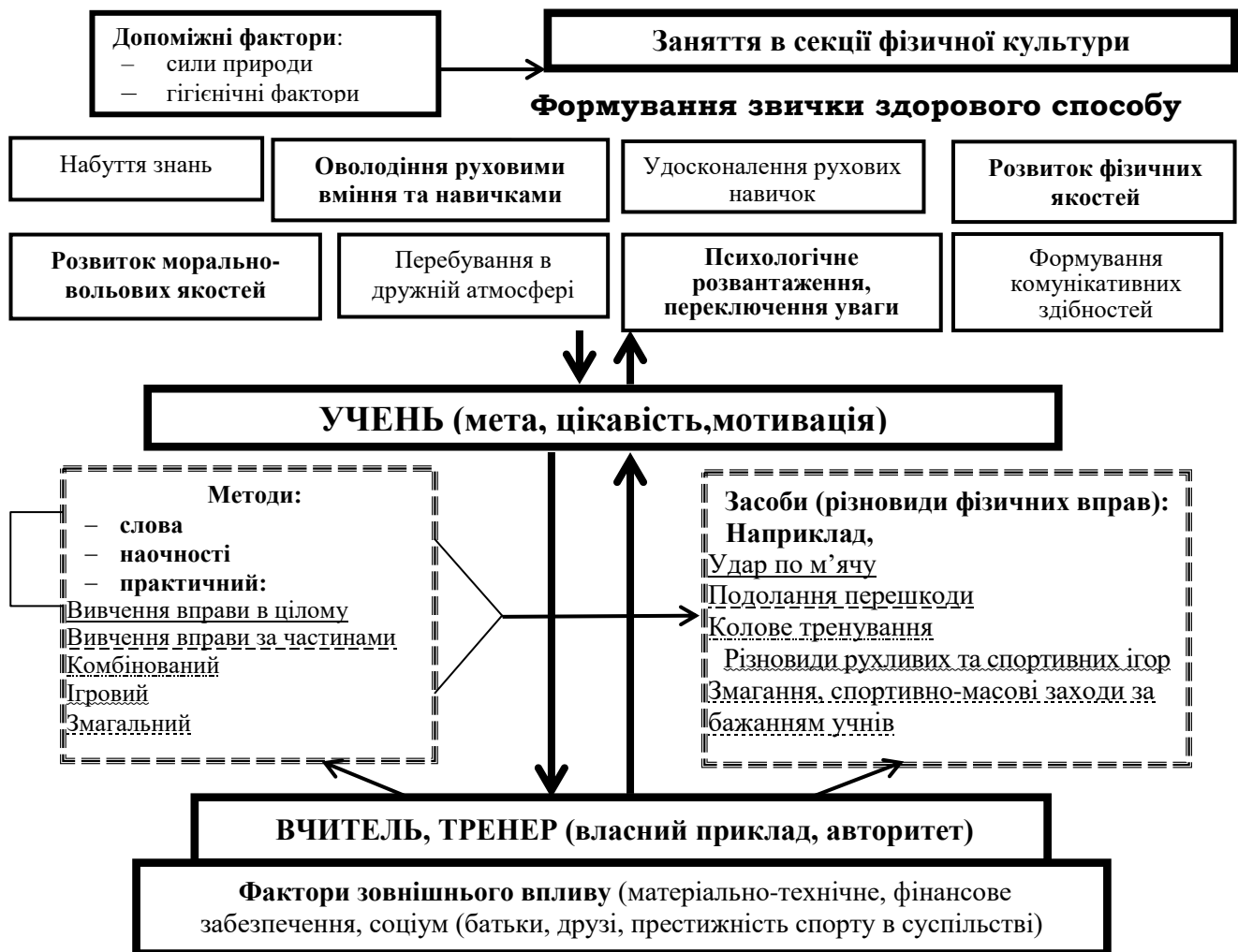


Рис. 1. Схема планування та організації секційних занять із фізичної культури

Оскільки в таких секціях фізичної культури «за інтересами» учні перебувають у дружній позитивній відкритій атмосфері, їм досить легко спілкуватися з однолітками чи іншими дітьми й так розвивати власні комунікативні здібності.

Звичайно, учитель або тренер виступає основним організатором та керівником секційного заняття, тому зацікавленість учня до заняття, його зміст залежать від індивідуальної майстерності педагога. Він повинен володіти значним арсеналом методів і засобів фізичного виховання та виражати це у відповідних формах, вибудовуючи певний план навчання школярів.

Як відзначає Б. П. Шиян, «...сьогодні перед вчителем фізичної культури в школі стоїть проблема – зробити фізичне виховання процесом безперервної дії (навіть протягом такого короткого часу, як добовий цикл)» [14, с. 205]. На нашу думку, завдання вчителя-практика (фізичної культури) – допомогти учню знайти свій вид рухової активності, націлити й посприяти тому, щоб він зацікавився та побачив і відчув свій потенціал. Отже, педагог повинен виступати таким собі зв'язковим між метою учня та завданнями навчання.

Щодо методів фізичного виховання, то в науковій літературі трапляється декілька варіантів класифікації. Ми ж схилиємося до найбільш чітких і лаконічних: методи фізичної вправи (практичний), методи слова й методи наочності.

Серед практичних методів пропонуємо вивчати вправу в цілому, що на занятті може реалізовуватися через вивчення нескладних рухів, під час опанування яких учень матиме можливість без порушення техніки позайматись активно (наприклад удар м'яча носком, присід, згинання-розгинання рук в упорі лежачи); вивчення вправи за частинами, що дасть змогу вчителю скласти перспективний план діяльності секції, особливо з ігрових видів спорту чи туризму; застосування

колового методу є теж досить ефективним, однак за хорошої самоорганізації школярів, що дасть змогу провести інтенсивне заняття з хорошим показником рухової щільності. І звичайно, ігровий і змагальний методи завжди більше цікавлять учнів, заохочують їх до фізичної активності й піднімають емоційний фон заняття.

Крім вищезазначеного, потрібно пам'ятати, що на бажання школярів та особливості організації діяльності секції може впливати безліч зовнішніх чинників, таких як матеріально-технічне, фінансове забезпечення, соціум (батьки, друзі, престижність спорту в суспільстві) тощо.

Дискусія. Відомо, що фізична активність необхідна для нормального функціонування та розвитку молодого організму. Нині пропонується широкий арсенал засобів і методів фізичного виховання, однак об'єм їх практичного використання школярами має бути кращим.

Причина цього – щоденне перенавантаження, психоемоційна напруга, відсутність балансу між розумовою й руховою діяльністю, неправильна пріоритетність перерозподілу часу на користь пасивного відпочинку з переглядом телевізора чи користування гаджетами, погане довкілля тощо. Тому ми погоджуємося з думкою науковців, що все це істотно впливає на формування здорового способу життя підростаючого покоління. Тому проблема низької рухової активності школярів є актуальною й потребує подальшого пошуку шляхів її розв'язання. На думку М. Вайновської, у позакласній роботі, особливого значення набувають гнучкість та урізноманітнення цілей, форм і методів роботи, добору певних педагогічних завдань, що можуть оперативно змінюватися з урахуванням запитів та творчих можливостей школярів, стимулюючи їхній розвиток [3, с. 145].

Ми підтримуємо думку А. Капської, що «...до основних завдань фізкультурно-оздоровчої діяльності підлітків належать зміцнення здоров'я, підвищення рівня фізичної підготовки, ліквідація недоліків статури; розвиток рухових якостей; виховання ініціативності, самостійності, формування адекватної оцінки власних фізичних можливостей; виховання навичок здорового способу життя; організація активного відпочинку й дозвілля» [22, с. 71].

Виходячи з головних завдань фізкультурної діяльності та згідно з опитуванням учителів фізичної культури шкіл Волинської області й керівників гуртків і секцій при школах потрібно формувати такий зміст занять, які б давали змогу не лише засвоювати знання, уміння та навички з певного виду спорту, але й давати «вільний» час та можливість на виконання рухової діяльності, виконання тих вправ, які викликають найбільший інтерес у дітей. Це потрібно здійснювати, ураховуючи низку умов: гуртківці проводять час активно; із дотриманням техніки безпеки; ця діяльність не порушує структури, загальної та моторної щільності заняття; учитель повинен контролювати цей процес.

Практики пропонують п'яту частину часу заняття віддавати на вибір учнів (або ж виділяти окреме заняття в разі завантаженості змісту тренування спеціалізацією). Зацікавленість школярів певними видами фізичної активності формується по-різному, залежно від віку, мети, порад друзів, батьків, учителя. Зазвичай діти середнього шкільного віку обирають рухливі та спортивні ігри. Вибір старшокласників поділяється за статтю. Так, уподобання дівчат опираються на бажання мати гарну підтягнуту фігуру (займатися різновидами фітнесу: аеробіка, танці, пілатес) або ж схиляються до тих активностей чи видів спорту, які дещо раніше вважалися суто «чоловічими», де переважають спортивний азарт, бажання показати найкращий результат (футбол, баскетбол, кросфіт тощо). Хлопці ж більше хочуть покращити статуру, відвідуючи тренажерний зал, підготуватися до служби в Збройних силах України або розвантажитися під час спортивних ігор. Також можливий варіант зміни вибору видів фізичної активності в межах одного заняття: різноманітні рухливі ігри, футбол, квести, робота на тренажерах, настільний теніс тощо.

Важливим фактором є приналежність учня до тієї чи іншої соціальної групи (команди, колективу), де створюються певна дружна атмосфера, командний дух чи дух здорового суперництва, взаємопідтримки, налагоджуються комунікації, формуються спільні інтереси тощо.

Висновки. Отже, функціональний підхід (коли фізична діяльність позитивно впливає на організм дитини) та формування звички ведення здорового способу життя є основою для створення системи методів і підбору засобів, у якій вони виступають як відносно обособлені способи досягнення цілей фізичного виховання під керівництвом учителя на позаурочних заняттях із фізичної культури.

Визначено основні фактори планування та організації різних видів секційних занять і розроблено схему їх взаємодії. Вона формується навколо особистості учня, його життєвої мети та мотивації. Значне місце відведено вчителю і його педагогічній майстерності, що має проявлятися як у манері

спілкування, відкритості до учня, повазі, так і в адекватному, оптимальному підборі методів і засобів фізичного виховання.

Подальшого вивчення потребують питання як теоретичних, так і методичних засад упровадження окремих видів секційних занять із фізичної культури. Дослідження означеної проблеми стане предметом наших наступних наукових пошуків.

Джерела та література

1. Апанасенко Г. Л. Валеологические принципы физического воспитания. *Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні: зб. наук. праць*. Рівне: Принт Хауз, 2001. Вип. 2. С. 106–107.
2. Белікова Н. Сучасний стан організації позакласної роботи з фізичної культури *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2019. Вип. 14. С. 15–19.
3. Вайновська М. К. Формування творчої особистості підлітка у навчально-виховному процесі: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07/Херсонський держ. ун-т. Херсон, 2004. 214 с.
4. Вовченко В. Фізична культура дітей, підлітків, молоді та дорослого населення в сучасному світі. *Фізична культура дітей, підлітків, молоді та дорослого населення в сучасному світі*. Умань: ВПЦ «Візаві», 2013. С. 38–41.
5. Гречаний О. М. Методика викладання бойового хортингу в процесі гурткової роботи у закладах загальної середньої освіти. *Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України*. Ірпінь, 2020. С. 251–262.
6. Галлахер Джеймс. Глобальна епідемія неактивності. Офіційний сайт ВООЗ. URL: <http://www.who.int>.
7. Державна цільова соціальна програма розвитку фізичної культури і спорту на період до 2024. Постанова КМ № 1371 від 23.12.2020. URL: <http://zakon.rada.gov.ua>.
8. Капська А. Й. Фізична самореалізація старшого підлітка в умовах дитячого оздоровчого табору. *Вісник Запорізького національного університету*. Запоріжжя. 2012. № 8. С. 65–73.
9. Круцевич Т. Концепція системи фізического воспитания в общеобразовательных школах *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. Київ, 2015. № 2. С. 72–80.
10. Москаленко Н. Проектування концепції інноваційних програм фізкультурнооздоровчої роботи в загальноосвітніх навчальних закладах. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2011. № 2. С. 12–16.
11. Подубінська С. В., Белікова Н. О. Особливості використання анімаційних технологій у позакласній роботі з фізичної культури. *Молода наука Волині: пріоритети та перспективи досліджень*. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. С. 63–66.
12. Рибалко П. Ф., Гвоздецька С. В., Прокопова Л. І. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2016. № 3 (57). С. 340–347.
13. Сидорченко К. М. Стан здоров'я та шляхи його покращення у дітей шкільного віку у спеціальних медичних групах. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. праць*. 2010. № 8. С. 80–82.
14. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч. 2. Тернопіль: Навч. кн.–Богдан, 2012. 304 с.

References

1. Apanasenko, G. L. (2001). Valeologicheskie principy fizicheskogo vospitaniya [Valeological principles of Physical Education]. *Konceptsiya rozvitku galuzi fizichnogo vihovannya i sportu v Ukraini: zb. nauk. pr.* Rivne: Print Hauz, vyp. 2, 106–107.
2. Bielikova, N. (2019). Suchasnyi stan orhanizatsii pozaklasnoi roboty z fizychnoi kultury [The current state of organization of extracurricular activities in Physical Culture]. *Visnyk Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka. Fizychne vykhovannia, sport i zdorovia liudyny*, vyp. 14, 15–19.
3. Vainovska, M. K. (2004). Formuvannia tvorchoi osobystosti pidlitka u navchalno-vykhovnomu protsesi [Formation of the adolescent's creative personality of the teenager in the educational process]: dys...kand. ped. nauk: 13.00.07 / Khersonskiy derzh. un-t. Kherson, 214.
4. Vovchenko, V. (2013). Fizychna kultura ditei, pidlitkiv, molodi ta dorosloho naseleння v suchasnomu sviti [Physical culture of children, adolescents, youth and adults in the modern world]. *Fizychna kultura ditei, pidlitkiv, molodi ta dorosloho naseleння v suchasnomu sviti*. Uman: VPTs «Vizavi», 38–41.
5. Hrechanyi, O. M. (2020). Metodyka vykladannia boiovoho khortynhu v protsesi hurtkovoї roboty u zakladakh zahalnoi serednoi osvity [Methods of teaching combat horting in the process of general secondary education group work]. *Boiovyi khortynh ta diialnist pravookhoronnykh orhaniv Ukrainy*. Irpin, 251–262.
6. Hallakher D. (2020). Hlobalna epidemii neaktyvnosti [Global epidemic inactivity]. Ofitsiyniy sait VOOZ. URL: <http://www.who.int>.

7. Derzhavna tsilova sotsialna prohrama rozvytku fizychnoi kultury i sportu na period do 2024 [State Target Social Program for the Development of Physical Culture and Sports for the Period up to 2024.]. Postanova KM № 1371 vid 23.12.2020. URL: <http://zakon.rada.gov.ua>.
8. Kapska, A. Y. (2012). Fizychna samorealizatsiia starshoho pidlitka v umovakh dytiachoho ozdorovchoho taboru [Physical self-realization of an older teenager at the children's health camp]. *Visnyk Zaporizkoho natsionalnoho universytetu. Zaporizhzhia*, no. 8, 65–73.
9. Krutsevich, T. (2015). Kontseptsiya systemy fizicheskogo vospitaniya v obscheobrazovatelnyih shkolah [The concept of Physical Education system at secondary schools]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*, Kyiv, no. 2, 72–80.
10. Moskalenko, N. (2011). Proektuvannia kontseptsii innovatsiinykh program fizkulturnoozdorovchoi roboty v zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladakh [Designing the innovative programs` concept of Physical Culture and Health at secondary schools]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*, no. 2, 12–16.
11. Podubinska, S.V., Bielikova, N.O. (2020). Osoblyvosti vykorystannia animatsiinykh tekhnolohii u pozaklasnii roboti z fizychnoi kultury [Features of the animation technologies use in Physical Culture of extracurricular activities]. *Moloda nauka Volyni: priorytety ta perspektyvy doslidzhen*. Lutsk: Vezha-Druk, 63–66.
12. Rybalko, P. F, Gvozdetskaya, S.V, Prokopova, L. I. (2016). Suchasni pidkhody do orhanizatsii fizkulturnoozdorovchoi roboty v zakladakh osvity [Modern approaches to the organization of Physical Culture and Health work in educational institutions]. *Sumy: SumDPU im. A. S. Makarenka*, no. 3 (57), 340–347.
13. Sydorchenko, K. M. (2010). Stan zdorovia ta shliakhy yoho pokrashchennia u ditei shkilnoho viku u spetsialnykh medychnykh hrupakh [Health status and ways to improve it at school-age children in special medical groups]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu: zb. nauk. prats*, no. 8, 80–82.
14. Shyian, B. M. (2012). Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia shkoliariv [Theory and methods of Physical Education of schoolchildren]. Ternopil: Navchalna knyha: Bohdan, 304.

Стаття надійшла до редакції 26.02.2021 р.

УДК 796.035-057

ОПТИМІЗАЦІЯ ЗАНЯТЬ ІЗ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДИСТАНЦІЙНО В СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУПАХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Тетяна Павлун¹, Вікторія Кондратенко¹, Людмила Гомон¹,
Ігор Зайцев¹, Володимир Любимов¹, Геннадій Чекольба¹

¹Університет митної справи та фінансів, Дніпро, Україна, pavlun@ukr.net

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-26-32>

Анотація

У статті розкрито важливе завдання фізичного виховання в закладах вищої освіти для студентів, які займалися в спеціальних медичних групах, що набуває все більш вагомого значення в умовах карантинних обмежень у зв'язку з пандемією коронавірусу, коли організація занять із фізичного виховання проводиться дистанційно. **Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати особливості організації занять із фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп закладів вищої освіти в умовах роботи на відстані. Вихідним матеріалом для дослідження стали контрольні дані організації навчального процесу на відстані кафедрою фізичного виховання та спеціальної підготовки Університету митної справи та фінансів (м. Дніпро), що проводилася в 11 спеціальних медичних групах на п'яти факультетах протягом двох семестрів 2020 року. **Методи дослідження** – метод тестування студентів для оцінки стартового рівня фізичної підготовленості; метод контролю за функціональним станом серцево-судинної, дихальної систем, опорно-рухового апарату; педагогічний експеримент, спрямований на впровадження фізичного самовиховання студентів спеціальних медичних груп дистанційно. **Результати досліджень**. Виявлено особливості методики викладання дисципліни «фізичне виховання» в умовах дистанційного навчання закладів вищої освіти, розроблено методологію й процедуру педагогічного контролю за станом здоров'я студентів під час самостійних занять фізичним вихованням. **Висновки**. Проведені дослідження дають підставу рекомендувати організацію занять із фізичного виховання на відстані зі студентами спеціальних медичних груп у поєднанні з введенням додаткових контрольних заходів із боку викладача-модератора та організацією самоконтролю студентів за станом свого здоров'я.

Ключові слова: дистанційне навчання, спеціальні медичні групи, специфіка захворювань, контроль та самоконтроль за станом здоров'я.

Татьяна Павлун, Виктория Кондратенко, Людмила Гомон, Игорь Зайцев, Владимир Любимов, Геннадий Чекольба. Оптимизация занятий по физическому воспитанию дистанционно в специальной медицинской группе в высших учебных заведениях. В статье раскрывается важная задача физического воспитания в высших учебных заведениях для студентов специальных медицинских групп, что приобретает все более весомое значение в условиях карантина в связи с пандемией коронавируса, когда организация занятий по физическому воспитанию проводится дистанционно. **Цель исследования** – теоретически обосновать особенности организации занятий по физическому воспитанию студентов специальных медицинских групп высших учебных заведений в условиях работы на расстоянии. Исходным материалом для исследования стали данные организации учебного процесса на расстоянии кафедрой физического воспитания и специальной подготовки Университета таможенного дела и финансов (г. Днепр), проводившейся в 11 специальных медицинских группах на пяти факультетах в течение двух семестров 2020 года. **Методы исследования** – тестирование студентов для оценки стартового уровня физической подготовки, метод контроля за функциональным состоянием сердечно-сосудистой, дыхательной систем, опорно-двигательного аппарата; педагогический эксперимент, направленный на внедрение физического самовоспитания студентов специальных медицинских групп дистанционно. **Результаты исследований**. Выявлены особенности методики преподавания дисциплины «физическое воспитание» в условиях дистанционного обучения высших учебных заведений, разработаны методология и процедура педагогического контроля за состоянием здоровья студентов при самостоятельных занятиях физическим воспитанием. **Выводы**. Проведенные исследования дают основание рекомендовать организацию занятий по физическому воспитанию на расстоянии со студентами специальных медицинских групп в сочетании с введением дополнительных контрольных мероприятий со стороны преподавателя-модератора и организации самоконтроля студентов за состоянием своего здоровья.

Ключевые слова: дистанционное обучение, специальные медицинские группы, специфика заболеваний, контроль и самоконтроль за состоянием здоровья.

Tetiana Pavlun, Viktoriia Kondratenko, Liudmyla Homon, Ihor Zaitsev, Volodymyr Liubimov, Henadii Chekolba. Optimization of Physical Education E-Classes Learning for Special Medical Groups of Higher Education Institutions. Topicality. Physical Education e-classes learning for special medical groups in higher education institutions is becoming increasingly important in the context of quarantine restrictions in frame of coronavirus pandemic. **The Purpose of the Research** is theoretical substantiation of the physical education classes' organization for students of special medical groups in higher education institutions in terms of distance learning. **The Research Stuff** was the e-learning control data organization of Physical Education and Special Training Department of the University of Customs and Finance (Dnipro, Ukraine). The research was conducted in 11 special medical groups at five Faculties during two semesters of 2020. **Research Methods** are testing of students for assessing the initial level of their physical preparedness, the monitoring methods of the cardiovascular, respiratory, musculoskeletal system's functional status; pedagogical experiment aimed at introduction students' physical self-education in special medical groups in terms of distance learning. **Research Results.** The methodology peculiarities of teaching PE in terms of distance learning in higher education institutions, the methodology and procedure of pedagogical control over the students' health during their independent physical education classes have been identified. **Conclusions.** The conducted research has given the opportunities for recommendation the organization of Physical Education e-classes learning for special medical groups in combination with the additional control measures by the teacher-moderator and the students' health self-control organization.

Key words: e-learning, special medical groups, specifics of disease, control and self-control over the health status.

Вступ. Однією з провідних сторін розвитку особистості є фізичний розвиток, який безпосередньо пов'язаний зі здоров'ям людини. Він розвиває її фізичні якості, рухові навички, забезпечує фізичну підготовку молоді до життя, суспільно-громадської діяльності. У цьому зв'язку фізична освіта виступає спеціально організованим педагогічним процесом, що спрямований на набуття знань щодо всебічного фізичного розвитку студентської молоді, специфіку її підготовки до виконання соціальних обов'язків у суспільстві [1; 5; 9; 14].

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати особливості організації занять із фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп закладів вищої освіти в умовах роботи на відстані.

Вихідним матеріалом для дослідження стали контрольні дані організації навчального процесу на відстані кафедрою фізичного виховання та спеціальної підготовки Університету митної справи та фінансів (м. Дніпро), що проводилася в 11 спеціальних медичних групах на п'яти факультетах протягом двох семестрів 2020 р.

Методи дослідження – метод тестування студентів для оцінки стартового рівня фізичної підготовленості, метод контролю за функціональним станом серцево-судинної, дихальної систем, опорно-рухового апарату; педагогічний експеримент, спрямований на впровадження фізичного самовиховання студентів спеціальних медичних груп дистанційно.

Результати досліджень. Спрямованість навчальних занять із фізичного виховання в закладах вищої освіти (ЗВО) має яскраво виражений оздоровчо-відновлювальний характер і згідно з науково обґрунтованими рекомендаціями студенти спеціального відділення залежно від характеру захворювання входять до спеціальних медичних груп (СМГ) [3; 11; 12; 13; 15]. Ці групи комплектується зі студентів із яскраво вираженими істотними відхиленнями в стані здоров'я, часто – хронічного характеру. Заняття в СМГ мають проводитися відповідно до індивідуально-лікувальних програм і методик.

Однак на сьогодні існує низка проблем, пов'язаних із нечітко регламентованою системою визначення груп захворювання, формування спеціальної медичної групи за рівнем фізичної підготовленості [1; 2; 4]. Кількість студентів із послабленим здоров'ям, що не дає змоги займатися фізичною культурою за загальною державною програмою, становить у середньому, залежно від виду вищого навчального закладу, від 15 до 30 % [5; 7; 9]. На прикладі Університету митної справи та фінансів (м. Дніпро) кількість студентів, які належать до спеціальних медичних груп, становили за 2019–2020 роки відповідно:

- 1-й курс – 14 %;
- 2-й курс – 19 %;
- 3-й курс – 16 %.

Загалом, динаміка зростання чисельності студентів із відхиленням у здоров'ї за 2005–2015 рр. (дані по Академії митної служби України до реформування ЗВО у 2015 р.) становила + 0,1–0,15 % за рік. У зв'язку з цим посилюється значення сучасного напряму фізичної культури, об'єктом вивчення, впливу й оздоровлення якого є студенти з хворобами та фізичними дефектами, для яких

розробляються засоби та методи оздоровлення й адаптації до навчальної й трудової діяльності [6; 8, с. 155].

Пандемія COVID-19 ставить завдання організації навчального процесу на відстані з урахуванням карантинних обмежень відвідування занять у закладах освіти. Нові запити такої роботи формують уже фактично два останні семестри 2020, частково – 2021 р., тому можна говорити про певне зростання значення організації процесу фізичного самовиховання студентів, у тому числі й у спеціальних медичних групах.

Кожне заняття в СМГ узгоджується з відповідною темою програми, де передбачено такий перелік методичних заходів, що включає корективи практики фізичного виховання відповідно до специфіки захворювання та лікувальних обмежень:

- методика ефективних засобів оволодіння життєво важливими навичками;
- методика самооцінки працездатності;
- методика складання індивідуальних програм фізичного;
- методика основ самомасажу;
- методи оцінки та корекції постави й будови тіла;
- методи самоконтролю стану здоров'я;
- методи самоконтролю за функціональним станом організму.

Заняття мають виражену комплексну спрямованість на зразок загальної фізичної підготовки, із наголосом на вихованні анаеробної витривалості, оскільки саме вона забезпечує підвищення загальної фізичної працездатності, діяльності серцево-судинної та дихальної систем. Методика занять має переважно навчально-тренувальний характер, де моторна рухова щільність знижується на 25–30 %, інтенсивність навантаження за частотою серцевих скорочень коливається в межах 110–120 уд./хв [9, с. 40; 10].

До програми дисципліни «Фізичне виховання» Університету митної справи та фінансів у 2020/2021 навчальному році для студентів спеціальних медичних груп віднесено теми, що включають матеріали з основними положеннями стосовно:

- місця теми в комплексі конкретних заходів фізичних навантажень у зв'язку з певними фізичними захворюваннями;
- розкриття сутності конкретних хвороб чи наслідків фізичних травм;
- попередження можливих негативних наслідків за порушення методичних рекомендацій;
- рекомендації щодо оптимальних дозувань навантажень у самостійних заняттях [11].

У першій частині матеріалів подано детальні пояснення основних анатомічних та антропометричних механізмів, що порушуються за умов захворюваності, наприклад «Проблеми з хребтом: причини, види захворювань» (Що не любить хребет: зайва вага, важка фізична робота, постійна робота стоячи або незручне робоче місце). Далі викладаються медичні пояснення найпоширеніші захворювання хребта з описом причин і наслідків невиконання рекомендацій під час лікування: (*Остеохондроз*: регулярні навантаження на хребет й травми призводять до руйнування міжхребцевих дисків, що супроводжується постійними болями... *Сколиоз*: трьохплощинне викривлення хребта, формується, ще в дитинстві через захворювання сполучних тканин, порушення обміну речовин... *Ретролістез*: зміщення хребця назад найчастіше в шийному чи поперековому відділі, що супроводжується дискомфортом і болями...) тощо [7, с. 120–121].

Далі в матеріалах для самостійних занять студентів спеціальних медичних груп викладач рекомендує, як уникнути розвитку більшості цих захворювань, серйозних наслідків травм хребта та яких правил потрібно дотримуватися, зокрема:

- ергономічне робоче місце, яке дасть змогу тримати поставу рівною;
- зручне місце для сну, ортопедичні матраци та подушки, які сприяють розслабленню хребта в правильному положенні;
- правильне харчування;
- правильний розподіл навантажень під час перенесення важких предметів тощо.

Додатково розглядаються також і системи пасивних тренувань для зміцнення м'язів спини й хребта за рахунок їх усвідомленого напруження, коли хребет не страждає від необхідності брати на себе навантаження, а навпаки – витягується, скручується та стає більш рухливим. Ідеться, звичайно, про йогу, пілатес, калланетику, стретчинг та ін., що є ідеальними доповненнями до класичних вправ фізичного виховання в спецмедгрупах і мають право на життя, як незалежні техніки фізичної

культури [10, с. 28]. Крім зазначених видів пасивної гімнастики, для оздоровлення спини рекомендується плавання, де вода знімає навантаження з хребта, а правильна техніка витягує його й закачує м'язи спини.

Самоконтроль студентів за станом здоров'я в СМГ спрямований на максимальне сприяння правильному використанню засобів фізичної культури для зміцнення здоров'я в умовах наявності обмежень через хворобу чи травми в процесі навчання. У цьому зв'язку педагогічний контроль – це процес отримання інформації про вплив занять фізичними вправами на організм студентів із метою попередження можливих негативних наслідків під час порушення методичних рекомендацій та оптимальних навантажень на самостійних заняттях [10, с. 39].

Фактична реалізація педагогічного контролю загалом здійснюється через систему перевірок, що спеціально включаються в зміст занять.

До методів педагогічного контролю відносимо:

- аналіз робочої документації навчально-тренувального процесу;
- педагогічні спостереження під час занять;
- реєстрацію функціональних й інших показників;
- тестування різних сторін підготовки та ін.

Щодо контролю за станом здоров'я студентів спеціальних медичних груп, то тут роль і значення контролю значно зростають, адже порушення балансу навантажень на організм молодих людей може призвести навіть до крайніх форм погіршення здоров'я. В умовах дистанційного навчання викладачі фізичного виховання ЗВО в завданнях на освоєння тем та в демонстрації практичних занять наголошують на дотриманні всіх необхідних застережних заходів студентами відповідно до тих типів захворювань, які характерні для конкретних СМГ. Тобто йдеться фактично про самоконтроль студентів спеціальних медичних груп, самоспостереження за станом свого організму в процесі занять фізичними вправами [8, с. 22].

Самоконтроль студентам потрібно проводити у всі періоди занять і навіть під час відпочинку, оскільки він не лише дисциплінує молодих людей, але й привчає свідоміше ставитися до занять, дотримуватися правил особистої та суспільної гігієни, режиму навчання. Студентам, які навчаються на відстані, самоконтроль дає змогу вчасно виявити невідповідності функціональних можливостей організму рівню виконуваного ними фізичного навантаження й запобігти серйозним порушенням, запобігти шкоді організму ослабленого захворюванням. Та враховуючи особливості сучасного життя студентської молоді в умовах навчання на відстані та фактично без очного контролю викладача, такі завдання самоконтролю мають бути кращими.

До самоконтролю з обліку суб'єктивних показників можемо віднести:

- настроїв, що відображає психічний стан студентів;
- самопочуття як важливий показник оцінки фізичного стану, впливу фізичних вправ на організм;
- стомлення, що виявляється в зниженні працездатності в результаті виконаних вправ;
- відпочинок під час сну, який має вирішальне значення для відновлення нервової системи;
- відчуття апетиту як показник потреб організму в енергетичних речовинах;
- працездатність, що в динаміці повинна збільшуватися під час правильного виконання програми фізичного виховання.

До самоконтролю з обліку об'єктивних показників відносимо:

- частоту серцевих скорочень (пульс), що характеризують стан серцево-судинної системи і її реакції на фізичні навантаження;
- вагу тіла відповідно до зросту та віку (вираховуються за відповідними індексами);
- артеріальний тиск (АТ), порушення якого поза нормою має бути сигналом до занепокоєння;
- частота дихання як один з основних біомаркерів, що визначають число дихальних рухів, а отже, і про здатність організму витримувати навантаження тощо.

Саме ці основні показники стану здоров'я (самопочуття) під час проведення навчальних самостійних занять студентами повинні перебувати в зоні уваги як студента, так і викладача на відстані. Із боку студента СМГ такий контроль за наведеними показниками має бути відображений в електронній робочій документації навчально-тренувального процесу. Передусім, це стосується «Щоденника самоконтролю» студента потижневого циклу занять із фізичного виховання. Робиться він у довільній формі в електронному доступі для викладача з акцентом на відображення обліку

основних показників (суб'єктивних й об'єктивних) реакції організму на комплекси вправ за темами відповідно до специфіки захворювання. Зразок схеми такого щоденника подано в методичних рекомендаціях «Заняття зі спеціальною медичною групою» кафедри фізичного виховання та спецпідготовки Університету митної служби та фінансів [12, с. 18–20].

Зі свого боку, викладач має регулярно перевіряти щоденник з основних показників реакції організму на ті чи інші комплекси вправ, відслідковувати динаміку змін, особливо за фізіологічними кривими навантаженнями (пульс, тиск, частота дихання в спокої за 1 хв після закінчення вправи тощо). Такі документи контролю дасть змогу викладачу-модератору більш ефективно організувати навчально-тренувальний процес і своєчасно вносити до нього корективи в разі прояву його негативних наслідків через систему корекції фізичних навантажень.

Дискусія. Абсолютизація думки щодо спрямованості занять із фізичного виховання лише до оздоровчого ефекту, диференційованого підходу та професійно-прикладної спеціалізації (Волков В. Л., 2008; Вінярська Т., Ковтун А., 2014) вимагає, на нашу думку, доповнення принципами наскрізного педагогічного контролю та розширення сфери самовиховання студентів в умовах дистанційного навчання. Виходимо з того, що важливим компонентом високої працездатності й життєздатності виступає принцип уключення студентів різного рівня фізичної підготовки й стану здоров'я до занять фізичною культурою на основі класичних науково обґрунтованих програм із фізичного виховання (Бойчук Т. 2007; Круцевич Т. Ю., 2008; Грибан Г. П., 2012; Присяжнюк С. І., 2013; Р. Т. Раєвський, С. М. Канішевський, 2015 та ін.). Ми спираємося на наш практичний досвід, що свідчить про правильність формування студентів спеціальної медичної групи за рівнем фізичної підготовленості. Увага й необхідність створення особливих умов організації навчального процесу на засадах самостійних занять студентів розкриваються в дослідженнях Іващенко, Л. Я., Кащенко Л. Я., Страшко Н. П., Дубогай О. Д., Завацький В. І., 2008, Індики С., 2015, які автори доповнили своїми висновками щодо соціально-економічного пріоритету результатів навчального процесу. Нові методики викладання дисципліни «Фізичне виховання» в спеціальних медичних групах (автори монографій Голубович А. М., Котова Л. І., Микитюк Є. П., 2003; Корж Ю. М., 2007, Пилипей Л. П., Самойлович В. А., 2008 й ін.) практично перевірені нами на заняттях із фізичного виховання в Університеті митної справи та фінансів (м. Дніпро) [12; 8–14] і доповнені висновками, що зміст та рівень навантаження на заняттях із фізичного виховання в закладах вищої освіти має бути організований диференційовано з постійним моніторингом стану здоров'я студентів викладачами.

Висновки. У сучасних умовах зменшення рухової активності молоді є одним із багатьох негативних чинників, що призводить до збільшення кількості хвороб, зниження стійкості імунної системи тощо і, як наслідок – призводить до скорочення тривалості життя та перешкоджає нормальній плідній життєдіяльності людини.

Організація фізичного виховання студентської молоді проводиться в ЗВО України згідно з навчальними програмами та на основі певної диференціації студентів у групах згідно з критеріями стану їхнього здоров'я й має яскраво виражений оздоровчо-відновлювальний характер. Однак існують певні проблеми з обґрунтуванням характеру захворювання та з визначенням критеріїв зарахування до спеціальних медичних груп.

В умовах ведення дистанційного навчання в ЗВО акцент в організації цього процесу переноситься на самостійне виконання програм фізичного виховання, що гостро ставить перед викладачами завдання контролю за станом здоров'я студентів СМГ. У цих умовах зростає значення ведення студентами контрольних робочих документів навчально-тренувального процесу щодо динаміки стану здоров'я.

Зростає роль самоконтролю студентів за своїм здоров'ям під час виконання завдань із дисципліни «Фізичне виховання», що потребує від викладача спеціальних медичних груп не лише посилення його ролі як технічного модератора, але і як педагога-контролера оздоровчого процесу.

Джерела та література

1. Боднар І. Р. Інтегративне фізичне виховання школярів різних медичних груп: монографія. Львів: ЛДУФК. 2014. 300 с. URL: <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/>.
2. Волков В.Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді: навч. посіб. Київ: Освіта України, 2008. 256 с.
3. Вінярська Т., Ковтун А. Мотивація студентів ВНЗ до спеціально організованої рухової активності з урахуванням їх психофізіологічного стану. *Спортивний вісник Придністров'я*. 2014. Вип. 1. С. 28–33. URL: <http://znp.udpu.edu.ua > article > view>

4. Грибан Г. П. Особливості фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів України. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. 2014. Вип. 118. С. 88–93.
5. Деделюк Н., Ковальчук Н., Ващук Л., Томащук О., Санюк В., Савчук С. Модель організації спортивно-оздоровчої діяльності студентів вищих навчальних закладів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць. 2018. № 1, 41. С. 46–50.
6. Индика С. Динаміка клініко-анамнестичних даних хворих після інфаркту міокарда під впливом застосування авторської програми фізичної реабілітації в домашніх умовах. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць. 2015. № 4 (32). С. 170–175.
7. Корж Ю. М. Практикум з теорії і методики лікувальної фізичної культури: навч. посіб. для студентів спец. «Фізична реабілітація». Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2007. 184 с.
8. Кузнєцова О. Т. Оздоровче тренування студентів: навч. посіб. Київ: Вид-во Європ. ун-ту, 2010. С. 37–42.
9. Марченко О. Ю. Вплив занять спортом на формування загальних життєвих та ціннісних орієнтацій студентів ВНЗ. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фіз. виховання і спорту*. 2011. № 3. С. 108–111.
10. Ольховик А. В., Бурла А. М. Фізичне виховання студентів спеціальної медичної групи: робоча прогр. з навч. дисципліни «Фізичне виховання студентів спеціальної медичної групи із захворюванням на вегето-судинну дистонію за змішаним типом». Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2014. 160 с.
11. Павлун Т. О., Гомон Л. В. Методичні рекомендації «Заняття зі спеціальною медичною групою». Дніпро: УМСФ, 2018. 21 с.
12. Пилипей Л. П., Самойлович В. А. Методичні рекомендації до навчальних занять з фізичної культури в спеціальній медичній групі. Слов'янськ: СДПУ, 2008. 38 с.
13. Раєвський Р. Т. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів вищих навчальних закладів: навч.-метод. посіб. Одеса: Наука і техніка, 2015. 380 с.
14. Тімчук-Скоропад К., Павлова І. (2019). Критерії вибору та зміст фізичної терапії осіб із хронічним обструктивним захворюванням легень. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві*. № 4 (48). С. 96–108.
15. Яців Я. М., Полатайко Ю. О., Лапковський Е. Й., Дума З. В., Маланюк Л. Б., Пятничук Г. О., Синиця А. В., Хохлова Л. А. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах: метод. рек. Івано-Франківськ: Місто-НВ., 2012. 47 с.

References

1. Bodnar, I. R. (2014). *Integratyvne fizychnе vykhovannia shkoliariv riznykh medychnykh hrup* [Integrative physical education of schoolchildren of different medical groups]. Monohrafiia. Lviv: LDUFK, 300. URL: <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream>.
2. Volkov, V. L. (2008). *Osnovy teorii ta metodyky fizychnoi pidhotovky studentskoi molodi* [Fundamentals of physical training theory and methods of students` youth]: Navchalnyi posibnyk. Kyiv, Osvita Ukrainy, 256. Волков В.Л.
3. Viniarska, T., Kovtun, A. (2014). *Motyvatsiia studentiv VNZ do spetsialno orhanizovanoi rukhovoї aktyvnosti z urakhuvanniam yikh psykhofiziolohichnoho stanu* [Motivation of university students to specially organized motor activity taking into account their psychophysiological status]. *Sportyvnyi visnyk Prydnistrovia*, vyp. 1. 28–33. URL: <http://znp.udpu.edu.ua>.
4. Hryban, H. P. (2014). *Osoblyvosti fizychnoi pidhotovlenosti studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv Ukrainy* [Features of students` physical fitness of higher educational institutions of Ukraine]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T. H. Shevchenka*, vyp. 118, 88–93.
5. Dedeliuk, N., Kovalchuk, N., Vashchuk, L., Tomashchuk, O., Saniuk, V., Savchuk, S. (2018). *Model orhanizatsii sportyvno-ozdorovchoi diialnosti studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv* [Model of students` sports and health activities organization in higher educational institutions]. *Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*: zbirnyk naukovykh prats, no. 1, 46–50.
6. Indyka, S. (2015). *Dynamika kliniko-anamnestychnykh danykh khvorykh pislia infarktu miokarda pid vplyvom zastosuvannia avtorskoi prohramy fizychnoi rehabilitatsii v domashnikh umovakh* [Dynamics of clinical and anamnestic data of patients after myocardial infarction under the author`s home program on physical rehabilitation]. *Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*: zbirnyk naukovykh prats, no. 4, (32), 170–175.
7. Korzh, Yu. M. (2007). *Praktykum z teorii i metodyky likuvalnoi fizychnoi kultury* [Workshop on the theory and methods of therapeutic physical culture]: navch. posibnyk dlia stud. spets. Fizychna rehabilitatsiia. Sumy: SumDPU im. A. S. Makarenka, 184.
8. Kuznetsova, O. T. (2010). *Ozdorovche trenuvannia studentiv* [Health training of students]: navch. posib. Kyiv, Vyd-vo Yevropeiskoho un-tu, 37–42.

9. Marchenko, O. Yu. (2011). Vplyv zaniat sportom na formuvannia zahalnykh zhyttievkykh ta tsinnisnykh oriientsatsii studentiv VNZ [The influence of sports on the formation of general life and value orientations of university students.]. *Pedahohika, psykholohiia ta med. -biol. probl. fiz. vykhovannia i sportu*, no. 3. 108–111.
10. Olkhovyk, A. V., Burla, A. M. (2014). Fizychnе vykhovannia studentiv spetsialnoi medychnoi hrupy [Physical education of students` special medical group]: Robocha prohrama z navchalnoi dystsypliny fizychnе vykhovannia studentiv spetsialnoi medychnoi hrupy iz zakhvoriuvanniam na veheto-sudynnu dystoniiu za zmishanyim typom). Sumy: SumDPU im. A. S. Makarenka, 160.
11. Pavlun, T. O, Gomon, L. V. (2018). Metodychni rekomendatsii: Zaniattia zi spetsialnoiu medychnoiu hrupoiu [Methodical Recommendations on Classes with a Special Medical Group]. Dnipro, UMSF, 21. .
12. Pylypei, L. P., Samoilych, V. A. (2008). Metodychni rekomendatsii do navchalnykh zaniat z fizychnoi kultury v spetsialnii medychnii hrupi [Methodical recommendations for physical education classes in a special medical group]. Sloviansk, SDPU, 38.
13. Raievskiy, R. T. (2015). Profesiino-prykladna fizychna pidhotovka studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv [Professional and applied students` physical training in higher educational institutions]: navch.-metod. posib. Odesa, Nauka i tekhnika, 380.
14. Timchuk-Skoropad, K. Pavlova, I. (2019). Kryterii vyboru ta zmist fizychnoi terapii osib iz khronichnym obstruktyvnyim zakhvoriuvanniam lehen [Selection criteria and content of physical therapy for persons with chronic obstructive pulmonary disease]. *Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*, no. 4 (48), 96–108.
15. Iatsiv, Ya. M., Polataiko, Yu. O., Lapkovskiy, E. I., Duma, Z.V., Malaniuk L. B., Piatnychuk, H. O., Synytsia, A. V., Khokhlova L. A. (2012). Osoblyvosti fizychnoho vykhovannia u spetsialnykh medychnykh hrupakh [Features of physical education in special medical groups]: metodychni rekomendatsii. Ivano-Frankivsk: Misto-NV, 47.

Стаття надійшла до редакції 18.01.2021 р.

ACCESSIBILITY OF MICROSOFT TEAMS AND MOODLE SERVICES FOR THE IMPLEMENTATION OF E-LEARNING FOR STUDENTS WITH DISABILITIES IN INSTITUTIONS OF HIGHER EDUCATION IN UKRAINE

Oksana Khomik¹, Nataliia Bielikova², Svitlana Indyka², Oksana Kovalchuk³, Olena Tomaschuk², Viktor Halan-Vlashchuk²

¹Academy of Recreational Technologies and Law, Lutsk, Ukraine, Okshom2017@ukr.net

²Lesya Ukrainka Volyn National University, Lutsk, Ukraine, belikova.natalia@vnu.edu.ua

³Technical College of Lutsk National Technical University, Lutsk, Ukraine

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-33-42>

Abstracts

The current study investigates the ways to increase accessibility to higher education for students with disabilities. The importance of implementation e-learning for such students as one of the preconditions for effective social and psychological adaptation and further successful integration of persons with disabilities into society is emphasized. A survey of students with disabilities was conducted to identify their needs in educational process. The main difficulties that they overcome in the process of education in institutions of higher education are identified. The main peculiarities and advantages of the distance learning course «Adaptive Physical Education» are described created in the Moodle system. The differences and benefits of Microsoft Teams over the Moodle platform in the process of e-learning for students with disabilities are described. The process of organizing of «Adaptive Physical Education» distance learning course for students with disabilities on the Microsoft Teams platform and the purpose of implementation it in the institution of higher education are emphasized.

Key words: students with disabilities, learning accessibility, e-learning, Microsoft Teams, Moodle, institutions of higher education.

Оксана Хомік, Наталія Бєлікова, Світлана Індика, Оксана Ковальчук, Олена Томашук, Віктор Галан-Влашук. Доступність платформ Microsoft і Moodle для впровадження електронного навчання студентам з інвалідностями в закладах вищої освіти України. У поточному дослідженні проведено аналіз шляхів збільшення доступності вищої освіти для студентів з обмеженими можливостями. Підкреслено важливість упровадження електронного навчання для таких студентів, як однієї з передумов ефективної соціальної й психологічної адаптації та подальшої успішної інтеграції людей з інвалідністю в суспільство. Для виявлення їхніх потреб у навчальному процесі проведено опитування студентів-інвалідів. Визначено основні труднощі, які вони долають у процесі навчання у вищих навчальних закладах. Описано основні особливості та переваги дистанційного курсу «Адаптивне фізичне виховання», створеного в системі Moodle. Описано відмінності й переваги Microsoft Teams від платформи Moodle у процесі електронного навчання для студентів з обмеженими можливостями. Наголошено на процесі організації дистанційного курсу «Адаптивне фізичне виховання» для студентів з обмеженими можливостями на платформі Microsoft Teams та на меті його впровадження у вищому навчальному закладі.

Ключові слова: студенти з обмеженими можливостями, доступність навчання, електронне навчання, Microsoft Teams, Moodle, вищі заклади освіти.

Оксана Хомик, Наталья Беликова, Светлана Индыка, Оксана Ковальчук, Елена Томашук, Виктор Галан-Влашук. Доступность платформ Microsoft и Moodle для внедрения электронного обучения студентам с инвалидностью в учреждениях высшего образования Украины. В работе исследуются пути увеличения доступности высшего образования для студентов с ограниченными возможностями. Подчеркивается важность внедрения электронного обучения для таких студентов как одной из предпосылок эффективной социальной и психологической адаптации и дальнейшей успешной интеграции людей с инвалидностью в общество. Для выявления их потребностей в учебном процессе проводился опрос студентов-инвалидов. Определены основные трудности, которые они преодолевают в процессе обучения в высших учебных заведениях. Описаны основные особенности и преимущества дистанционного курса «Адаптивное физическое воспитание», созданного в системе Moodle. Описаны различия и преимущества Microsoft Teams от платформы Moodle в процессе электронного обучения для студентов с ограниченными возможностями. Отмечается важность процесса организации дистанционного курса «Адаптивное физическое воспитание» для студентов с

ограниченными возможностями на платформе Microsoft Teams и цель его внедрения в высшем учебном заведении.

Ключевые слова: студенты с ограниченными возможностями, доступность обучения, электронное обучение, Microsoft Teams, Moodle, высшие учебные заведения.

Introduction. In the context of globalization processes, there is a rapid development of the information society, which is characterized by a large number of various sources of information. Under these circumstances, the educational institutions of Ukraine face the task of forming a person who successfully realizes himself in his chosen profession. The increasing number of people with disabilities in the world, in particular young people who need to obtain the high-quality education, has led to increased requirements for institutions of higher education to create appropriate conditions for the accessibility and support of students with disabilities.

Higher education, as a process and result of professional formation and development of personality, a system of mastering certain knowledge and skills in a specific professional activity, plays an important role in the social rehabilitation of persons with disabilities, as it provides them with orientation in the world of professions, creates a basis for the implementation of the principle equal opportunities for citizens of all categories. One of the effective conditions for the implementation of this principle is e-learning as the most accessible and open form of organizing the educational process for people who have physical limitations to obtain a full education and are forced to study at home.

Information and Communication Technologies (ICT) can be a powerful tool in supporting education and inclusion for persons with disabilities. Technological development can enable people to improve their quality of life [1].

As people with disabilities include people who have medical restrictions for full-time education and for whom mobility is difficult, e-learning may be the only accessible form of education.

The current conditions of the electronic environment development dictate the teachers to use different platforms. They can provide creation of e-learning environment for students with disabilities. They include social networks and blogs, programs for video chat and conferences, 3D communication systems, cloud services. The use of popular social networks one can effectively organize team work, long-term project activities, continuous mobile education and self-education. Resulting from it, institutions of higher education are faced with the question of finding optimal models and technologies for the implementation of inclusive higher education, which allows forming professional competences, and providing effective social and psychological adaptation of students with disabilities with the successful integration into society.

Literature Review and Research Problem. The hope for productive life and new opportunities for persons with disabilities is given by e-learning, which allows overcoming many other problems, such as the street barrier, bureaucracy and injustice, social sphere. E-learning allows obtaining professional education for persons with disabilities who have mobility impairment due to some illness or physical disabilities. It is necessary for modern technical devices to be adapted for use by persons with nosological diagnosis, with mobility impairment, with sensory deprivation, etc.

Dissemination of distance education among student youth was made possible by the widespread introduction of Internet technologies and the need to modernize the educational process. The development and implementation of innovative approaches based on the use of powerful opportunities of information and communication technologies, in particular the Internet, has become one of the priority areas of modernization of educational content. The emergence of electronic educational resources and services aimed at providing distance and mobile learning has led to increased opportunities for basic and advanced education, lifelong learning and etc. Taking this into account, by the term “e-learning” we will understand the learning system that is implemented with through information and communication technologies, in particular the Internet. E-learning can include many types of media that provide text, audio, images, animations, streaming video, and technology programs and processes such as video and audio cassettes, satellite television, computer-based training, web-based training, and things like that.

The continuous progress of ICT raised the need to move toward improving the learning quality applied in education and training systems by addressing new perspective and opportunities. E-learning emerges as the answer to fulfill that need [3] and vouches to attend the learning needs of the students in a personalized and inclusive way. Actually, there is no shortage of optimism about the potential of e-learning to reduce barriers to education and improve the lives of individuals with disabilities [2; 5].

In this context, many researches developed specific tools dealing with specific needs for people with disabilities [6; 7; 10;]. A significant part of researches is devoted to the innovative component of the

e-learning environment. Spanish scientists have set up web-based laboratories for distance education [4] that help illustrate natural phenomena and processes without costly sophisticated equipment. It is interesting to use Internet resources for predicting students' final grades [9] Moodle and social network integration projects are gaining ground. The authors take up the position [8] that Facebook is an interesting interactive tool for learning. Students feel themselves safer and more comfortable with peer feedback, communicating with colleagues in a relaxed atmosphere.

These guidelines are mainly based on the following four criteria:

- perceivable – information and user interface components must be presentable to users in ways they can perceive,
- operable – user interface components and navigation must be operable,
- understandable – information and the operation of user interface must be understandable,
- robust – content must be robust enough that it can be interpreted reliably by a wide variety of user agents, including assistive technologies [7].

Thus, the development of accessible educational environments is the basis for addressing the barriers that people with disabilities may encounter when accessing these learning technologies.

An analysis of the study of this problem indicates that, support for the inclusion and support of person with disabilities in lifelong learning in Ukraine is, unfortunately, not yet well understood. Given this urgency, the problem of choosing the best technologies in an inclusive higher education environment becomes more important. Therefore, the problem of identifying ways to improve the quality of learning of students with disabilities through e-learning is currently of great interest.

Aim and Objectives of the Study. The conducted research aimed to analyze the accessibility of using Microsoft Teams and Moodle services for e-learning of students with disabilities in institutions of higher education of Ukraine.

For this purpose the following tasks were investigated:

- to describe ways to increase the accessibility of higher education for students with disabilities;
- to monitor the needs of students with disabilities in the process of higher education;
- identify the main difficulties that students with disabilities overcome in their studies in institutions of higher education;
- to characterize the main advantages of studying the course «Adaptive Physical Education» created in the Moodle system;
- describe the differences and benefits of Microsoft Teams over the Moodle platform in the process of distance learning for students with disabilities;
- to present the process of organizing the «Adaptive Physical Education» e-learning course on the Microsoft Teams platform.

Research Methodology. To determine the ways of accessibility of higher education for students with disabilities such methods as analysis of philosophical, psycho-pedagogical, scientific and technical literature on this problem were used.

The needs and difficulties of students with disabilities in higher education were substantiated based on a survey of 26 students with disabilities who study in the specialties of physical education at Lesia Ukrainka Eastern European National University (Lutsk) and 18 students of the Academy of Recreational Technologies and Law (Lutsk).

To analyze the main features and benefits of the Moodle and Microsoft Teams e-services, a distance learning course «Adaptive Physical Education» was created. This course was practically tested during lectures, practical classes and during the passing final tests by students with disabilities.

Research Results. The training of students with disabilities in institutions of higher education involves the students' mastering of the higher education standard of higher educations in special adapted conditions, which take into account the special needs of such students. In this regard, determining the needs of students is of key importance. They determine the nature and direction of the necessary adaptation of the environment of the educational institution, which ensured the successful adoption by students with disabilities of the normative content of the educational program. In this case, we mean individual needs, manifested in a particular person, as well as some typological needs specific to persons belonging to a particular nosological group. And it is typological needs that set the general universal framework for adapting the conditions for obtaining knowledge in higher education institutions in an inclusive format.

The range of these needs was determined as a result of monitoring 26 students with disabilities at Lesia Ukrainka Eastern European National University (Lutsk) and 18 students of the Academy of Recreational Technologies and Law (Lutsk) studying in the specialties of physical education.

The results of survey of 44 respondents with disabilities made it possible to identify the following needs for higher education:

- the need for an individual training schedule that provides the possibility of missing classes for medical reasons;
- the need for training audiences equipped with special tools;
- the need for presence and navigation support facilities in educational institutions;
- the need for volunteers to assist with social rehabilitation support;
- the need for internship in a special format and mode;
- the need for training in the development of communication skills;
- the need to diagnose individual psychological characteristics of the individual;
- the need for hardware and technical support for independent work.

In addition, the results of the survey made it possible to identify the main difficulties that students with disabilities overcome in their studies in institutions of higher education. They include:

- difficulties in the perception and fixation of educational information at lectures and seminars;
- difficulties in establishing productive interaction with teachers;
- difficulties in designing and presenting the results of independent work;
- difficulties in establishing informal communication in the student environment;
- difficulties in conducting leisure activities;
- difficulties in orienting on the subject-space environment and social and residential infrastructure of the higher education institution;
- difficulties in using modern technical means of rehabilitation and educational purposes.

The possibility of higher education for persons with disabilities is closely connected with the disability group with the degree and type of health disorder (physical, mental, intellectual or sensory impairment). In particular, people with mental disabilities (mental illness, nervous system disorders and impaired developmental) are less involved in the educational process. They have minimal opportunities for obtaining the higher education.

Persons with visual and hearing impairments, because of the specificity of the diseases, are very limited in their ability to obtain information in the ordinary sense. This leads to difficulties with the simultaneous perception, note-taking and comprehension of the educational material. Hence, there is a need for barrier-free access to teaching materials for such students. The institutions of higher education of Ukraine are minimum equipped with special teaching aids and methods, and they do not have in their staff teachers who have been specially trained to work with this category of students. Equipping the educational process with new training tools is being carried out for all educational recipients. As a rule, there are no separate items of expenditure for the modernization of special educational programs for the persons with visual and hearing impairments. This fact makes impossible the participation of persons with visual and hearing impairments in the educational process.

Considering the conducted research, it becomes obvious that students with disabilities have special needs of the educational plan related to obtaining educational information in accessible format, mastering the content of education in health-saving mode, social needs related to social and spatial orientation, as well as the needs of business and informal communication and integration into society.

The given needs in their totality dictate the need to create in the institutions of higher education conditions that could take into account the opportunities of students with disabilities. The introduction of e-learning is one of the most important areas for improving the students' training with health problems in a contemporary institution of higher education.

Nowadays, it is necessary to use various e-learning organization services that can be applied to the educational process of students in the institutions of higher education. Moodle and Microsoft Teams may be the most appropriate e-learning platforms for students at Lesia Ukrainka Eastern European National University and the Academy of Recreational Technology and Law. To determine the peculiarities and benefits of each of these e-learning systems, we have prepared a training course «Adaptive Physical Education» for students with disabilities.

The Moodle Platform (Modular Object-Oriented Dynamic Learning Environment) is a free, open-source learning management system that implements the philosophy of «social constructivism pedagogy» and is focused on organizing teacher-student interaction, although suitable for organizing traditional courses as well as supporting full-time learning. It is a system that contains all the courses of the disciplines and each student can enter this system and work with some course.

Moodle is adaptable (contains advanced tools and methods that provide individualized learning), long-term (educational platform meets information technology requirements in education and provides the opportunity to make changes to distance courses without reprogramming), accessibility (is possible to work in the distance regardless of place and time, the main condition is to connect to the Internet), economy (this is a free, open source).

The elements and resources of the Moodle Information Environment have provided us with great opportunities to create «Adaptive Physical Education» course. After all, the typical Moodle functionality contains such interactive tools for joint problem solving such as wiki, glossary, blog, forum, chat. They provide for the exchange of information in the mode «teacher-student», «student-student», are communicatively directed and contribute to the formation of professional competence of future specialists. Forums are designed to discuss a specific topic among all participants in the learning process. Messages can include attachments, graphic elements, and more. The forum is convenient to use for discussions, consultations with students, seminars, it allows the teacher to check the degree of mastering students' necessary knowledge and skills on a particular issue.

Chat is an effective online communication tool that allows students to communicate in real time. Chat can be used as a learning element to solve a particular creative problem. In this case, the assessment can be carried out by both the teacher and other students.

The Moodle Glossary is an electronic analogue of the Special Terms Dictionary. Its difference from the traditional vocabulary is that the glossary can be consistently created by students throughout the study period. That is why the designated element of the course is considered interactive. A student can provide a definition of a term and describe its properties by creating a mini-article. Other course participants have the opportunity to comment on this article, to offer their options for defining the concept.

The use of the Moodle system in the process of teaching students with disabilities and the creation of an e-learning course «Adaptive Physical Education» allowed the teacher to create educational and methodological support for it, which can be further modified, expanded, supplemented and adjusted (fig. 1).

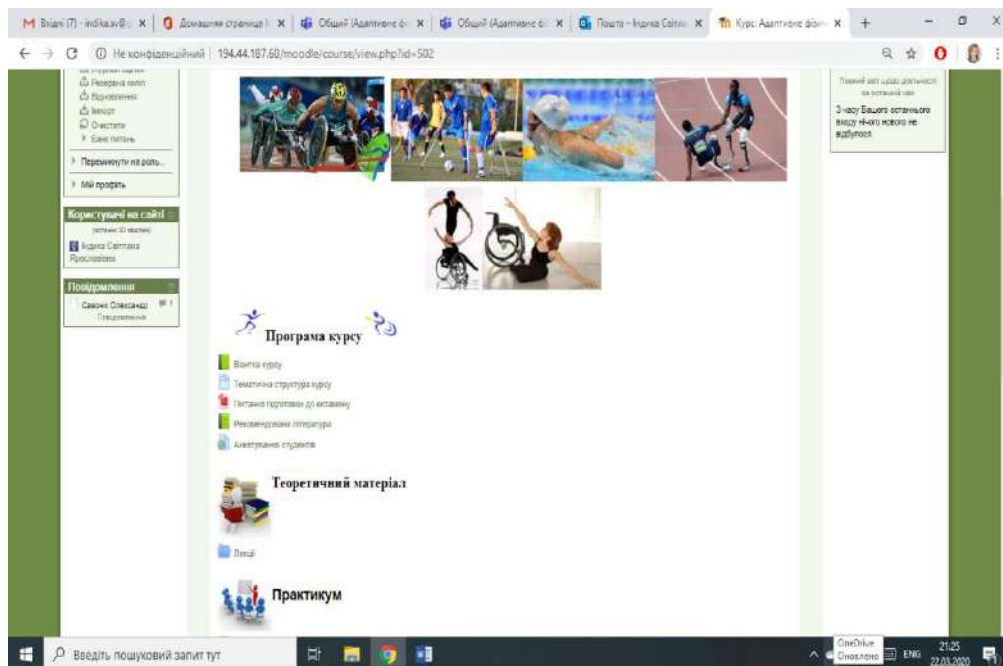


Fig. 1. The View of the Moodle Platform Window, where the Educational and Methodological Support of the Discipline «Adaptive Physical Education» has been Created

The advantage of the Moodle platform is the ability to use text, video and audio materials in the process of organizing the learning process; the use of various types of tests, questionnaires for conducting control and self-control of students' knowledge; setting the required deadlines for students to complete the tasks.

The platform has an automated system for rating students' independent work (fig. 2).

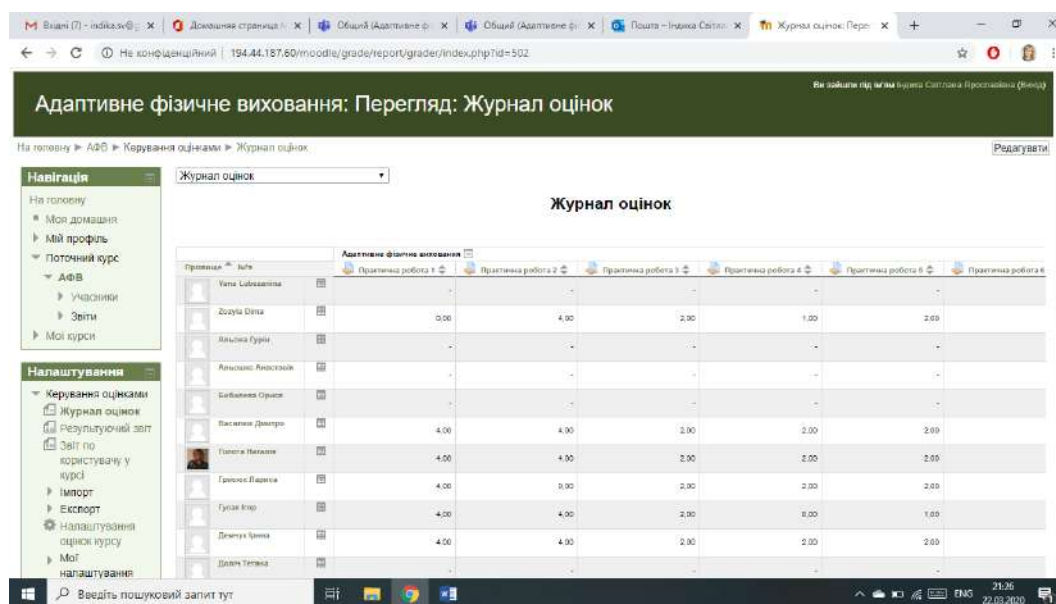


Fig. 2. A View of the Moodle Platform, where Student Assessment Journal for the Discipline «Adaptive Physical Education» has been Created

Therefore, Moodle system provides students with:

- gaining access to logically structured and completed educational and methodical material, improves conditions for self-mastering by the content of discipline;
- extended access to Internet resources;
- distance learning of educational material;
- pre-term session passing.

However, the disadvantage of using the Moodle platform to teach students with disabilities is the lack of personal communication with the teacher and students of the group.

Unlike the Moodle environment, Microsoft Teams has the primary focus of online lessons, collaborating on documents, presentations and applications in real time. With multimedia tools and feedback, the service enables remote learners to be present in the classroom. The teacher, in turn, has the opportunity to conduct interactive lessons in more natural manner, using high-definition video for individual interaction with students. Microsoft Teams offers technologies for clear audio and video transmission, data sharing and individual sessions for collaborative and personalized learning that simplify the learning process.

The Microsoft Teams platform is a new workspace on base of chat in Office 365. It is a new type of workspace where you can connect with the right people, talk, or find the right tools and content. Microsoft Teams allows members of the workgroup to organize online meetings, hold audio and video conferences, publish news and general documents within the team workspace, plan team members' joint activities, and connect additional Microsoft online services.

Microsoft Teams is the only platform that allows you effectively use the full diversity of Office 365 features and capabilities, so it can be called a team center. Word, Excel, PowerPoint, SharePoint, OneNote, Scheduler, Power BI, and Delve are built into Microsoft Teams, so all tools and data are always at your fingertips. Intelligent services based on Microsoft Graph technology help you get and share important information in a timely manner. Microsoft Teams also includes Office 365 Groups, a membership management service that makes it easy to switch from one collaboration tool to another while maintaining context and sharing files with other users.

To study this course, the Microsoft Teams platform allows the creation of online group called «Adaptive Physical Education», which includes students who have studied the discipline and the teacher.

Microsoft Teams has built in services Office 365. This allows the teacher to complete «Adaptive Physical Education» in OneNote. The system provides effective opportunities for organizing a fascinating learning process. The teacher can download documents, PowerPoint presentations, videos, demo software, animated videos, thus keeping students' attention. Group members, in turn, can work together on these documents and take an active part in discussing the topic of the lecture (fig. 3).

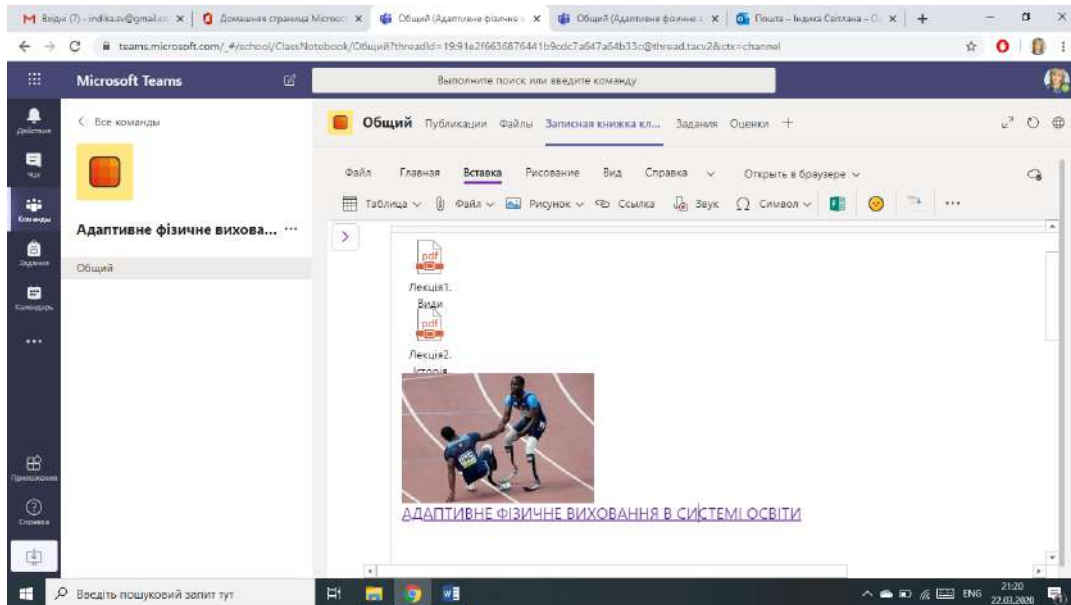


Fig. 3. A View of the Microsoft Teams Platform Displaying the Content of the «Adaptive Physical Education» Course

Through group and private audio and video calls, the Teams platform provides video lectures during which students can see and hear the lecturer and ask questions as they understand unclear concepts. All participants in the training group are provided with a reliable and clear sound transmission using a telephone or a personal computer equipped with the necessary parameters (fig. 4).

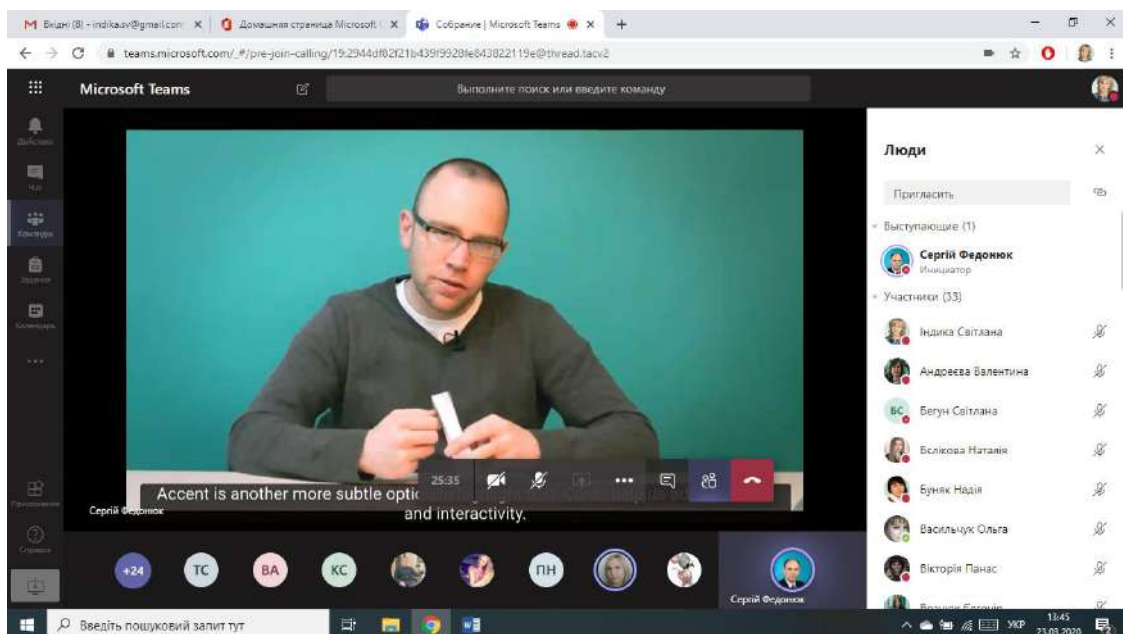


Fig. 4. The View of the Microsoft Teams Platform where the Video Lecturing Process Takes Place

«Teams» is a team-based space based on 4 key ideas: chat, interaction center, individual customization and secure protection. In Microsoft Teams, chats are organized through conversations. Due to this, it is

possible to conduct practical classes in a convenient format, when a created group has the opportunity to actively participate in the discussion of the topic of the lesson, which is presented for elaboration and to show their materials. When organizing communication, group members can create separate topics. Themes can be customized with a help of function Tabs, which provides quick access to frequently used documents and applications. You can apply this function to Office 365 services such as OneNote, SharePoint, and Planner. Chats are divided into collective groups, when the correspondence is visible to all participants of the group and individual, the contents of which are visible only for two participants (teacher and student). Besides using chat, a student during practical class can join the discussion using voice capabilities, including a microphone.

To evaluate the effectiveness of student learning, the teacher may conduct electronic testing. The Teams system supports different types of tests: with multiple answer options, with yes/no answers, with an answer box and an abstract format (fig. 5).

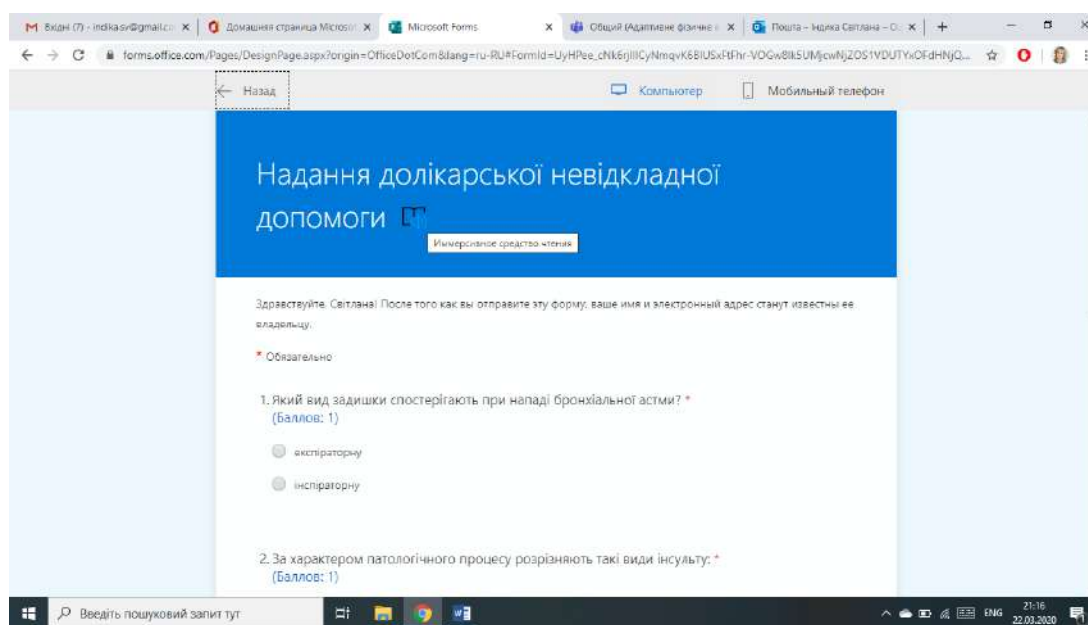


Fig. 5. A View of the Microsoft Teams Platform Showing one of the Options for Student Assessment Tests

The effectiveness of the knowledge-testing process is enhanced by the automatic evaluation function. After the student has completed the test assignments, the teacher receives an e-mail with a completed grade.

One of the peculiarities of Microsoft Teams is the ability to send e-mails to all members of the group, saving formatting (Markdown) and attachments. You can also receive comments on the email and alerts. And a library of emoji, GIFs, custom stickers and memes makes it possible to bring something interesting and personal into the digital workspace.

For convenience in operation, Microsoft has added the ability to schedule and repeat sessions on the team members' employment calendar. Microsoft Teams is also based on the Office 365 Groups service, which helps the group switch between tasks and share information.

Discussion. Higher education plays an important role in the social rehabilitation of students with disabilities, as its main task is the development and formation of a multifaceted personality, ready for organic realization in the modern society. Some of researchers Arrigo, Ben Brahim, Mohsen Laabidi, Mohamed Jemni, Leila Jemni Ben Ayed, Amal Ben Jemaa, stick to this statement.

However, the training of students with disabilities in institutions of higher education involves the students' mastering of the higher education standard in special adapted conditions, which take into account the special needs of such students. This is evidenced by the results of our survey.

Analyzing the above-mentioned needs and the system of views of scientists on this problem [6; 10], it can be insisted that one of the most important directions of improving the students' training with health problems in modern institution of higher education is the introduction of distance learning with the use of various electronic education.

Moodle and Microsoft Teams may be the most appropriate distance learning platforms for students at Lesia Ukrainka Eastern European National University and the Academy of Recreational Technology and Law. The benefits and features of the Moodle service are evidenced by the results of the distance learning course created by us «Adaptive Physical Education», with students with disabilities and a course teacher (fig. 1–2). However, the use of the Moodle platform in the process of higher education does not allow personal communication with the teacher and students of the group.

Unlike the Moodle environment, Microsoft Teams is the main focus of online classes in real time. The Microsoft Teams platform is a new chat space in Office 365. It is a brand new type of workspace where you can connect with the right people, talk, or find the right tools and content. Microsoft Teams allows members of the workgroup to organize online meetings, hold audio and video conferences, publish news and general documents within the team workspace, plan team members' joint activities, and connect additional Microsoft online services.

Microsoft Teams is the only platform that allows you to effectively leverage the full diversity of Office 365 features and capabilities, so it can rightly be called center for a team work. Word, Excel, PowerPoint, SharePoint, OneNote, Scheduler, Power BI, and Delve are built into Microsoft Teams, so all tools and data are always at your fingertips. Intelligent services based on Microsoft Graph technology help you get and share important information in a timely manner. Microsoft Teams also includes Office 365 Groups, a membership management service that makes it easy to switch from one collaboration tool to another while maintaining context and sharing files with other users (fig. 3–6).

Conclusions. It can be concluded that the increase number of young people with disabilities require higher education of high quality. It has led to increased requirements for institutions of higher education to create appropriate conditions for their access to education. It involves taking into account the special personal and typological needs of students with disabilities, which determine the nature and direction of the necessary adaptation of the educational environment. We determined the range of these needs in the process of survey of students with disabilities studying in the specialties of physical education.

One of the ways of improving the training of students with disabilities in contemporary institution of higher education is the introduction of e-learning using educational electronic services, including the Moodle and Microsoft Teams platforms. The use of the Moodle system in the process of teaching students with disabilities, as shown by the results of the e-learning course «Adaptive Physical Education», allows the teacher to create educational and methodological support of the discipline; use text, video and audio materials in the process of organizing the educational process; use a variety of tests; conduct questionnaires to test students' knowledge. In its turn, the Moodle system provides students with access to logically structured and complete teaching and learning materials, which improves the ability to master the content of the discipline independently; increased access to Internet resources; remote acquisition of educational material; pre-term session passing and so on. However, the disadvantage of using the Moodle platform to educate students with disabilities is the lack of personal communication with group members, which is very important when teaching students about health problems.

Unlike the Moodle environment, Microsoft Teams' core mission, as demonstrated in its distance learning course «Adaptive Physical Education», is offering online lessons, collaboration on documents, presentations and real-time applications. By the aid of multimedia tools and feedback, the service provides remote learners to be present in the training audience. The teacher, in turn, has the opportunity to conduct interactive lessons in a more natural manner, using high-quality video for individual interaction with students. Microsoft Teams offers technologies for clear audio and video transmission, data sharing and individual sessions for collaborative and personalized learning that simplify the learning process.

In this way, the use of the Microsoft Teams e-service in institutions of higher education will fully provide the accessibility of higher education for students with disabilities and their successful learning of the content of the educational program.

References

1. Arrigo, M. (2005). E-learning Accessibility for blind students. *Recent research Developments in Learning Technologies*, 1–5.
2. Bielikova N. (2014). The Experience of Using Interactive Teaching Methods in the Training of in Physical Education and Sports. *Modern information technologies and innovative teaching methods in the training of specialists: methodology, theory, experience, problems*, V. 37. Kiiiv, 348–353.
3. Ben Brahim, H., Ben Jemaa, A., Jemni, M., Laabidi, M. (2013). Towards the design of Personalised accessible e-learning environments, *The 13th IEEE International Conference on Advanced Learning Technologies*, Beijing, China, July 15–18.

4. DelaTorre, L. (2015). «The ball and beam system: a case study of virtual and remote lab enhancement with Moodle». *IEEE Transactions on Industrial Informatics*, vol. 11, no. 4, p. 934–945. doi: 10.1109/TII.2015.2443721.
5. Klomp, R. (2004). A literature review of the accessibility of e-learning for students with disabilities. *Unpublished manuscript*. Retrieved December 17.
6. Elghoul, O. and Jemni, M. (2009). Multimedia courses generator for deaf children. *The International Arab Journal for Information Technology*, vol. 6, No. 5.
7. Laabidi, M., Jemni, M. (2009). PBAE: new UML profile based formalism to model accessibility in e-learning systems. *International Journal of Engineering Education* 4 (25), 646–654, ISSN 0949-149X.
8. Petrovic, N. (2013). Facebook vs. Moodle: What do students really think? *International Conference on Information Communication Technologies in Education (ICICTE)*, 413–421, 2013
9. Romero, O. (2013). «Web usage mining for predicting final marks of students that use Moodle courses». *Computer Applications in Engineering Education*, vol. 21, no. 1, 135–146. doi: 10.1002/cae.20456.
10. Seale, J., Cooper, M. (2010). E-learning and accessibility: an exploration of the potential role of generic pedagogical tools. *Computers and Education*. 54 (4), 1107–1116.
11. Khomik O., Kovalchuk O., Tomaschuk O., Savchuk N. (2018). The Service Cisco WebEx Meeting Center as Interactive Learning Tool for Students with Limited Abilities. *Information Technologies and Learning Tools*. Vol. 65 (3), 223–235.

Стаття надійшла до редакції 05.02.2021 р.

E-LEARNING FOR PHYSICAL EDUCATION STUDENTS DURING CORONAVIRUS PANDEMIC

Mouloud Kenioua^{1,3}, Nawal Krine²

¹ Institute of Physical Education and Sport University of Ouargla, Algeria, moukenioua@gmail.com

² Faculty of Literature and Language University of Ouargla, Algeria

³ Applied Science Laboratory at Human Movement, Mostaganem University, Algeria

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-43-48>

Abstracts

Topicality. The Corona virus, which appeared at the end of December 2019, expanded and spread throughout the world, and has become a pandemic threatening all individuals in all economic, political, social, sports, and educational fields. **Research Purpose.** The current study aims to find out the effectiveness of e-learning for physical education students, by analyzing the continuity and obstacles to e-learning, and the extent of students' interaction with e-learning. **Methods.** The e-learning questionnaire was used on physical education students. An online survey was fulfilled by 225 students (male/female) of the Institute of Physical Education and Sports University of Ouargla, in Algeria. **Research Result.** The results showed that the level of effectiveness of e-learning in light of the spread of the coronavirus for physical education students was medium, and the results were the same for the continuity of e-learning, e-learning obstacles, and student interaction with e-learning. **Conclusion.** After the results achieved in the current study, it became necessary to invest in students' positive directions towards e-learning, develop plans and programs to benefit from these directions, and give training courses in the field of e-learning, and emphasizing the need for attention by the university to introduce the method of e-learning in university education.

Key words: e-learning, coronavirus, physical education students.

Моулоуд Кеньоу, Навал Крине. Дистанційна форма навчання для студентів-фізкультурників у період пандемії, пов'язаної з Covid-19. Актуальність теми дослідження. Коронавірус, який з'явився наприкінці грудня 2019 року, поширений по всьому світу і став пандемією, яка загрожує людству у всіх сферах їхньої життєдіяльності – економічній, політичній, соціальній, спортивній та освітній. **Мета дослідження.** Проведене дослідження дало можливість з'ясувати ефективність онлайн-навчання для студентів факультету фізичної культури, шляхом аналізу тривалості навчання та обмежень, а також ступеня взаємодії студентів під час дистанційного навчання. **Методика дослідження.** Була застосована методика анкетування з питань електронного навчання студентів фізичної культури та спорту. Інтернет-опитування пройшли 225 студентів (серед яких – як жінки, так і чоловіки) Інституту фізичного виховання та спорту м. Уаргла, Алжир. **Результати дослідження** свідчать, що рівень ефективності онлайн-навчання для студентів факультету фізичної культури та спорту в умовах коронакризи був середнім, а результати тривалого онлайн-навчання, навчання з обмеженнями, а також з врахуванням взаємодії студентів під час дистанційного навчання виявилися однаковими. **Висновки.** Після отримання результатів дослідження, виникла необхідність розвивати й удосконалювати різні методики онлайн-навчання студентів, розробляти навчальні плани та програми для реалізації впровадження таких методик, навчальні курси з дистанційного викладання, акцентуючи увагу саме на вдосконаленні методики дистанційного навчання в закладах вищої освіти.

Ключові слова: дистанційне навчання, коронавірус, студенти-фізкультурники.

Моулоуд Кеньоу, Навал Крин. Дистанционная форма обучения для студентов-физкультурников в период пандемии, связанной с Covid-19. Актуальность темы исследования. Коронавирус, который появился в конце декабря 2019 года, распространенный по всему миру и стал пандемией, которая грозит человечеству во всех сферах их жизнедеятельности – экономической, политической, социальной, спортивной и образовательной. **Цель исследования.** Проведенное исследование позволило выяснить эффективность онлайн-обучения для студентов факультета физической культуры, путем анализа продолжительности обучения и ограничений, а также степени взаимодействия студентов при дистанционном обучении. **Методика исследования.** Была применена методика анкетирования по вопросам электронного обучения студентов физической культуры и спорта. Интернет-опрос прошли 225 студентов (среди которых – как женщины, так и мужчины) Института физического воспитания и спорта г. Уаргла, Алжир. **Результаты исследования** свидетельствуют, что уровень эффективности онлайн-обучения для студентов факультета физической культуры и спорта в условиях коронакризиса был средним, а результаты длительного онлайн-обучения, обучения с ограничениями, а также с учетом взаимодействия студентов при дистанционном обучении оказались одинаковыми. **Выводы.** После

получения результатов исследования возникла необходимость развивать и совершенствовать различные методики онлайн-обучения студентов, разрабатывать учебные планы и программы для реализации внедрения таких методик, учебные курсы по дистанционному преподаванию, акцентируя внимание именно на усовершенствовании методики дистанционного обучения в учреждениях высшего образования.

Ключевые слова: дистанционное обучение, коронавирус, студенты-физкультурники.

Introduction. At the end of December 2019, Wuhan, China, woke up to a new mysterious virus called Corona Covid-19 [1]. But in a short period, the virus spread to many countries of the world. In January 2020 the World Health Organization (WHO) announced that COVID-19 is spreading, and this poses a threat to global health and the safety of people around the world without exception [2]. In March 2020, the organization confirmed that COVID-19 is a pandemic. As a precautionary step to limit the spread of COVID-19, many cities and provinces in the world have accelerated the application of the lockdown to citizens [3, 4]. With the extension of the closure period to an unknown time, and the number of injuries and deaths increasing, citizens (doctors, professors, employees, workers, students ...) face psychological disorders such as stress, anxiety, fear, depression, sleep disturbance [5]. It also created functional disorders such as high blood pressure, blood sugar levels, and cardiovascular disease [6].

The saying «Maslow before Bloom» is a present saying in the educational and academic fields in light of this crisis that continues to cast a shadow over the entire world [7], the focus has become on basic needs such as physiological needs and safety needs, more than on higher needs such as aesthetics and self-realization [8]. As a primary solution to ensure the course of lessons and lectures, most universities in the world hastened to adopt the e-learning system [9]; where different forms and platforms of e-learning are used in educational practice today [10], and with multiple techniques found sophisticated [11; 12].

This sudden transition imposed by the Covid-19 pandemic from traditional learning to virtual learning is a new challenge [13], especially for institutes and universities considering some deficiencies and limited experience in this field. Which caused disruption in the educational process for university students, whether in lectures or practical lessons that were replaced by electronic platforms [7]. It is known that the specializations of physical education and sports are distinguished from other disciplines, because they depend on the practical side more than the theoretical side; The basic tool is physical exercises, in some Institutes of physical education and sports, the practical side ratio is 65 % at the bachelor's level (<https://istaps.univ-ouargla.dz/>). Considering physical education students are part of university students, a question arises to mind: how effective is e-learning? What are the obstacles that students face when receiving lectures and lessons electronically?

The current study aims to find out the effectiveness of e-learning for physical education students. By analyzing the continuity and obstacles to e-learning, and the extent of students' interaction with e-learning.

Material and Method. *Participant:* The study was applied to a sample of 225 male and female students. The number of BA students reached 130 and the number of Master students reached 95 from the Institute of Sciences and Techniques of Physical Activities and Sports at the University of Ouargla, Algeria. They were contacted through various social media and the official website of the Institute (table 1).

Table 1

Socio-Demographic Characteristics

Variable	Variable Categories	Numbers	Percentage
Levels	Bachelor	130	57,77
	Master	95	42,22
Gendre	Male	215	95,55
	Female	10	4,44

Research Design: Through the literature and previous studies [14; 15; 16] a questionnaire was developed to achieve the objectives of the study. The final form consisted of 26 items divided into three axes: e-learning: Continuity (12 items), e-learning obstacles (08 items), and student interaction with e-learning (06 items). The pentagonal ranking has also been converted into a triple ranking (4 = (1–5), 4/3 = 1,33); Where this value was used to determine the length of the ranking category as follows: 1–2,33 low, 2,34–3,67 medium, 3,68–5,00 high. The psychological characteristics of the questionnaire were also confirmed, as the reliability coefficient (Alpha Cronbach) ranged between (0,90–0,76).

Given the conditions that the whole world is living in and the commitment to distance and home quarantine, it is necessary to use the electronic answer; where students used various social media sites in order to answer the online form between 15 and 20 September 2020. The form was also published on the website of the Institute of Science and Technology of Physical and Sports Activities at the University of Ouargla.

Statistical analysis: SPSS 25 package program was used for the statistical analyses of the data. The mean and standard deviations of all subjects and items were given. The Alpha Cronbach factor was also used to ensure the reliability of the study questionnaire.

Results. *The level of effectiveness of e-learning.*

Table 2

The Means and Standard Deviations for E-Learning Effectiveness

Rank	Axes	N	Mean (M)	Standard Deviation (SD)	Degree
1	The continuity of e-learning	225	2.57	0.90	Medium
2	e-learning Obstacles	225	2.37	0.34	Medium
3	Student interaction with e-learning	225	2.45	0.82	Medium
Total	The effectiveness of e-learning in light of the spread of the Covid-19	225	3.00	0.57	Medium

It is evident from table 2 that the mean of the effectiveness of e-learning in light of the spread of the Covid-19 from the viewpoint of the physical education student has reached (3,00) with a standard deviation (0,57) with a medium degree; the mean of e-learning continuity axis was (2,55) with a standard deviation (0,90), and the mean of Barriers to e-learning axis was (2,37) and a standard deviation (0,82), while the mean of axis teacher interaction with e-learning axis was (2,45) with a standard deviation (0,82).

The level of e-Learning Continuity axis.

Table 3

The Means and Standard Deviations of the E-Learning Continuity Axis

Rank	Items	N	Mean (M)	Standard Deviation (SD)	Degree
1	2	3	4	5	6
1	Students were trained by the university to use e-learning by giving them some qualifying courses during the pandemic.	225	3,22	1,35	Medium
2	The techniques used in e-learning are effective and cover all aspects of the curriculum	225	3,16	1,44	Medium
3	There is a smooth transition from traditional education to e-learning in light of the Covid-19 crisis	225	3,04	1,39	Medium
4	I am satisfied with using the e-learning system as an alternative to the face education system in light of the Covid-19 crisis	225	2,83	1,44	Medium
5	Receiving lessons and lectures remotely was without technical obstacles	225	2,70	1,55	Medium
6	The university provides electronic training extension courses that explain the mechanism of using the e-learning system for teachers during the Covid-19 crisis	225	2,64	1,39	Medium
7	The website design provided by the university for e-learning facilitates viewing and receiving the lesson in an interesting way	225	2,50	1,40	Medium
8	The e-learning system provides direct communication between members of the educational system (administration, teacher, and student)	225	2,28	1,34	Low

End of the table3

1	2	3	4	5	6
9	The university provides adequate technical support to facilitate the employment of technology in the educational material	225	2,26	1,35	Low
10	E-learning technology actively contributes to the continuity and success of the educational process in light of the Covid-19 crisis	225	2,18	1,33	Low
11	Logistical support from the university is available to follow up the educational process.	225	2,16	1,33	Low
12	A guide is provided for using the educational lessons website for students.	225	2,08	1,24	Low
Total	The continuity of e-learning	225	2,57	0,90	Medium

Table 3 shows that the items in the axis of e-learning continuity ranged between medium and low degrees; where the item «Students were trained by the university to use e-learning by giving them some qualifying courses during the pandemic» was the first (M=3,22;SD=1,35), in the other hand the item «A guide is provided for using the educational lessons website for students» was the last (M=2,08;SD=1,24).

The level of e-learning Obstacles axis

Table 4

The Means and Standard Deviations of the E-Learning Obstacles Axis

Rank	Items	N	Mean (M)	Standard Deviation (SD)	Degree
1	The e-learning system is compatible with lectures and theoretical lessons	225	3,90	0,93	High
2	You have enough experience and skills suitable for using the computer and the Internet	225	3,30	1,09	Medium
3	The internet speed is adequate, and I can follow any lecture without any interruption	225	3,20	1,47	Medium
4	Training courses were held, and students were prepared for the mechanism of using e-learning before the Covid-19 crisis	225	2,62	1,48	Medium
5	Power failure occurs while receiving the educational process	225	2,42	1,34	Medium
6	There is difficulty in direct communication between teachers and students (as ideas and opinions can be exchanged through personal confrontation)	225	1,74	1,04	Low
7	The student faces problems and obstacles when studying the subject electronically	225	1,54	0,83	Low
8	Students' interaction with e-learning and lectures was affected by difficult or special living conditions	225	1,52	0,78	Low
Total	e-learning Obstacles	225	2,37	0,34	Medium

It is evident from table 4 that the item of the «E-learning Obstacles» axis ranged between high, medium, and low degrees; the item «The e-learning system is compatible with lectures and theoretical lessons» came in first place (M=3,90; SD=0,93), and the item «Students' interaction with e-learning and lectures was affected by difficult or special living conditions» was the last (M=1,52; SD=0,34).

The level of Student interaction with e-learning axis

Table 4

The Means and Standard Deviations of the Student Interaction with E-Learning Axis

Rank	Items	N	Mean (M)	Standard Deviation (SD)	Degree
1	2	3	4	5	6
3	I feel satisfied when I receive a lecture from a range of e-learning	225	3,32	1,30	Medium
1	I interact with the e-learning system continuously	225	3,20	1,46	Medium

End of the table 4

1	2	3	4	5	6
6	The e-learning method helps in understanding the lessons and lectures clearly and smoothly	225	2,90	2,35	Medium
4	Presenting the lecture electronically provides me with additional skills	225	2,26	1,45	Medium
2	I can ask any questions and inquiries through e-learning	225	1,76	1,15	Low
5	The e-learning system allows me to access the lecture at any time	225	1,36	0,75	Low
Total	Student interaction with e-learning	225	2,45	0,82	Low

Table 4 shows that the items in the axis of Student interaction with e-learning ranged between medium and low degrees; the item «*I feel satisfied when I receive a lecture from a range of e-learning*» was the first (M=3,23; SD:1,30), and the item «*The e-learning system allows me to access the lecture at any time*» was the last (M:3,32; SD:0,75).

Discussion. The results revealed that the effectiveness of e-learning mean of the physical education student was medium. These results are due to the sudden switch from classical education to e-learning at the University of Ouargla. This result agreed with the results of Osipov et al. [17] and Abu Shkheidem and Nour Shedid [14] studies, that was conducted on students of physical education and some other specialties. E-learning requires the presence of an infrastructure such as computers and software approved in education. Dardary et al. [18] pointed out that digital learning has become necessary, but to keep pace with this process, various modern technologies must be available. It also requires an efficient human arsenal that keeps abreast of everything new in the field of informatics and communication [19; 20]. We must not forget that students face some problems, such as the low standard of living; Draissi and Yong [21] and Bhat et al. [22] confirmed that many universities in the world faced difficulties and challenges for both the teacher and the student. Some socio-economic problems cause confusion and fear when taking lessons and lectures [18; 32; 24].

Despite the importance of e-learning at the present time, the sudden change had some effect on physical education students; It is worth noting that physical education students form close relationships with each other and with their teachers. The reason is due to the nature of physical and sports activity, which is considered the mediator, and strengthens social, psychological, thinking skills, and moral action.

Perhaps the experience of moving from education in universities to learning via the Internet during the spread of the Coronavirus epidemic in the local environment was successful. The system and the skills acquired by physical education students in the post-epidemic period can be used in various cases such as increasing independence and obtaining new skills.

Conclusion. After the results achieved in the current study, it became necessary to Invest in students' positive directions towards e-learning, develop plans and programs to benefit from these directions, and give training courses in the field of e-learning, and emphasizing the need for attention by the university to introduce the method of e-learning in university education, and to spread electronic culture among students to achieve the greatest amount of interaction with this type of education, and Providing an appropriate educational structure for the application of e-learning at the university and removing all human, material and technical obstacles that prevent its spread in the educational system in various stages and fields.

References

1. Sahu, P. (2020). Closure of Universities Due to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Impact on Education and Mental Health of Students and Academic Staff. *Cureus*, no. 12(4): e7541. DOI: 10.7759/cureus.754.
2. World Health Organization. (2020) Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak (18 March 2020). URL: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf>.
3. Hiremath, P., Kowshik, C. S, Manjunath, M., Shettar, M. (2020). COVID 19: Impact of Lock-down on Mental Health and Tips to Overcome. *Asian Journal of Psychiatry*, vol. 51. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102088>.
4. Kazmi, S. H., Hasan, K., Talib, S., Saxena, S. (2020). COVID-19 and Lockdwon: A Study on the Impact on Mental Health. *Mukt Shabd Journal*, no. 9(4), 1477–1489. https://www.researchgate.net/publication/340538764_COVID19_and_Lockdown_A_study_on_the_Impact_on_Mental_Health
5. Kang, L., Li, Y., Hu, S., Chen, M., Yang, C., Yang, B. X. (2020). The mental health of medical workers in Wuhan, China dealing with the 2019 novel coronavirus. *The Lancet Psychiatry*, no. 7(3), 14. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30047-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30047-X).

6. Ganatra, S., Hammond, S. P, Nohria, A. (2020). The novel coronavirus disease (COVID-19) threat for patients with cardiovascular disease and cancer, no. 2(2), 351–355. DOI: 10.1016/j.jacc.2020.03.001
7. Schlesselman, L. S, Cain, J., DiVall, M. (2020). Improving and Restoring the Well-being and Resilience of Pharmacy Students during a Pandemic. *American Journal of Pharmaceutical Education*, no. 84(6), 677–682. <https://www.ajpe.org/content/84/6/ajpe8144>
8. Maslow, A. H. (1987). *Motivation and personality*. 3rd ed. Pearson Education: Delhi, India.
9. Kaczmarek, K., Chen, E., Ohshima, H. (2020). Distance learning in the COVID-19 era: Comparison of student and faculty perceptions. *Journal of dental education*, 1-3. <https://doi.org/10.1002/jdd.12469>
10. Kozhayev, Y., Munchaev, S., Zhuravleva, G., Tutayeva, D., Kamanina, R., Aleksandrova, E. (2019). International academic mobility and Russia in the 21st century. *Amazonia Investiga*, no. 7(16), 297–303. <https://www.amazoniainvestiga.info/index.php/amazonia/article/view/412>
11. Van Doren, E. J, Lee, J. E, Breitman, L. S, Chutinan, S., Ohshima, H. (2020). Students' perceptions on dental education in the wake of the COVID-19 pandemic. *Journal of dental education*, 1–3. <https://doi.org/10.1002/jdd.12300>.
12. Nenko, Y., Kybalna, N., Snisarenko, Y. (2020). The COVID-19 Distance Learning: Insight from Ukrainian students. *Revista Brasileira de Educação do Campo*, 5, e8925-e8925. <http://dx.doi.org/10.20873/uftrbec.e8925>.
13. Duarte, R., Furtado, I., Sousa, L., Carvalho, C. (2020). The 2019 novel coronavirus (2019-nCoV): novel virus, old challenges. *Acta Medica Portuguesa*, no. 33(3), 155–157. URL: <https://doi.org/10.20344/amp.13547>.
14. Abu Shkheidem, S., Nour Shedid, K. (2020). The Effectiveness of E-Learning considering the Spread of Coronavirus from Teachers' Point of View. *AJSP*, no. 21, 365–389 [In Arabic].
15. Yulia, H. (2020). Online Learning to Prevent the Spread of Pandemic Corona Virus in Indonesia. *ETERNAL (English Teaching Journal)*, no. 11(1). 48–58. <https://doi.org/10.26877/eternal.v11i1.6068>.
16. Basilaia, G, Kvavadze, D. (2020). Transition to Online Education in Schools during a SARS-CoV-2 Coronavirus (COVID-19). Pandemic in Georgia. *Pedagogical Research*, no. 5(4). <https://doi.org/10.29-333/pr/7937>.
17. Osipov, A. Y, Kudryavtsev, M. D, Galimova, A. G, Plotnikova, I. I, Skurikhina, N. V. (2020). How can Distance Learning be Used in the Physical Education of Students? *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, no. 12(2Sup1), 77–85. <https://doi.org/10.18662/rrem/12.2Sup1/292>.
18. Dardary, O., Daaif, J., Tridane, M., Belaouad, S. (2020). DISTANCE LEARNING IN THE AGE OF COVID-19: BETWEEN PERSPECTIVE AND REALITY. *International Journal of Engineering Applied Sciences and Technology*, no. 5(5), 12–18. URL: <https://www.ijeast.com/papers/12-18,Tesma506.IJEAST.pdf>.
19. Gulati, S. (2008). Technology-Enhanced Learning in Developing Nations: A review. *The International Review of Research in Open and Distributed Learning*, 9(1).1-16. <https://doi.org/10.19173/irrodl.v9i1.477>
20. Cavanaugh, C., Gillan, K. J, Kromrey, J., Hess, M., Blomeyer, R. (2004).The effects of distance education on K-12 student outcomes: A meta-analysis. *Learning Point Associates/North Central Regional Educational Laboratory (NCREL)*. URL: <https://eric.ed.gov/?id=ED489533>
21. Draissi, Z., Yong, Z. (2020). COVID-19 Outbreak Response Plan: Implementing Distance Education in Moroccan Universities (April 27, 2020). URL: <https://ssrn.com/abstract=3586783>. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3586783>
22. Bhat, R., Singh, V. K., Naik, N., Kamath, C. R, Mulimani, P., Kulkarni, N. (2020). COVID 2019 outbreak: The disappointment in Indian teachers. *Asian Journal of Psychiatry*, no. 50, 102047. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102047>
23. Karal, H., Çebi, A., Pekşen, M. (2020). Student opinions about the period of measurement and evaluation in distance education: the difficulties. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, no. 9, 1597–1601. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.12.371>
24. Hara, N. (2000). Student distress in a web-based distance education course. *Information, Communication & Society*, no. 3(4), 557–579. <https://doi.org/10.1080/13691180010002297>.

Стаття надійшла до редакції 18.01.2021 р.

Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

УДК 797.2:159.947.3

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЙНО-ВОЛЬОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ У СТУДЕНТІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ПЛАВАННЯМ, У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Валентина Ляшенко¹, Валентина Зубко², Олена Гацко¹,
Наталія Гнутова¹, Олена Лахтадир¹

¹Київський університет імені Бориса Грінченка, Київ, Україна, Fenix210v@gmail.com

²Національний технічний університет України «Київського політехнічного інституту ім. Ігоря Сікорського», Київ, Україна

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-49-56>

Анотації

Актуальність дослідження. Значення мотиваційно-вольових здібностей і їх вплив на формування особистості студентів є актуальними на сьогодні, оскільки під впливом мотивації формується світогляд особистості, поведінкові реакції, внутрішній емоційний світ. Під час занять із плавання в процесі фізичного виховання студентів ЗВО є можливість застосувати елементи психологічної підготовки, які будуть спрямовані на формування основних компонентів мотиваційно-вольових здібностей, що безпосередньо впливають на як відвідування занять, так і підвищення спортивних результатів. **Мета дослідження** – оцінка ефективності засобів формування мотиваційно-вольових здібностей у студентів, які займаються плаванням. **Матеріал і методи дослідження.** У ході дослідження нами застосовано такі методи: аналіз науково-методичної літератури, тестування, педагогічний експеримент. Обробку статистичних даних проводили за допомогою методів математичної статистики. **Учасники дослідження.** У дослідженні брали участь студенти 1 курсу «Київського політехнічного інституту ім. Ігоря Сікорського» (26 осіб), які дали згоду на участь в експерименті. **Результати дослідження.** На початку експерименту в експериментальній та контрольній групах досліджувані були майже однакового рівня розвитку мотиваційно-вольових здібностей, тобто результати обох груп не мали достовірних відмінностей. Після проведення експерименту та використання розробленої методики спостерігали приріст показників компонентів мотиваційно-вольових здібностей, але в експериментальній групі студентів, які займаються плаванням, показники виявилися вищими ($p < 0,05$; $p < 0,01$). **Висновки.** За результатами нашого дослідження всі показники компонентів мотиваційно-вольових здібностей зазнали достовірного підвищення в студентів експериментальної групи, а найбільші зміни спостерігали у вольовому компоненті, який на високому рівні становив 36 % в експериментальній групі, а в контрольній – 12 %; студентів із низьким рівнем в експериментальній групі залишилося 28 %, у той час, як у контрольній – 64 %. Отримані результати свідчать про те, що заняття плаванням позитивно впливає не лише на фізичний розвиток людини, але й на формування її особистості, розвиваючи такі риси, як цілеспрямованість, наполегливість, рішучість, сміливість.

Ключові слова: студенти, мотиваційно-вольові здібності, психологічна підготовка, плавання.

Валентина Ляшенко, Валентина Зубко, Елена Гацко, Наталья Гнутова, Елена Лахтадир. **Формирование мотивационно-волевых способностей студентов, занимающихся плаванием, в процессе физического воспитания.** **Актуальность исследования.** Значение мотивационно-волевых способностей и их влияние на формирование личности студентов является актуальным на сегодня, так как под влиянием мотивации формируется мировоззрение личности, поведенческие реакции, внутренний эмоциональный мир. Во время занятий по плаванию в процессе физического воспитания студентов ЗВО, есть возможность применить элементы психологической подготовки, которые будут направлены на формирование основных компонентов мотивационно-волевых способностей, что непосредственно влияют как на посещение занятий, так и на повышение спортивных результатов. **Цель исследования** – оценка эффективности средств формирования мотивационно-волевых способностей у студентов, занимающихся плаванием. **Материал и методы исследования.** В

ходе дослідження ми використовували такі методи: аналіз науково-методическої літератури, тестування, педагогічний експеримент. Обробку статистических даних проводили при допомозі методів математическої статистики. **Учасники дослідження.** В дослідженні приймали участь студенти I курсу Київського політехніческого інституту ім. Ігоря Сикорського (26 человек), которые дали согласие на участие в експерименте. **Результаты исследования.** В начале эксперимента в экспериментальной и контрольной группах исследуемые имели почти одинаковый уровень развития мотивационно-волевых способностей, то есть результаты обеих групп не имели достоверных различий. После проведения эксперимента и использования разработанной методики наблюдался прирост показателей компонентов мотивационно-волевых способностей, но в экспериментальной группе студентов, занимающихся плаванием, показатели оказались выше ($p < 0,05$; $p < 0,01$). **Выводы.** По результатам нашего исследования, все показатели компонентов мотивационно-волевых способностей получили достоверное повышение у студентов экспериментальной группы, а наибольшие изменения наблюдались в волевом компоненте, который на высоком уровне составил 36 % в экспериментальной группе, в контрольной – 12 %, а респондентов с низким уровнем в экспериментальной группе осталось 28 %, в то время, как в контрольной – 64 %. Полученные результаты свидетельствуют о том, что занятия плаванием положительно влияют не только на физическое развитие человека, но и на формирование его личности, развивая такие качества, как целеустремленность, настойчивость, решительность, смелость.

Ключевые слова: студенты, мотивационно-волевые способности, психологическая подготовка, плавание.

Valentyna Lyashenko, Valentyna Zubko, Olena Gatsko, Natalia Gnutova, Olena Lakhtadir. Formation of Motivational and Volitional Abilities of Students Involved in Swimming During Physical Education. Topicality.

The importance of motivational and volitional abilities and their influence on the formation of students` personality is relevant today, as under the influence of motivation is formed personality worldview, behavioral reactions, inner emotional world. During swimming trainings in the process of students` physical education, it is possible to apply psychological training technics, which will be aimed at forming the main components of motivational and volitional abilities that directly affect both attendance of the classes and increase sports results. **The Purpose** of the study is to evaluate the means effectiveness of motivational and volitional abilities forming in students who are engaged in swimming. **Stuff and Research Methods.** During the research the following methods have been used: analysis of scientific and methodical literature, testing, and pedagogical experiment. Processing of statistical data was performed using the methods of mathematical statistics. **Research Participants.** The study involved 26 first-year students of National Technical University of Ukraine "Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute". All of them agreed to participate in the experiment. **The Research Results.** At the beginning of the experiment in the experimental and control groups, the examined students had almost the same level of motivational and volitional abilities development. So, the results of both groups had no significant differences. After conducting the experiment and using the developed methodology, there was an increase in the components of motivational and volitional abilities, but in the experimental group of students engaged in swimming, the indicators were higher ($p < 0,05$; $p < 0,01$). **Conclusions.** According to the results of the study, all indicators of the components of motivational and volitional abilities were significantly increased in the experimental students` group, and the significant changes were observed in the volitional component, which was 36 % in the experimental group, and in the control one remained at level of 12 %, and students with low level in the experimental group remained 28 %, while in the control group – 64 %. The obtained results indicated a positive swimming training effect not only on individual physical status, but also on the formation of his/her personality by developing such traits as purposefulness, perseverance, determination and courage.

Key words: students, motivational and volitional abilities, psychological training, swimming.

Вступ. У сучасній системі освіти ВНЗ є обов'язковою присутність фізичного виховання як невід'ємної частини підготовки фахівців, проте ряд учених у своїх роботах зосереджують увагу на тому, що потрібно кардинально перебудувати процес фізичного виховання у ВНЗ та впроваджувати інноваційні технології [10]. Автори переконують нас у тому, що такі нововведення значною мірою вплинуть на процес залучення студентів до різних форм рухової активності [7; 13]. Аналізуючи дані вітчизняних науковців, можемо зазначити, що плавання є одним з улюблених видів спорту серед студентської молоді [12]. Згідно з дослідженнями, це унікальний вид фізичних вправ і належить він до найбільш масових типів рухової діяльності, а також є одним із найбільш доступних засобів фізичної культури для людей будь-якого віку та рівня підготовленості. Тому використання плавання як найбільш адекватного виду фізичних вправ, які залучають у роботу всі основні м'язові групи задля оздоровлення, фізичного розвитку й розвитку основних фізичних якостей у студентської молоді, відображено в програмах із фізичного виховання в закладах ЗВО.

Навчальні заняття з фізичного виховання в закладах вищої освіти мають свої специфічні особливості, що значною мірою впливають на психіку студентів, їхні емоційні переживання й стан та вимагають максимальних волевих зусиль. Вони гармонійно та всебічно розвивають особистість студента, забезпечують його не лише знаннями, уміннями, навиками, а й високим рівнем фізичної й

психологічної підготовленості [4]. Питання щодо формування потреб, мотивів і ставлення студентів закладів вищої освіти до занять фізичними вправами розглянуто в працях В. Азаренкова, Г. Безверхньої, К. Николаєва, В. Савчук та ін. [1; 2; 9; 11].

Ураховуючи, що мотивація до фізичної активності – особливий стан особистості, який спрямований на досягнення оптимального рівня фізичної підготовленості й працездатності, а вольова сфера визначає успішність особистісного та професійного розвитку, маємо спрямувати роботу на формування та підвищення мотиваційно-вольових здібностей особистості студентів, котрі займаються плаванням у процесі фізичного виховання.

Мета дослідження – оцінка ефективності засобів формування мотиваційно-вольових здібностей у студентів, які займаються плаванням.

Матеріал і методи дослідження. Дослідження проводили на базі Київського політехнічного інституту ім. Ігоря Сікорського. Під час проведення дослідження задіяно 26 студентів 1 курсу кафедри фізичного виховання. Вік респондентів – 17–18 років. Студентів проінформовано про всі особливості дослідження. Вони дали згоду на участь в експерименті. На початку дослідження проведено психодіагностичне тестування, за результатами якого достовірних відмінностей не виявлено в розвитку мотиваційно-вольових якостей учасників. Загальну кількість обстежуваних поділили на дві групи (13 студентів – експериментальна група та 13 – контрольна).

У ході роботи застосовано такі методи, як аналіз науково-методичної літератури, психодіагностичне тестування, педагогічний експеримент, який включав констатувальний і формувальний. Обробку статистичних даних проводили за допомогою методів математичної статистики. Використовували й психодіагностичні методики: тест мотивації досягнення ТМД А. Мехрабіана; опитувальник «Вольові якості особистості» М. В. Чумакова; методику «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях», адаптований варіант Т. А. Крюкової; опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» (ЗСПМ) В. І. Моросанова.

Для оцінки статистичної достовірності відмінностей між двома незалежними вибірками використовували непараметричний критерій U-Манна Уїтні, оскільки вибірка не перевірялася на нормальний розподіл, невелика група досліджуваних та цей критерій найчастіше використовується в психодіагностичних дослідженнях, що дало змогу отримати статистично достовірні показники за ознакою мотиваційно-вольових здібностей.

Результати дослідження. Нами проведено діагностику рівня сформованості мотиваційно-вольових здібностей (МВЗ) студентів, які оцінювали за такими показниками (табл. 1).

Таблиця 1

Компоненти мотиваційно-вольових здібностей

Компонент МВЗ	Оцінювана якість	Методика
Мотиваційний	Мотивація досягнення виражається в потребі долати перешкоди й досягати високих показників у праці, самовдосконалюватися, змагатися з іншими та випереджати їх, реалізовувати свої таланти й тим самим підвищувати самоповагу.	Тест мотивації досягнення ТМД А. Мехрабіана
Вольовий	Відповідальність, дисциплінованість, цілеспрямованість, принциповість, обов'язковість, наполегливість, рішучість, воля, ініціативність, витриманість.	Опитувальник «Вольові якості особистості» М. В. Чумакова
Емоційно-поведінковий	Емоційна напруженість оцінювалася за частотою виникнення видимих емоційних реакцій на змагальну ситуацію.	Методика «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях», адаптований варіант Т. А. Крюкової
Саморегуляція	Планування (Пл), моделювання (М), програмування (Пр), оцінки результатів (Ор), а також регуляторно-особистісних властивостей: гнучкості (Г) і самостійності (С).	Опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» В. І. Моросанова

Розглянемо результати діагностики рівня сформованості компонентів мотиваційно-вольових здібностей у студентів, які займаються плаванням, на етапі констатувального експерименту. В експериментальній групі 12 % студентів мають високий рівень розвитку мотиваційного компонента,

середній – 37 %, а низький – 51 % досліджуваних. Отже, більшість студентів, які займаються плаванням, в обох групах показали досить низький рівень сформованості мотиваційного компонента мотиваційно-вольових здібностей.

Під час дослідження вольового компонента в експериментальній групі лише 12 % досліджуваних продемонстрували високі показники за всіма шкалами опитувальника: відповідальність, дисциплінованість, цілеспрямованість, принциповість, обов'язковість, наполегливість, рішучість, воля, ініціативність, витриманість. Середній рівень – у 37 % групи, ці студенти продемонстрували високі показники не за всіма шкалами, а лише принциповість, обов'язковість, наполегливість, рішучість, воля. У 51 % досліджуваних виявлено низький рівень вираженості вольових якостей особистості. Ці студенти отримали високі показники лише за двома шкалами – дисциплінованість й обов'язковість. У контрольній групі теж виявлено 12 % досліджуваних із високим рівнем вираженості вольових якостей особистості, середній – у 48 %, а низький – у 40 % респондентів, які займаються плаванням.

Аналіз результатів дослідження емоційно-поведінкового компонента мотиваційно-вольових здібностей у досліджуваних експериментальної групи засвідчив, що лише 26 % випробовуваних мають високий рівень. Ці плавці володіють комплексом навичок для ефективного управління щоденними проблемними ситуаціями, вони мають здатність здійснювати пошук і реалізовувати ефективні стратегії подолання проблемних ситуацій, які трапляються в спортивній діяльності; такі студенти, які займаються плаванням, спроможні поліпшити відносини або ситуацію шляхом зміни когнітивної оцінки ситуації, що склалася, щоб утриматися від імпульсивних або поспішних дій.

Середній рівень мають 48 % досліджуваних, їм притаманний емоційно-орієнтований стиль поведінки, цей стиль складається з думок і дій, які сприяють зниженню фізичного або психологічного впливу стресу, тобто дають змогу спортсменові, почувати себе краще, але не усувають можливий негативний вплив від небезпечної ситуації. Для них характерний прояв ознак «емоційної розрядки», таких як крики, плач і т. ін. Особливу увагу треба приділити тому, що 26 % досліджуваних експериментальної групи, мають низький рівень емоційно-поведінкового компонента мотиваційно-вольових здібностей. Їхній стиль поведінки спрямований на уникнення: ця поведінкова стратегія спрямована на зменшення впливу стресу на особистість. Негативним аспектом застосування цієї стратегії особистістю є прагнення «втекти», сховатися від проблем, активно фантазує й т. ін. Це можна зробити двома способами:

- 1) соціальне відволікання – пошук і використання соціальної підтримки, подолання стресу та проблем за допомогою інших людей;
- 2) відволікання – активне вилучення зі свідомості проблеми, очікування більш сприятливих умов для вирішення ситуації.

Аналіз результатів дослідження емоційно-поведінкового компонента в контрольній групі студентів засвідчив, що 24 % досліджуваних мають високий рівень, 64 % – середній, 12 % – низький рівень.

У представників експериментальної групи 12 % характеризуються високим рівнем компонента саморегуляції МВЗ, середнім – 52 %, а низьким – 36 %. У контрольній групі 24 % досліджуваних мають високий рівень, 64 % – середній, 12 % – низький.

За підсумком отриманих даних у контрольній та експериментальній групах досліджуваних студентів, які займаються плаванням, ми бачимо, що сформованість компонентів у системі мотиваційно-вольових здібностей відрізняється. Такі компоненти, як емоційно-поведінковий і саморегуляційний, розвинені в спортсменів обох груп на середньому рівні, що, на нашу думку, дає їм змогу повноцінно тренуватися та виступати на змаганнях. А такі компоненти, як мотиваційний і вольовий, в обох групах представлені в діапазоні більш низьких значень, що, вважаємо, може заважати спортсменам показувати стабільні результати на змаганнях, знижує рівень їхньої особистої відповідальності як у тренувальному, так і в змагальному процесі.

Отже, програма підвищення мотиваційно-вольових здібностей студентів спрямована на основні компоненти МВЗ: мотиваційний, вольовий, емоційно-поведінковий та саморегуляційний, оскільки розвиток цих компонентів відображається на тренувальній і змагальній діяльності, підвищуючи її надійність та прогнозованість. Під час формування МВЗ ми застосували прийоми саморегуляції передстартових і змагальних станів, навички ідеомоторного тренування (ІТ), ментальні тренінги, моделювання можливих змагальних ситуацій та ін. Заняття за методикою в експериментальній групі тривали три місяці, а контрольна група тренувалася за звичайною програмою, без використання додаткової психологічної підготовки, спрямованої на розвиток МВЗ.

Розглянемо результати оцінки компонентів МВЗ в експериментальній і контрольній групах після формуального експерименту (табл. 2, 3).

Таблиця 2

Компоненти мотиваційно-вольових здібностей в експериментальній та контрольній групах досліджуваних

Компонент мотиваційно-вольових здібностей	Рівень					
	високий, %		середній, %		низький, %	
	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ
Мотиваційний	28	12	48	24	24	64
Вольовий	36	12	36	24	28	64
Емоційно-поведінковий	24	12	64	48	12	40
Саморегуляція	24	12	64	64	12	24

Таблиця 3

Оцінка достовірності відмінностей емпіричних даних між ЕГ та КГ

Компонент МВЗ	Шкала	Група випробуваних	ΣR -сума рангів	U-емпіричне	p-рівень значущості
Мотивація	Прагнення до успіху	ЕГ	81	26,8	0,0056
		КГ	62		
	Наполегливість	ЕГ	68	15,5	0,0586
		КГ	55		
	Витримка	ЕГ	37	28,9	0,0074
		КГ	28		
Воля	Рішучість	ЕГ	97	17,6	0,0262
		КГ	88		
	Цілеспрямованість	ЕГ	66	24,9	0,0127
		КГ	46		
	Уважність	ЕГ	81	15,8	0,0450
		КГ	65		
Емоційно-поведінковий	Реакція на змагальну ситуацію	ЕГ	43	26,4	0,0458
		КГ	35		
Саморегуляція	Оцінка результатів	ЕГ	87	25,9	0,0507
		КГ	61		
	Самостійність	ЕГ	74	18,6	0,0162
		КГ	49		
	Модельовання	ЕГ	54	26,9	0,0027
		КГ	32		

Аналіз динаміки показників засвідчив, що рівень мотиваційно-вольових здібностей у студентів на етапі контрольного експерименту має поліпшення показників в експериментальній групі, а в контрольній – змін практично не виявлено. За результатами формуального експерименту нами отримано достовірні відмінності між експериментальною та контрольною групами у вираженості компонентів МВЗ за шкалами: «Прагнення до успіху», «Витримка», «Рішучість», «Цілеспрямованість», «Уважність», «Реакція на змагальну ситуацію», «Самостійність».

Дискусія. Поняття мотивації є одним з основних понять, що характеризують рушійні сили поведінки та діяльності людини. На думку М. Віленського [3], стрижневим у структурі фізичного виховання студента є мотиваційний компонент. Мотиви які виникають на основі потреб, визначають спрямованість особистості, стимулюють і мобілізують її на прояв активності. Система мотивів, що виникає на основі потреб визначає спрямованість особистості в галузі фізичного виховання, стимулює та мобілізує її на прояв рухової активності. Тому методика, яку ми застосовували для розвитку МВЗ, безпосередньо впливала на такі компоненти: мотиваційний, вольовий, емоційно-поведінковий і саморегуляційний. За результатами нашого дослідження, у студентів експериментальної групи підвищилися показники, які належать до мотиваційного компонента, такі як

наполегливість, витримка та прагнення до успіху, від яких залежать систематичність тренувань і прагнення до перемоги в змаганнях.

Оскільки однією зі складових частин проблем у системі фізичного виховання студентської молоді є виявлення зовнішніх і внутрішніх умов, які зумовлюють свідому, вольову поведінку студента та є неодмінною й необхідною умовою їхньої діяльності, велика увага приділялася вольовому компоненту МВЗ, який уключає такі якості, як цілеспрямованість та рішучість [5]. У досліджуваних експериментальній групі найбільші зміни спостерігалися саме у вольовому компоненті, де на кінець експерименту кількість досліджуваних на високому рівні становила 36 %, а в контрольній групі цей показник залишився незмінним – 12 %. Водночас студентів із низьким рівнем в експериментальній групі залишилося 28 %, у той час як у контрольній – 64 %.

О. Грецький у своїх дослідженнях застосовував у тренувальному процесі також авторську методику формування мотивації, що дало йому змогу значно підвищити рівень внутрішньої мотивації в експериментальній групі, порівняно з контрольною. За його даними, зростання рівня внутрішньої мотивації в дівчат контрольної групи становило 20,9 %, а в хлопців – 28,8 %, натомість в експериментальній групі цей показник зріс у дівчат на 56,2 %, а в хлопців – на 53,7 % [6].

Отримані нами дані підтверджують результати науковців [10; 14] щодо значення мотиваційно-вольових здібностей у фізичному вихованні на прикладі плавання та доводять, що після застосування авторської методики, спрямованої на підвищення мотиваційно-вольових зусиль, показники студентів експериментальної групи достовірно підвищилися, порівняно з контрольною. Зважаючи на те, що формування вольових якостей нерозривно пов'язане з усім розвитком особистості та мотивами поведінки, у студентів спостерігаємо розвиток якостей, які входять до емоційно-поведінкового й саморегуляційного компонентів.

Висновки. Результати теоретичного аналізу та експериментального дослідження засвідчили, що в процесі фізичного виховання розвиваються не лише фізичні, а й психічні властивості особистості. Ураховуючи навчальні й спортивні навантаження, із якими стикаються студенти в процесі навчання й тренувань, розвиток мотиваційно-вольових здібностей є одним із провідних напрямів у психологічній підготовці студентів, які займаються плаванням. Програма підвищення мотиваційно-вольових здібностей студентів експериментальної групи включала прийоми саморегуляції передстартових і змагальних станів, навички ідеомоторного тренування, ментальні тренінги, моделювання можливих змагальних ситуацій та ін. За результатами досліджень можемо стверджувати, що плавці експериментальної групи після проведення експерименту стали більш уважні, рішучі, самостійні й цілеспрямовані на тренуваннях та змаганнях. Вони почали більш раціонально оцінювати майбутню діяльність, структурувати її за допомогою системи завдань, оцінювати отримані результати відповідно до поставленої мети. Отже, навчальні навантаження й напружений тренувальний графік вимагають від студентів постійної високої концентрації та внутрішньої віддачі, тому розвиток мотиваційно-вольових якостей є необхідною складовою частиною психологічної підготовки студентів, які займаються плаванням у процесі фізичного виховання.

Перспективи подальших досліджень. Наступні дослідження можуть бути спрямовані на вивчення й розвиток ціннісних характеристик у студентів 1–2 курсів, які займаються плаванням.

Джерела й література

1. Азаренков В. М. Шляхи формування мотивації до занять фізичною культурою у студентів факультету мистецтв. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення*: зб. наук. праць. Харків: ХДАФК, 2016. С. 12–17.
2. Безверхня Г. В., Маєвський М. І. Мотивація до занять фізичним вихованням студенток педагогічних спеціальностей. *Спортивний вісник Придніпров'я*. Вип. 1. 2015. С. 5–10.
3. Виленский М. Я., Карповский Г. К. Мотивационно-ценностное отношение студентов к физическому воспитанию и пути его направленного формирования. *Теория и практика физической культуры*. 1984. № 10. С. 39–42.
4. Витун Е. В., Витун В. Г. Определение условий формирования личностных качеств студентов в процессе физического воспитания. *Вестник Оренбургского государственного университета*. 2016. № 8. С. 8–14.
5. Грибан Г. П. Фізичне виховання і воля: [монографія]. Житомир: Вид-во «Рута», 2008. 168 с.
6. Грецький О., Мицкан Б. Особливості формування та підтримки мотивації до занять спортом. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. Вип. 17. 2015. С. 126–136.
7. Довгань Н. Ю., Копилов О. М. Психолого-педагогічна готовність студентів до фізичного самовдосконалення. *Актуальні проблеми психології*: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН

- України/за наук. ред. С. Д. Максименка, Н. О. Євдокимової. Т. VII. *Екологічна психологія*. 38. 2015. С. 143–153.
8. Миценко Є. В. Мотивація до занять фітнесом у студентів вищого педагогічного навчального закладу. *Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури/фізична культура і спорт*: зб. наук. праць. Київ, 2017. Вип. 4 (85)17. С. 68–72.
 9. Ніколаєв К. Г. Формування мотивації до занять фізичною культурою студентів ЗВО не фізкультурного профілю. *Науковий вісник Миколаївського державного університету ім. В. О. Сухомлинського. Серія: Педагогічні науки*: зб. наук. праць. Миколаїв, 2010. №1(31), С. 135–142.
 10. Петрица П. Показники фізичного здоров'я як чинник особистої фізичної культури студента. *Молода спортивна наука України*: зб. наук. праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. Львів, 2016. Вип. 20. Т. 3, 4. С. 122–127.
 11. Савчук В. В. Формирование мотивов к занятиям физической культурой у студентов педагогического вуза: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08. Комсомольск на Амуре, 2002. 159 с.
 12. Физическая культура и спорт глазами студентов. *Проблемы и перспективы*: материалы IV Республиканской науч.-практ. конф. студентов и молодых ученых. Донецк: ГОУ ВПО «ДонАУИГС», 2019. 533 с.
 13. Физическая культура и спорт в жизни студенческой молодежи: материалы 5-й Междунар. науч.-практ. конф. Омск: Изд-во ОмГТУ, 2019. 414 с.
 14. Яковлев Ю. В. Повышение эффективности физкультурно-спортивной деятельности студентов в вузе на основе мотивационно-потребностного подхода (на примере подготовки работников горных специальностей): дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Санкт-Петербург, 2015. 186 с.
 15. Semeniv V., Babuch A., Bilenjkyj P., Kovban O. Educational model of physical training of students of biotechnological profiles. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. 2018. № 1 (41). С. 52–60. doi.org/10.29038/2220-7481-2018-01-52-60

Reference

1. Azarenkov, V. M. (2016) Shliakhy formuvannia motyvatsii do zaniat fizychnoiu kulturoiu u studentiv fakultetu mystetstv [Ways of forming motivation for Physical Education classes for students of the Faculty of Arts]. *Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia riznykh verstv naseleennia*: zб. nauk. pr. Kharkiv: KhDAFK, 12–17.
2. Bezverkhnia, H. V, Maievskiy, M. I. (2015). Motyvatsiia do zaniat fizychnym vykhovanniam studentok pedahohichnykh spetsialnostei [Motivation for Physical Education classes for students of pedagogical specialties]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*, no. 1, 5–10.
3. Vylenskyi, M. Ya., Karpovskiy, H. K. (1984). Motyvatsyonno-tsennostnoie otnoshenye studentov k fizycheskomu vospytanyiu i puty eho napravlennoho formirovaniya [Motivational-value attitude of students to physical education and ways of its directed formation]. *Teoriya y praktyka fizycheskoi kultury*, no. 10, 39–42.
4. Vytun, E.V., Vytun, V. H. (2016). Opredelenye uslovyi formirovaniya lichnostnykh kachestv studentov v protsesse fizycheskoho vospytania [Determination of conditions for the formation of students personal qualities in the Physical Education process]. *Viestnyk Orenburhskoho hosudarstviennoho unyversyteta*, no. 8, 8–14.
5. Hryban, H. P. (2008). Fizychno vykhovannia i volia [Physical behavior and will]. Monohrafiia. Zhytomyr: Ruta, 168.
6. Hrets'kyi, O. Mytskan, B. (2015). Osoblyvosti formuvannia ta pidtrymky motyvatsii do zaniat sportom. *Visnyk Prykarpatskoho universytetu. Serii: Fizychna kultura*, no. 17, 126–136.
7. Dovhan, N. Yu., Kopylov O. M. (2015). Psykholoho-pedahohichna hotovnist studentiv do fizychnoho samovdoskonalennia [Psychological and pedagogical readiness of students for physical self-improvement]. *Aktualni problemy psykholohii*: zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy za nauk. red. S. D. Maksymenka, N. O. Yevdokymovoi. T. VII. Ekolohichna psykholohiia, no. 38, 143–153.
8. Mytsenko, Ye. V. (2017). Motyvatsiia do zaniat fitnessom u studentiv vyshchoho pedahohichnoho navchalnoho zakladu [Motivation for fitness classes for students of higher pedagogical educational institution]. *Naukovyi chasopys natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Ser. 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury / fizychna kultura i sport*: zб. naukovykh prats. Kyiv, no. (85)17, 68–72.
9. Nikolaiev, K. H. (2010). Formuvannia motyvatsii do zaniat fizychnoiu kulturoiu studentiv ZVO ne fizkulturnoho profilu [Formation of motivation for physical education classes of higher education institutions of non-physical education profile students]. Vinnytsia: *Naukovyi visnyk Mykolaivskoho derzh. un-tu im. V. O. Sukhomlynskoho. Serii: Pedahohichni nauky*: zб. nauk. pr. Mykolaiv, 1(31), 135–142.

10. Petrytsa, P. (2016). Pokaznyky fizychnoho zdorov'ia yak chynnyk osobystoi fizychnoi kultury studenta [Physical health indicators as a factor of a student's personal physical culture.]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy: zb. nauk. pr. z haluzi fizychnoho vykhovannia, sportu i zdorov'ia liudyny*. Lviv, no. 20, 3, 4, 122–127.
11. Savchuk, V. V. (2002). Formyrovanye motyvov k zaniatiam fizycheskoi kulturoi u studentov pedahohycheskoho vuza [Formation of motives for Physical Education among students of a Pedagogical University]: dys. ... kand. ped. nauk: 13.00.08. Komsomolsk na Amure, 159.
12. Fyzycheskaia kultura i sport hlazamy studentov (2019) [Physical Culture and Sports through the eyes of students]. *Problemy i perspektyvy: materyaly IV Respublykanskoi nauch.-prakt. konf. stud. y molodukh uchenykh*. Donetsk: HOU VPO «DonAUyHS», 533.
13. Fyzycheskaia kultura i sport v zhyzny studencheskoi molodiozhy (2019). [Physical Culture and Sports in the life of students` youth]. [Elektronnyi resurs]: materyaly 5-i Mezhdunar. nauch.-prakt. konf. Omsk: Yzd-vo OmHTU, 414.
14. Yakovlev, Yu. V. (2015). Povyshenye efektyvnosti fyzkulturno-sportyvnoi deiatelnosti studentov v vuze na osnove motyvatsyonno-potrebnostnoho podkhoda (na pryimere podhotovky robotnykov hornykh spetsyalnostei) [Increasing the effectiveness of Physical Culture and Sports students activity at university based on a motivational-need-based approach (on the example of mining specialties training)]: dys. ... kand. ped. nauk: 13.00.04 – teoriya y metodyka fizycheskoho vospytanyia, sportyvnoi trenyrovky, ozdorovytelnoi y adaptyvnoi fizycheskoi kultury. Sankt-Peterburh, 186.
15. Semeniv, B., Babuch, A., Bilenyki, P., Kovban, O. (2018). Educational model of physical training of students of bio-technological profies. *Fizychne vykhovannia, sport i kultura zdorov'ia u suchasnomu suspilstvi: zb. nauk.prats Skhidnoievropeiskoho natsionalnoho universytetu imeni Lesi Ukrainky*, no. 1 (41), 52–60. doi.org/10.29038/2220-7481-2018-01-52-60.

Стаття надійшла до редакції 05.03.2021 р.

EFFECT OF THE CONFINEMENT IMPOSED BY COVID-19 ON ALGERIANS PHYSICAL ACTIVITY THROUGH LENS OF GENDER

Houar Abdelatif¹, Kacem Abdelhadi², Zerf Mohamed³, Bengoua Ali³

¹University of Ghardaïa, Faculty of Humanities and Social Sciences, Physical Activity and Sport Program Optimization Laboratory (LABOPAPS), Algeria, houar.abdelatif@univ-ghardaia.dz

²University of Ahmed ben Yahia El Wancharissi Tissemsilt, Institute of Sciences and Techniques Physicals Activities and Sports, Algeria, a.kacem@univ-bouira.dz

³University of Abdelhamid Ibn Badis Mostaganem, Institute of Physical Education and sport, Physical Activity and Sport Program Optimization Laboratory (LABOPAPS), Algeria, biomeca.zerf@outlook.com

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-57-64>

Abstracts

Background. To estimate the level of PA before and during quarantine, in both sexes, according to four categories (vigorous, moderate, walking and sitting) and to provide suggestions to reduce the negative effects of the latter (quarantine) on the health of the Algerian population. **Methods.** A sample of 1210 of Algerian males and females, age around 18 to 60 years old have been taken a part in this study: males: 991–81,9 %, females: 219–18,1 %. Interviewed by IPAQ (short form) to estimate the impact of confinement on Algerians gender lifestyle physical activity. **Results.** We confirmed that sitting long hours was the main problem for two sexes. As well as males are more active than females in all comparisons practiced. **Conclusion.** Confinement is a fundamental safety step to avoid the spreading of Covid-19. Whereas some guidelines for avoiding prolongation are requested to reduce inactivity and sedentary lifestyle, especially for our females. Support by health and exercise videos broadcast by national television in order to improve physical activity and routinely exercising in a safe home environment. Support in this study, as an important governmental policy, helps their citizens for healthy living during the corona virus crisis. Admitted as guidelines for our females, permitting them to maintain their physical function and mental health during this critical period.

Key words: physical activity level, lifestyle, prevention.

Хуар Абделатіф, Касем Абдельхаді, Зерф Мохамед, Бенгуа Алі. Вплив коронакризи, пов'язаної з covid-19 на фізичну активність алжирців за гендерною ознакою. **Метою дослідження** є оцінка рівня фізичної активності до й під час карантину в чоловіків і жінок за чотирма категоріями (енергійна, помірна, при ходьбі, під час сидіння) та надати пропозиції щодо зменшення негативного впливу коронакризи на здоров'я алжирського населення. **Методи дослідження.** У дослідженні взяли участь 1210 алжирських чоловіків та жінок віком від 18 до 60 років: 991 чоловіків – 81,9 %, 219 жінок – 18,1 %. Для оцінки впливу обмежень, пов'язаних із пандемією, на фізичну активність алжирців використано IPAQ опитувальник, його коротка форма. **Результати дослідження.** Доведено, що довготривале сидіння викликало низку проблем як для чоловіків, так і для жінок, незважаючи на те, що чоловіки є більш активними за всіма видами життєдіяльності. **Висновки.** Соціальне дистанціювання є найдієвішим кроком у забезпеченні уникнення розповсюдження вірусу Covid-19. Тоді як дотримання правил «усамітнення» вимагає зменшення активності та призводить до малорухливого способу життя, особливо алжирських жінок. Тому відеотрансляції на тему здоров'я та занять спортом, що проводяться національним телебаченням, мають на меті покращити фізичну активність та збільшити кількість систематичних фізичних тренувань у безпечних для здоров'я домашніх умовах. Така політика з боку державних органів влади допомагає громадянам Алжиру дотримуватися здорового способу життя під час коронакризи. Такими рекомендаціями керується й жіноча частина населення, що дає їй змогу підтримувати свою фізичну функцію та психічне здоров'я в кризовий період.

Ключові слова: рівень фізичної активності, спосіб життя, профілактика захворювань.

Хуари Абделатіф, Касем Абдельхаді, Зерф Мохамед, Бенгуа Алі. Влияние коронакризиса, связанного с Covid-19, на физическую активность алжирцев по гендерному признаку. **Целью исследования** является оценка уровня физической активности до и во время карантина у мужчин и женщин по четырем категориям (энергичная, умеренная, при ходьбе, во время сидения) и предоставит предложения по уменьшению негативного влияния коронакризиса на здоровье алжирского населения. **Методы исследования.** В исследовании приняли участие 1210 алжирских мужчин и женщин в возрасте от 18 до 60 лет: 991 мужчин – 81,9 %, 219 женщин – 18,1 %. Для оценки влияния ограничений, связанных с пандемией на физическую активность алжирцев, был использован IPAQ опросник, его краткая форма. **Результаты исследования.** Доказано, что длительное сидение вызвало ряд проблем как для мужчин, так и для женщин, несмотря на то, что мужчины являются более активными по всем видам жизнедеятельности. **Выводы.** Социальное дистанцирование является самым действенным шагом в обеспечении предотвращения распространения вируса Covid-19, тогда как

соблюдение правил «уединения» требует уменьшения активности и приводит к малоподвижному образу жизни, особенно алжирских женщин. Поэтому трансляция на тему здоровья и занятий спортом, проводимых национальным телевидением, имеют целью улучшить физическую активность и увеличить количество систематических физических тренировок в безопасных для здоровья домашних условиях. Такая политика со стороны государственных органов власти помогает гражданам Алжира придерживаться здорового образа жизни во время коронакризиса. Такими рекомендациями руководствуется и женская часть населения, что позволяет ей поддерживать свою физическую функцию и психическое здоровье в кризисный период.

Ключевые слова: уровень физической активности, образ жизни, профилактика заболеваний.

Introduction. Coronavirus disease 2019 (COVID-19), formerly known as Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2) and 2019 New Coronavirus (2019-nCoV), was first identified in December 2019 in Wuhan City, China [1]. On 30th January 2020, the WHO declared the Chinese outbreak of COVID-19 to be a Public Health Emergency of International Concern posed a high risk to countries with vulnerable health systems. The emergency committee has stated that the spread of COVID-19 may be interrupted by early detection, isolation, prompt treatment, and the implementation of a robust system to trace contacts [2].

The first ten cases have been described in Africa (Egypt, Algeria, Nigeria, Morocco and Senegal), the spread on the African continent is an important alarm for several explanations. Densely, large and a populated areas and cantons with high poverty and a high migration are the most susceptible peoples for airborne infections and pandemics [3].

On 25 February 2020, Algeria confirmed its first case of SARS CoV-2, an Italian man who arrived on 17 February; on 28 February, Algeria deported him back to Italy, via a special flight from the Hassi Messaoud airport where he was subject to quarantine. On 2nd March, Algeria confirmed two new human cases of SARS-CoV-2. On 3rd March, Algeria stated another two cases of SARS-CoV-2, which brought the total number of confirmed cases to five. The declarations revealed that the two new cases of COVID-19 are from the same family, and were living in France, adding that there's an exploration to determine the identities of the persons who were in contact with them. The Algerian Ministry of Health declared on the evening of 3rd March that three new cases of SARS-CoV-2 had been recorded, bringing the total number of cases to eight. On 4th March, 4 new cases of SARS-CoV-2 had been confirmed, from the same family, bringing the total number of cases to 12. On 12th March, five new cases of COVID-19, including one death, aged 78 and placed in isolation at Blida hospital. Two cases having stayed in France, one in the Souk-Ahras province, and the other in the Tizi-Ouzou province and three in that of Blida province. The total number of confirmed cases is 26. adding a woman in the state of Skikda having stayed in France was announced, and a second death aged 55 is recorded without the indication of his residence. On 17th March, a fifth death was recorded in the Blida Province, he was 51 years old with chronic conditions. On 19th March, 10 new confirmed cases of the COVID-19, including two new deaths, to reach a total of 82 confirmed cases including eight deaths [4].

On the other hand, according to the President of the Republic of Algeria, COVID-19 pandemic is an issue of «health safety» and «national security», and the State is completely aware of the sensitive crisis and is concerned with the respect of rights and freedoms as much as it assumes its responsibility in protecting people and property. However, the State cannot alone ward off the spread of the COVID-19 pandemic if people do not satisfy their responsibility to protect themselves and do not conscientiously fulfill with preventive measures and hygiene rules. The State's efforts will remain imperfect, without the discipline, cohesion and understanding of the population, in particular through declaring suspicious human cases to decrease infection and contamination risks (Algeria Press Service, 2020) [4]. While containing the virus as quickly as possible is the urgent public health priority, there have been few public health guidelines for the public as to what people can or should do in terms of maintaining their daily exercise or physical activity routines. Arguably, staying home, as a safe measure, may have unintended negative consequences since such efforts to avoid human-to-human transmission of the virus may lead to reduced physical activity. It is likely that prolonged home stay may lead to increased sedentary behaviors, such as spending excessive amounts of time sitting, reclining, or lying down for screening activities (playing games, watching television, using mobile devices); reducing regular physical activity (hence lower energy expenditure); or engaging in avoidance activities that, consequently, lead to an increased risk for and potential worsening of chronic health conditions [5].

WHO recommends 60 min/day of moderate-to-vigorous physical activity for 6–17-yr-olds, and 75 min/wk of vigorous or 150 min/wk of moderate physical activity for adults and elderly, including 3 and 2 days/wk, respectively, with muscle and bone strengthening. Practical recommendations for staying active

at home, with aerobic exercise training on a bike or rowing ergo meter, bodyweight training, dance and active video gaming, can aid to counteract the detrimental physical and mental side-effects of the COVID-19 protective lifestyle regulations. This commentary provides useful information on home-based physical activity for sedentary people across the lifespan, including children and adolescence, that can be undertaken during the present pandemic or other outbreaks of infectious disease [6].

Therefore, there is a strong health rationale for continuing physical activity at the home to stay healthy and maintain immunity system function in the current precarious environment [7].

It is well known that physical non-activity causes over 5 million deaths worldwide and represents damage for economy of the public health systems, which, for these reasons encourage PA for health promotion and disease prevention [8].

However, due to the government guidelines limitations, we hypothesized that people would practice lower levels of PA during confinement. Support by inactive lifestyle during this period compared to their lifestyle before this virus. Estimated in this study by the validity of International Physical Activity Questionnaire (IPAQ). As standardized instrument used to assess the levels of PA practice in a population, during the «last 7 days» or in the «usual week» [9].

Used in this study by its short-form (IPAQ-SF) estimated from its four intensity levels of PA: (a) vigorous; (b) moderate; (c) walking; (d) sitting [10]. Its data collected admitted by similarities to compute the levels of PA practice in relation to the energy expenditure weekly by using a respective metabolic equivalent task (MET) of each PA type [11].

Aimed in this study through an online adapted version to collected and compared the levels of the four PA categories (Vigorous; Moderate; Walking and Sitting, expressed as (Days/week; min/week; MET values and Hours/day) among the Algerian (males and females) population before and during the last seven days of COVID-19 quarantine.

Methodology

Design Study. The present study is a quick, large cross-sectional online survey conducted by using a social Media.

The questionnaire used was the IPAQ short Form version validated in English [10]. The IPAQ short version asks about three specific types of activity undertaken during the previous 7 days in the four domains (leisure time, work, household activities and transport); items are structured to provide separate scores for walking, moderately intense and vigorously intense activities. The IPAQ version also contains a question about the time spent on sedentary activity.

Procedure (Survey or IPA Questionnaire – Short Form)

The electronic survey was designed and edited by 04 academic Researchers in physical education from different Algerian universities: University of Ghardaïa; University of Ahmed ben yahia el wancharissi Tissemsilt, and University of Abdelhamid ibn badis Mostaganem, following with a structured literature review. The survey was uploaded and shared online on the Google platform. A link to the electronic survey was distributed via a different way: invitation via e-mails, Facebook™, WhatsApp™ and Twitter™.

Sampling

The online survey was anonymous and not attributable to the identity of the participants. 1210 Algerian participants between (18–60 years old), were included under this study and they were grouped based on their sex: Male: 991; Female: 219.

Statistical Analysis

This study adopts qualitative and quantitative contents analysis as methodological techniques for interpretation and analysis. All data were analyzed using SPSS 22,0 for Windows Hence, in analyzing the data, these two methodologies are used in an intertwine manner to ascertain how the context of the two sexes response for intensity of physical activity questionnaire recorded before and during home confinement. We used also T-tests to compare between «male and female» recorded (Before home confinement; during home confinement and before and during home confinement). Histograms were used to represent data analysis of these quantitative variables. They are applied to this study because of their compatibility and suitability to this research project. Statistical significance was accepted as $p < 0,05$.

Results and Analysis of Data. A sample of 1210 participants which comprised 991 males (81,9 %) and 219 females (18,1 %), between (18–60 years old). All the characteristics of the participants are reported in table 1.

Table 2. The table above shows the results of a comparison between male and female following with a pre-containment physical activity index using the t-test. Depending on these results, we can differentiate evidently between the two sexes where the values of statistical significance are below ($p < 0,05$) in the three

levels of intensity (Vigorous; Moderate; Walking and Setting). However, the comparison of the number of days of moderate intensity in the first stage and the number of sitting hours in the second stage did not reveal any significant difference between the two sexes before confinement.

Table 1

Characteristics of the Participants

Variable	Sample	n	%
Participants	Total	1 210	100
Gender	Male	991	81,9
	Female	219	18,1
Age	Years ± SD	18–30yearsold	689
	30,73± 8,01	31–45yearsold	455
		46–60yearsold	66
Family Situation	Unmarried	750	61,98
	Married	447	36,94
	Divorced	13	1,07
Educational Level	There is no	7	0,57
	Primary Education	2	0,16
	Basic or Intermediate Education	34	2,80
	High School	166	31,71
	University Education	1 001	82,72
Sports	Athlete	873	72,14
	Non-athlete	337	27,85
	Non- patient	992	81,98

Note: n_ number; %_ percentage

Table 2

Intensity of Physical Activity Questionnaire «Male and Female» Recorded before Home Confinement

Intensity		Male	Female	T test	P value	Signification
Vigorous	Days/week	2,10±1,93	1,11±1,62	7,83	<0,05	.000
	min/week	36,08±32,09	18,21±24,82	9,10	<0,05	.000
	MET values	869,81±1024,3	721,31±934,2	15,72	<0,05	.000
Moderate	Days/week	1,94±1,80	1,80±1,70	1,01	<0,05	.311
	min/week	34,94±29,55	18,67±28,03	7,77	<0,05	.000
	MET values	389,07±728,15	290,9±312,42	9,43	<0,05	.000
Walking	Days/week	3,99±2,52	3,55±2,32	2,42	<0,05	.016
	min/week	40,11±35,23	34,31±27,78	2,65	<0,05	.008
	MET values	757,86±925,32	457,20±311,64	11,02	<0,05	.000
Setting	Hours/day	2,62±3,40	2,59±1,97	0,14	<0,05	0,88

Table 3

Intensity of Physical Activity Questionnaire «Male and Female» Recorded before and During Home Confinement

Male								
Intensity		Before	During	Δ	%	T	P	Sig
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Vigorous	Days/week	2,10±1,93	1,45±1,79	0,65	30,95	33,43	<0,05	.000
	min/week	36,08±32,09	23,9±30,91	13,18	36,52	11,5	<0,05	.000
	MET values	869,81±1024,3	397,83±512,17	471,98	54,26	22,32	<0,05	.000
Moderate	Days/week	1,94±1,80	1,58±1,74	0,36	18,56	33,21	<0,05	.000
	min/week	34,94±29,55	26,5±30,81	8,44	24,15	8,52	0,05	.000
	MET values	389,07±728,15	240,33±494,61	148,74	38,22	18,44	<0,05	.000

End of the table 3

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Walking	Days/week	3,99±2,52	2,95±2,4	1,04	26,06	13,76	<0,05	.000
	min/week	40,11±35,23	31,08±29,69	9,03	22,51	8,93	<0,05	.000
	MET values	757,86±925,32	344,16±548,27	413,7	54,58	16,73	<0,05	.000
Setting	Hours/day	2,62±3,4	4,2±2,96	-1,58	60,30	13,2	<0,05	.000
Female								
Intensity		Before	During	\bar{x}	%	T	P	Sig
Vigorous	Days/week	1,11±1,62	0,90±1,75	0,21	18,91	9,73	<0,05	.000
	min/week	18,21±24,82	11,43±20,51	6,78	37,23	4,88	<0,05	.000
	MET values	721,31±934,2	340,57±322,01	380,80	52,79	8,56	<0,05	.000
Moderate	Days/week	1,80±1,70	0,89±1,61	0,91	50,55	15,20	<0,05	.000
	min/week	18,67±28,03	12,87±21,53	5,8	31,06	3,52	<0,05	.000
	MET values	290,9±312,42	170,65±213,51	120,25	41,33	13,20	<0,05	.000
Walking	Days/week	3,55±2,32	1,04±1,81	2,51	70,70	22,42	<0,05	.000
	min/week	34,31±27,78	12,64±20,71	21,67	63,15	10,75	0,05	.000
	MET values	457,20±311,64	201,20±320,54	256,00	55,99	9,85	<0,05	.000
Setting	Hours/day	2,59±1,97	4,20±2,91	1,61	62,16	9,91	<0,05	.000

Table 3. Those results show the significant difference between pre-confinement and during confinement following the qualifier: physical activity in both sexes in different intensities (Days/week; min/week; MET values and Hours/day) by using the t-test ($p < 0,05$), and the difference of the averages, where we notice a decrease in the level of physical activity during the confinement period in both sexes with percentages close to and equal to 50 % compared to the physical activity of the pre-confinement.

Table 4

Intensity of Physical Activity Questionnaire «Male and Female» Recorded during Home Confinement

Intensity		Male	Female	T Test	P Value	Significa-tion
Vigorous	Days/week	1,45±1,79	0,90±1,75	4,16	<0,05	.000
	min/week	23,90±30,91	11,43±20,51	7,33	<0,05	.000
	MET values	397,83±512,17	340,57±322,01	16,31	<0,05	.000
Moderate	Days/week	1,58±1,74	0,89±1,61	5,64	<0,05	.000
	min/week	26,50±30,81	12,87±21,53	7,77	<0,05	.000
	MET values	240,33±494,61	170,65±213,51	14,52	<0,05	.000
Walking	Days/week	2,95±2,40	1,04±1,81	13,19	<0,05	.000
	min/week	31,08±29,69	12,64±20,71	10,92	<0,05	.000
	MET values	344,16±548,27	201,20±320,54	9,46	<0,05	.000
Setting	Hours/day	4,20±2,96	4,20±2,96	0,034	<0,05	0,97

Table 4. The results of the comparison of the two sexes, using the t-test, affirm those shown in table 04 where we obtained significant differences between women and men in physical activity in the three levels of intensity, where the significance values were less than ($p < 0,05$). This difference was in favor of the male sex being the most active during confinement. This finding was accompanied by the appearance of statistically insignificant differences in the number of hours sitting.

Discussion. The objective of the present study was firstly distinguished to inspect the effects of the confinement imposed by Covid-19 on the different PA levels, and secondly to compare between Algerian women and men in their PA levels before and during quarantine. Based on gender all statistical used are significant differences between women and men in the pre-test or before confinement, where men appeared to be more active compared to our females, except in the number of days/weeks of the moderate PA level

additional to daily hourly seating. This case is explained by our socio-cultural aspect in which the most of Algerian women stay at home, after their external obligations (working or standing). Advocated in this study by the different PA levels and the number of days/weeks practice, which was less than 5 days/week recommended by international values and guidelines support. Admitted by pre-confinement PA values, which are close to the values sited by Achraf Ammar et al (2020) estimated from 1047 people in Asia, Africa, and Europe in the different levels [12].

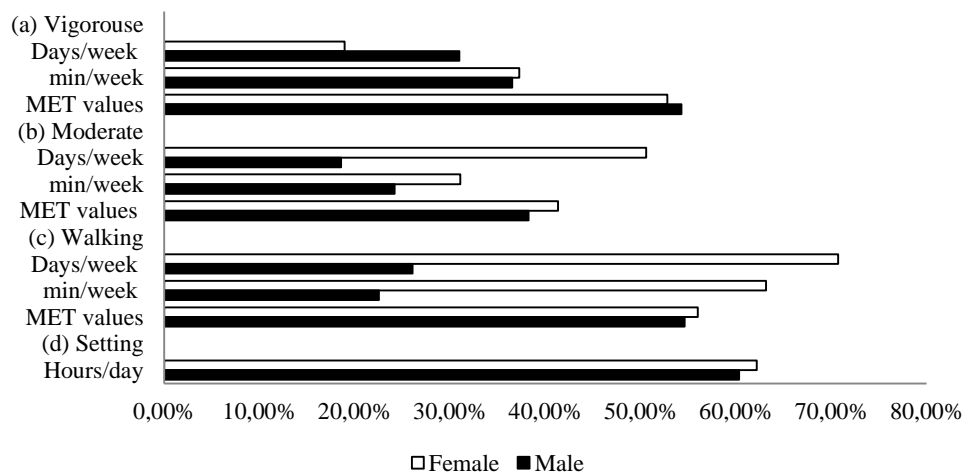


Fig. 1. Shows a Comparison before and during the Confinement in Different % Intensity Categories (Vigorous; Moderate; Walking and Sitting), Expressed as (Days/Week; Min/Week; MET Values and Hours/Day) Between Male and Female

Admitted in the two studies by its lower in the period of quarantine, especially when we compared it with the international recommendations that commend 150 to 300 min/ PA week moderated intensity [13], accompanied with 2 resistance sessions per week [14]. Practiced in the case of our samples above 111 min/week of moderated intensity for men additional to 2,10 days/week of vigorous intensity, compared to 71,19 min/week of moderated intensity with the average of 1.11 days/week of vigorous intensity apply by our females. While their comparisons with Achraf Ammar et al (2020) accepted their adequate with PA volume not intensity of efforts (vigorous or moderate) for our two sex [12], in the two preoids, according to the results presented in Table N°03. Claimed in this study as healthy guidelines requesting from our government will politically embody these values in our society.

Advocated by the scientists in this area under rural health social sport projects estimated to promote the recommended PA [15; 6; 16; 17], such as E-Health and video sport technologies as benefits PA interventions able to more individualized behavior change interventions and improving psycho-physiological functions across life or in this period [18; 19] using at least 30 min of moderate intensity PA or vigorous intensity [20; 7]. Claim in the case of Algerian by TV programs broadcast by national television in order to improve physical activity and routinely exercising in a safe home environment, not only in confinement period but also before confinement for both sexes. Recommended for our both sexes under vigorous PA or moderated WHO-recommended PA levels [21; 22].

Support by this study through intensity of load not volume work. Admitted in the case of our sample to be accumulated, at least two-and-a-half hours of moderate-intensity exercise per week, or one-and-a-quarter hours of vigorous activity per week to be done at work or home on most days of the week [23; 24; 25]. Documented by American College of Sports Medicine and the American Heart Association to promote and to maintain health of all aged [26; 27; 28; 29; 30; 31; 32; 33; 34; 23].

Recommended in this study for our citizens as national policy guidelines to improve quality of all life conditions. Estimated in this study as Algerian government policy guidelines establishing on dynamic and innovative culture which promote and award perfection and engagement in physical daily activities, ensuring for all citizens as regular physical activity habits within the approach of «sports for everyone».

Limitations and Scope of the Study. This study is intended to examine the event (Covid-19), and use of the IPAQ-SF in collecting information due to the shortness of its questions and clarity in the presentation, which contributed to collect a large number of answers from Algerian people depending on their sex (males and females).

In fact, due to the quarantine, the online survey is an ideal research instrument, as it allowed us to recruit a large sample. Among the strengths of the online survey, we highlight the possibility of reaching the population belonging to different geographical areas and, moreover, the speed in collecting data.

Despite the strengths of our study, that did not prevent it from having limits, especially when it comes to the honesty of the respondent, the latter is unknown for researchers, in addition to the weak percentage of female answers by (18,1 %) compared to males (81,9 %). Nevertheless, our outcomes are in agreement with the literature.

Conclusions. Through the results of our study, we can determine that the current quarantine has negatively influenced the practice of PA, especially for our Females.

Support in this study as office guidelines governmental for their citizens during the coronavirus crisis. Support in this study by exercising at home using various home exercises include walking in the house and to the store as necessary, lifting and carrying groceries, alternating leg lunges, stair climbing, stand-to-sit and sit-to-stand using a chair and from the floor, chair squats, and sit-ups and pushups. In addition, traditional Taiji Quan, Qigong exercises, [32], and yoga [33]. Estimated in this study by E-health and exercise videos [34], broadcast by national television in order to improve physical activity and routinely exercising in a safe home environment.

Support in this study as an important governmental policy to help their citizens for healthy living during the coronavirus crisis [23]. Admitted as guidelines for our females permitting them to maintainian their physical function and mental health during this critical period.

Funding: this research received no external funding.

Acknowledgments: thank you to the children who took part in this study.

Conflicts of Interest: the authors declare no conflict of interest.

Reference

1. Xiao, H., Zhang, Y., Kong, D. (2020). The effects of social support on sleep quality of medical staff treating patients with coronavirus disease 2019(COVID-19) in January and February 2020 in China. *Med Sci Monit.* Epub ahead of print 2020. DOI: 10.12659/MSM.923549.
2. World Health Organization. WHO Coronavirus Disease (COVID-19). Dashboard. *World Health Organization.*
3. Gilbert, M., Pullano, G., Pinotti, F. (2020). Preparedness and vulnerability of African countries against importations of COVID-19: a modelling study. *Lancet.* Epub ahead of print 2020. DOI: 10.1016/S0140-6736(20)30411-6.
4. Hadjib, M. (2019). Novel Coronavirus Disease 2019 (COVID- 2019). Outbreak in Algeria: A New Challenge for Prevention. *J Comunity Med Heal Care.*
5. Owen, N., Sparling, P. B., Healy, G. N. (2010). Sedentary behavior: Emerging evidence for a new health risk. *Mayo Clinic Proceedings.* Epub ahead of print 2010. DOI: 10.4065/mcp.2010.0444.
6. Hammami, A., Harrabi B., Mohr M. (2020). Physical activity and coronavirus disease 2019 (COVID-19): specific recommendations for home-based physical training. *Managing Sport and Leisure.* Epub ahead of print 2020. DOI: 10.1080/23750472.2020.1757494.
7. Chen, P., Mao L., Nassiss G. (2020). Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *Journal of Sport and Health Science.* Epub ahead of print 2020. DOI: 10.1016/j.jshs.2020.02.001.
8. Ding, D., Kolbe-Alexander T., Nguyen B. (2017). The economic burden of physical inactivity: A systematic review and critical appraisal. *British Journal of Sports Medicine.* DOI: 10.1136/bjsports-2016-097385.
9. Craig, C., Marshall, A., Sjostrom, M. (2003). Guidelines for data processing and analysis of the IPAQ-short and long forms. *Med Sci Sport Exerc.* Epub ahead of print 2003. DOI: 10.1249/01.MSS.0000078924.61453.FB.
10. Lee, P. H., Macfarlane, D. J., Lam, T. H. (2011). Validity of the international physical activity questionnaire short form (IPAQ-SF): A systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity.* Epub ahead of print 2011. DOI: 10.1186/1479-5868-8-115.
11. Ainsworth, B. E., Haskell, W. L., Hermann, S. D. (2011). Compendium of Physical Activities. *Med Sci Sport Exerc.* Epub ahead of print 2011. DOI: 10.1249/mss.0b013e31821ece12.
12. Ammar, A., Brach, M., Trabelsi, K. (2020). Effects of COVID-19 home confinement on eating behaviour and physical activity: Results of the ECLB-COVID19 international online survey. *Nutrients.* Epub ahead of print 2020. DOI: 10.3390/nu12061583.
13. Baradaran, M. S., Kelishadi, R. (2020). Impact of Sedentary Behavior on Bodily Pain While Staying at Home in COVID-19 Epidemic and Potential Preventive Strategies. *Asian J Sports Med.* Epub ahead of print 2020. DOI: 10.5812/asjms.103511.
14. Jiménez-Pavón, D., Carbonell-Baeza, A., Lavie, C. J. (2020). Physical exercise as therapy to fight against the mental and physical consequences of COVID-19 quarantine: Special focus in older people. *Progress in Cardiovascular Diseases.* Epub ahead of print 2020. DOI: 10.1016/j.pcad.2020.03.009.

15. Jurak, G., Morrison, S. A., Leskošek, B. (2020). Physical activity recommendations during the coronavirus disease-2019 virus outbreak. *Journal of Sport and Health Science*. Epub ahead of print 2020. DOI: 10.1016/j.jshs.2020.05.003.
16. Clerkin, K. J., Fried, J. A., Raikhelkar, J. (2020). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) and Cardiovascular Disease Running Title: Clerkin et al.; COVID-19 and Cardiovascular Disease. *Am Hear Assoc*. Epub ahead of print 2020. DOI: 10.1161/CIRCULATIONAHA.120.046941.
17. Andersen, L. B, Riddoch, C., Kriemler, S. (2011). Physical activity and cardiovascular risk factors in children. *British Journal of Sports Medicine*. Epub ahead of print 2011. DOI: 10.1136/bjsports-2011-090333.
18. Mil, A., Sci, H. (2020). Uncorrected Proof The COVID-19 Pandemic: The Role of Body Exercise Dear Editor 2019–2020.
19. Contieri, M., Trucillo, M., Pavese, L. (2020). Can lifestyle have an impact on the incidence of COVID-19 disease? p. 56–59.
20. Piercy, K. L., Troiano, R. P., Ballard, R. M. (2018). The physical activity guidelines for Americans. *JAMA - J Am Med Assoc*. Epub ahead of print 2018. DOI: 10.1001/jama.2018.14854.
21. Agriculture USD of H and HS and USD of 2015 – 2020. Dietary Guidelines for Americans. *2015–2020 Diet Guidel Am (8th Ed)*. Epub ahead of print 2015. DOI: 10.1097/NT.0b013e31826c50af.
22. Giustino, V., Parroco, A. M., Gennaro, A. (2020). Physical activity levels and related energy expenditure during COVID-19 quarantine among the sicilian active population: A cross-sectional online survey study. *Sustain*. Epub ahead of print 2020. DOI: 10.3390/su12114356.
23. Booth, F. W, Gordon, S. E, Carlson, C. J. (2020). Waging war on modern chronic diseases: Primary prevention through exercise biology. *Journal of Applied Physiology*. Epub ahead of print 2000. DOI: 10.1152/jappl.2000.88.2.774.
24. HQ, B. (2019). *Physical Exercise for Brain Health*.
25. Kortebein, P., Ferrando, A., Lombeida, J. (2007). Effect of 10 days of bed rest on skeletal muscle in healthy older adults. *Journal of the American Medical Association*. Epub ahead of print 2007. DOI: 10.1001/jama.297.16.1772-b.
26. Breen, L., Stokes, K. A., Churchward-Venne, T. A. (2013). Two weeks of reduced activity decreases leg lean mass and induces 'anabolic resistance' of myofibrillar protein synthesis in healthy elderly. *J Clin Endocrinol Metab*. Epub ahead of print 2013. DOI: 10.1210/jc.2013-1502.
27. Westerterp, K. R. (2019). Physical activity and body-weight regulation. p. 791–792.
28. Jakicic, J. M., Davis, K. K. (2011). Obesity and physical activity. *Psychiatr Clin North Am*, p. 829–840.
29. Gaesser, G. A, Angadi, S. S, Sawyer, B. J. (2011). Exercise and diet, independent of weight loss, improve cardiometabolic risk profile in overweight and obese individuals. *The Physician and sportsmedicine*. Epub ahead of print 2011. DOI: 10.3810/psm.2011.05.1898.
30. Zhu, W. (2019). If you are physically fit, you will live a longer and healthier life: An interview with Dr. Steven N. Blair. *J Sport Heal Sci*. Epub ahead of print 2019. DOI: 10.1016/j.jshs.2019.09.006.
31. Guo, Y, Qiu, P., Liu, T. (2013). Tai Ji Quan: An overview of its history, health benefits, and cultural value. *Journal of Sport and Health Science*. Epub ahead of print 2014. DOI: 10.1016/j.jshs.2013.10.004.
32. Yoga-what-you-need-to-know. Available at: www.nccih.nih.gov.
33. Tate, D. F., Lyons, E. J., Valle, C. G. (2015). High-tech tools for exercise motivation: Use and role of technologies such as the internet, mobile applications, social media, and video games. *Diabetes Spectrum*. Epub ahead of print 2015. DOI: 10.2337/diaspect.28.1.45.

Стаття надійшла до редакції 09.01.2021 р.

Лікувальна фізична культура, спортивна медицина й фізична реабілітація

УДК 615.616.728.2

МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ПОБУДОВИ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДЛЯ ОСІБ ПІСЛЯ ОСТЕОСИНТЕЗУ ВЕРТЛЮГОВОЇ ЗАПАДИНИ

Марина Пасенко¹, Оксана Глиняна¹

¹Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», Київ, Україна, gksusha@ukr.net

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-65-71>

Анотації

Актуальність. Переломи вертлюгової западини щодо всіх переломів таза, за даними різних учених, становлять від 6 до 23 %. За останній час статистика травм і пошкоджень опорно-рухового апарату вказує на те, що частота переломів вертлюгової западини нині не має тенденції до зниження. За підрахунками ВОЗ, значна кількість хворих після переломів вертлюгової западини залишаються інвалідами й мають ускладнення у вигляді постравматичного артрозу та асептичного некрозу кульшового суглоба. Профілактика цих наслідків є досить складним завданням. Якщо лікуванню переломів кульшової западини, консервативному та оперативному, у гострому періоді травми приділяється увага багатьма авторами, то фізичної терапії стосуються лише поодинокі роботи, пов'язані із застосуванням окремих лікувальних факторів. У статті розглянуто традиційні та сучасні підходи до побудови процесу фізичної терапії хворих після оперативного лікування перелому вертлюгової западини. Розглянуті положення міжнародної класифікації функціонування стосовно організації й направленості заходів фізичної терапії. Наведено принципи фізичної терапії та підходи до постановки SMART-цілей. **Мета дослідження** – визначити методичні основи та особливості побудови програми фізичної терапії хворих після остеосинтезу вертлюгової западини. **Матеріал і методи дослідження** – аналіз науково-методичної літератури, синтез й узагальнення. **Результати роботи.** Проведено аналіз науково-методичної літератури та визначення стану програм фізичної терапії хворих після остеосинтезу вертлюгової западини ми виявили їх незначну кількість у вітчизняних і зарубіжних джерелах, а також відсутність сучасних підходів у їх побудові. Тож нами розглянуто послідовність створення програми фізичної терапії, починаючи від принципів, МКФ, SMART-цілей, а також дій, які виконує мультидисциплінарна команда. **Висновки.** Побудовано блок-схему процесу фізичної терапії з комплексним використанням засобів і методів після остеосинтезу переломів вертлюгової западини, визначення цілей та встановленням напряму реабілітаційного процесу, що відбувається з дотриманням принципів фізичної терапії, з урахуванням МКФ та постановкою SMART-цілей.

Ключові слова: вертлюгова западина, остеосинтез, фізична терапія, кінезіотерапія, лімфодренажний масаж, кінезіотейпування.

Марина Пасенко, Оксана Глиняна. Методические основы построения программы по физической терапии лиц после остеосинтеза вертлужной впадины. Актуальность. Переломи вертлужной впадины по отношению ко всем переломам таза, по данным разных авторов, составляют 6–23 %. За последнее время статистика травм и повреждений опорно-двигательного аппарата указывает на то, что частота переломов вертлужной впадины в настоящее время не имеет тенденции к снижению. По подсчетам ВОЗ, значительное количество больных после переломов вертлужной впадины остаются инвалидами и имеют осложнения в виде постравматического артроза и асептического некроза тазобедренного сустава. Профилактика этих последствий является довольно сложной задачей. Если лечению переломов вертлужной впадины, консервативном и оперативном, в остром периоде травмы уделяется внимание многими авторами, то физическая терапия раскрывается лишь в единичной работе, связанной с применением отдельных лечебных факторов. В статье

рассматриваются традиционные и современные подходы к построению процесса физической терапии больных после оперативного лечения перелома вертлужной впадины. Рассмотрены положения международной классификации функционирования относительно организации и направленности мероприятий физической терапии. Приведены принципы физической терапии и подходы к постановке SMART-целей. **Цель исследования** – определить методические основы и особенности построения программы по физической терапии больных после остеосинтеза вертлужной впадины. **Материал и методы исследования** – анализ научно-методической литературы, синтез и обобщение. **Результаты работы.** Проведен анализ научно-методической литературы и определяется состояние программ по физической терапии больных после остеосинтеза вертлужной впадины. Мы обнаружили их незначительное количество в отечественных и зарубежных источниках, а также отсутствие современных подходов в их построении. Поэтому нами рассмотрена последовательность создания программы по физической терапии, начиная от принципов, МКФ, SMART-целей, а также действий, выполняемых мультидисциплинарной командой. **Выводы.** Построено блок-схему процесса физической терапии с комплексным использованием средств и методов после остеосинтеза переломов вертлужной впадины, определением целей и установлением направления реабилитационного процесса, происходящего с соблюдением принципов физической терапии, с учетом МКФ и постановкой SMART-целей.

Ключевые слова: вертлужная впадина, остеосинтез, физическая терапия, кинезиотерапия, лимфодренажный массаж, кинезиотейпирование.

Maryna Pasenko, Oksana Hlyniana. Methodical Bases of Physical Therapy Program Construction for Persons after Osteosynthesis of an Acetabulum. Topicality. Acetabulum fractures in comparison with all pelvic fractures add up from 6 % to 23 %. Recently, the statistics of the musculoskeletal system's injuries indicates that acetabulum fractures frequency currently does not decrease. According to the estimates of WHO, a significant number of patients after acetabulum fractures remain disabled and have complications, such as post-traumatic osteoarthritis and aseptic necrosis of the hip joint. A rather difficult task is prevention of these consequences. Treatment of hip fractures (conservative and operative) in the acute injury period has been paid attention by many researchers. But only a few papers are devoted to physical therapy research that is associated with the use of only certain therapeutic methods. The traditional and modern approaches to the physical therapy process construction of patients after surgical treatment of acetabulum fractures have been considered in the research. The provisions of the international classification according to the organization and direction of physical therapy measures have been studied. The principles of physical therapy and approaches in frame of SMART-goals have been presented in the paper. **Research Purpose** is to determine the methodological bases and features of the physical therapy program creation for patients after acetabulum osteosynthesis. **Research Methods** are analysis of scientific and methodological literature, synthesis and generalizing. **Research Results.** The analysis of the scientific-methodical literature and the physical therapy programs status for the patients after the acetabulum osteosynthesis was carried out. It was found insignificant number of such programs without any modern approaches. Therefore, the sequence of physical therapy program creation, including principles, ICF, SMART-goals and actions by a multidisciplinary team has been considered. **Conclusions.** A block diagram of the physical therapy process with the integrated use of tools and methods after osteosynthesis of the acetabulum fractures, defining goals and establishing the direction of the rehabilitation process, which follows the principles of physical therapy, taking into account the ICF and SMART-goals setting has been constructed.

Key words: acetabulum, osteosynthesis, physical therapy, kinesiotherapy, lymphatic drainage massage, kinesiotopeping.

Вступ. У зв'язку зі збільшенням сили травмувальних факторів зростає питома вага хворих із травматичним вивихом стегна та переломами вертлюгової западини. Останнім часом простежується тенденція до збільшення частки хворих із переломами вертлюгової западини. Рівень летальності внаслідок нестабільних ушкоджень таза варіюється від 10 до 18 %, інвалідності – від 30 до 50 %. Число позитивних результатів після хірургічного лікування переломів 60 %, що пов'язано не лише з якістю репозиції й стабілізації переломів, але й із професійним супроводженням хворого після операції фізичним терапевтом [1].

Труднощі лікування та фізичної терапії хворих із наслідками таких переломів визначаються багатьма причинами. До них відносять складнощі будови пошкоджених анатомічних структур, велику різноманітність ушкоджень, пошкодження нервових стовбурів і сплетінь, особливо сідничного нерва, що перебуває в безпосередній близькості до вертлюгової западини. Основними причинами високого відсотка інвалідності після остеосинтезу вертлюгової западини є розвиток посттравматичного асептичного некрозу голівки стегна та посттравматичного коксартрозу. Профілактика цих наслідків є досить складним завданням [4].

Ефективність відновлення хворих після остеосинтезу вертлюгової западини значною мірою залежить як від професійної хірургічної допомоги, так і від адекватного проведення заходів фізичної

терапії. Під час проведення фізичної терапії з цими хворими потрібно дотримуватися певної послідовності, індивідуальності, комплексності, надавати перевагу сучасним методам та засобам, які допоможуть повністю відновитися за короткий час. Фізичну терапію потрібно розглядати, як складну ієрархічну систему [10].

Мета дослідження – визначити методичні основи й особливості побудови програми фізичної терапії хворих після остеосинтезу вертлюгової западини.

Матеріал і методи дослідження – аналіз науково-методичної літератури, синтез та узагальнення.

Результати дослідження. Лікування хворих під час перелому вертлюгової западини вимагає виконання двох завдань: відновлення анатомічної цілісності вертлюгової западини та відновлення повної функції в кульшового суглоба. В основу організаційного процесу відновлення хворого, формування та коригування програми також покладено принципи фізичної терапії:

✓ ранній початок фізичної терапії після остеосинтезу вертлюгової западини дасть змогу уникнути ускладнень із боку серцево-судинної, дихальної систем, шлунково-кишкового тракту та опорно-рухового апарату;

➤ комплексність залучення сучасних методів і засобів фізичної терапії сприятиме прискоренню відновлення хворих після остеосинтезу вертлюгової западини, дасть йому змогу швидше стати незалежним і повернутися до активного способу життя;

➤ індивідуальний підхід, програма має розроблятися фізичним терапевтом індивідуально для кожного хворого та враховувати його вік, стать, супутні хвороби, професію, функціональний стан, фактори зовнішнього середовища, які можуть вплинути на його відновлення;

➤ систематичність та етапність проведення фізичної терапії після остеосинтезу вертлюгової западини має головне значення для повноцінного відновлення хворого, оскільки регулярні заняття допомагають уникнути ускладнень або їх мінімізувати;

➤ необхідність фізичної терапії хворих після остеосинтезу вертлюгової западини в колективі;

➤ повернення хворого до активного способу життя [5].

Перед побудовою програми для хворого після остеосинтезу вертлюгової западини, фізичний терапевт проводить бесіду з хворим та з'ясовує порушення, які в нього є, на його думку, структури та функції, діяльності й участі, факторів зовнішнього середовища та особистісних факторів [8]. Проаналізувавши отриману інформацію, фізичний терапевт за допомогою об'єктивних і суб'єктивних методів підтверджує або спростовує отриману інформацію від хворого. Для оцінки стану хворого після остеосинтезу вертлюгової западини доцільно використовувати гоніометрію (оцінку рухів у кульшовому суглобі), антропометрію (оцінка набряку оперованої кінцівки та її довжини), мануально-м'язове тестування (оцінка стану м'язів), візуально-аналогову шкалу болю (мімічна шкала, Мак Гілл), оцінку функціонального стану кульшового суглоба (шкала W. H. Harris) й ін.

Велику роль у повному відновленні хворих відіграють злагоджена дія мультидисциплінарної команди та її якісний склад. До мультидисциплінарної команди входять травматолог, фізичний терапевт, асистент фізичного терапевта, ерготерапевт, психолог, медична сестра, лікар фізичної та реабілітаційної медицини. За необхідності залучають інших спеціалістів. Після заповнення листа оцінювання стану хворого заповнюємо категорійний профіль за Міжнародною класифікацією функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я (МКФ) як міжнародного стандарту для опису й вимірювання здоров'я та неповноправності. Наступний етап у реабілітаційному циклі – заповнення таблиці втручання/послуг, підбір методів і засобів, розподіл втручань між членами мультидисциплінарної команди [2]. На кожному періоді, відповідно до отриманих результатів функціонального обстеження хворого, фізичний терапевт ставить коротко- та довгострокові SMART-цілі.

SMART-цілі під час постановки мають бути:

– «конкретними» (Specific): у цьому випадку для хворих після остеосинтезу вертлюгової западини, головним завданням будуть профілактика тромбозів, контрактури, зменшення вираженості больових відчуттів у місці перелому, створення сприятливих умов для зрощення, далі – повне відновлення функції в кульшовому суглобі. Цілі потрібно ставити разом із хворим і впевнитися, що він розуміє їх суть;

– «вимірними» (Measurable): цими цілями ні в якому разі не можна вимірювати ціль, як трошки добре чи трошки гірше, для цього потрібно використовували об'єктивні критерії, які мають бути вимірними у вигляді балів (візуально-аналогова шкала болю), градуси (амплітуда рухів у кульшовому суглобі) і в балах (мануально-м'язове тестування м'язів, шкала W. H. Harris);

– «досяжними» (Attainable, Achievable): цілі мають бути пов'язані з реабілітаційним прогнозом, який робить фізичний терапевт на основі даних, отриманих у ході обстеження хворого. Під час їх постановки потрібно враховувати фактори, які можуть вплинути на їх досяжність: матеріальні, фінансові, енергетичні, людські, організаційні, інформаційні фактори;

– «відповідні» (Relevant): цілі полягають в узгодженні цілей зі стратегічними цілями лікувально-реабілітаційного процесу та їх підпорядкованості меті та його реабілітаційному потенціалу. Роз'яснення цілі хворим після остеосинтезу вертлюгової западини допомагає досягти позитивного результату й мотивувати їх;

– «визначені в часі» (Time-bound): такі цілі означають, що потрібно встановити часові терміни для досягнення конкретної цілі, її досягнення мотивує хворих після остеосинтезу вертлюгової западини займатися далі з фізичним терапевтом і продовжувати програму [3].

Відповідно до протікання репаративно-регенеративних процесів після остеосинтезу вертлюгової западини виокремлено ранній, пізній післяопераційний, відновлювальний та тренувальний періоди (рис. 1), котрі мали завдання, засоби й терміни для їх виконання.

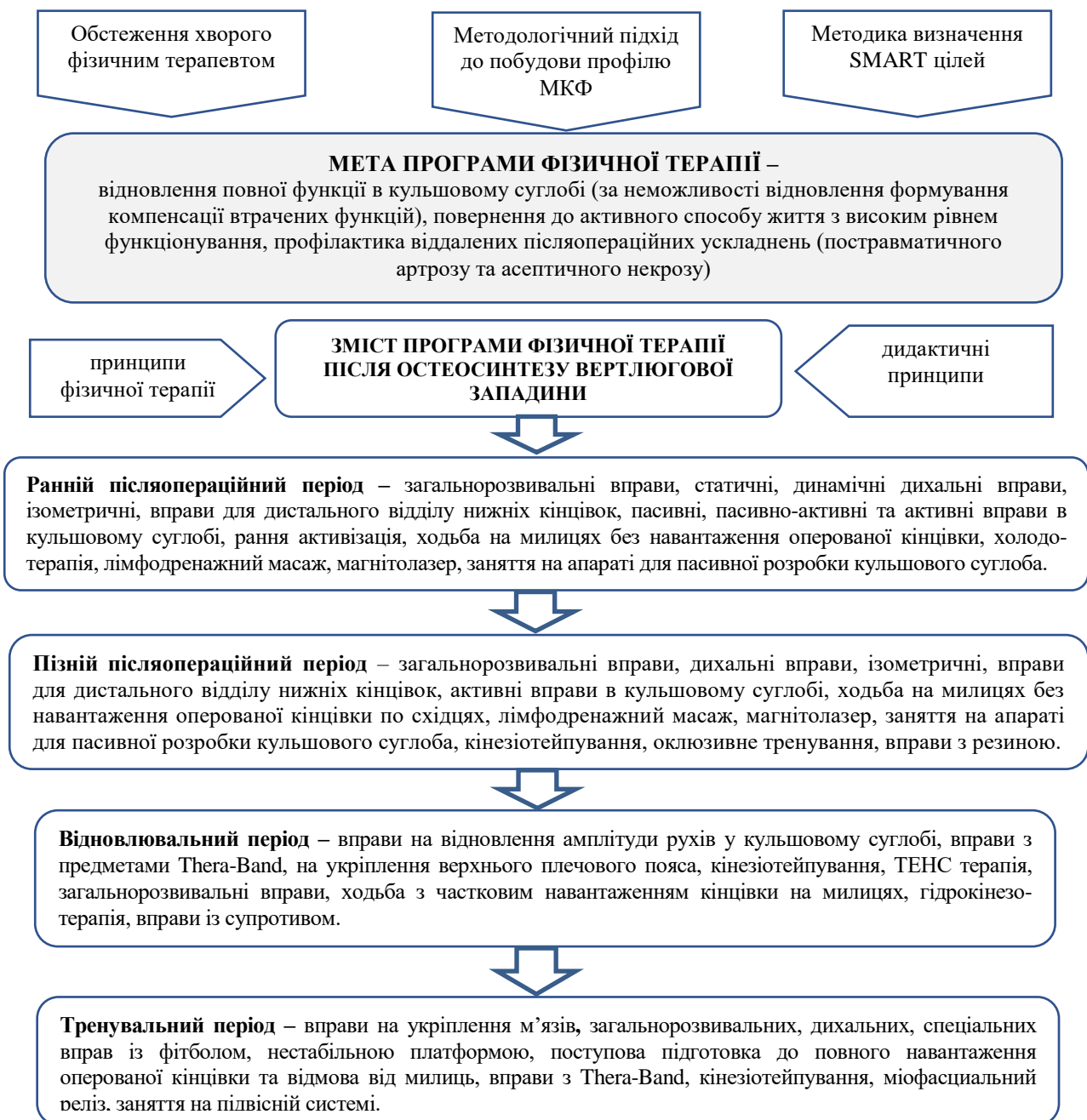


Рис. 1. Схема програми фізичної терапії для осіб після остеосинтезу вертлюгової западини

Ранній післяопераційний період (1–7 день). Завдання – профілактика ускладнень із боку серцево-судинної, дихальної систем, шлунково-кишкового тракту, профілактика тугорухливості в кульшовому суглобі, гіпотрофії м'язів, зменшення вираженості больових відчуттів, навчання самообслуговування й пересування із засобами додаткового пересування.

Одним з основних засобів фізичної терапії є лікувальна гімнастика, яку призначають після оперативного лікування, виконуються під контролем фізичного терапевта. Лікувальні вправи, що призначаються, були такі: загальнорозвивальні, дихальні, ізометричні, для дистальних відділів і верхнього плечового пояса. Вплив лікувальної гімнастики на організм хворих відбувається за рахунок основних механізмів: тонізуючого впливу, трофічної дії, нормалізації функції та формування компенсації. Для зменшення вираженості больового синдрому використовують холодотерапію на рану, позиціонування кінцівки, магнітозер. За вираженого набряку оперованої кінцівки призначають лімфодренажний масаж. Для профілактики тромбозів дуже важливо швидко активізувати хворого та навчитися пересуватися на милицях без навантаження на хвору кінцівку, підібрати засоби досяжності, щоб він міг самостійно себе обслуговувати.

Пізній післяопераційний період (7–21 день). Завдання – зменшення вираженості больових відчуттів під час активних рухів, профілактика контрактури, гіпотрофії м'язів, зменшення набряку, покращення психоемоційного стану. Проводяться вправи з попереднього періоду, за необхідності додаються заняття на апараті для пасивної розробки кульшового й колінного суглобів. Додаються, крім пасивних, пасивно-активних рухів у кульшовому суглобі, активні. Фізичний терапевт навчає хворого повертатися в ліжку на бік, пересуватися по східцях. Додаються загальнорозвивальні й спеціальні вправи з резиною, оклюзивне тренування. Після закінчення курсу лімфодренажного масажу проводиться кінезіотейпування.

Відновлювальний період (21 день–1,5 місяця). Завдання – профілактика набряку, відновлення функціональних показників у кульшовому суглобі, збільшення сили м'язів, покращення координації.

Вправи направлені на збільшення функції в кульшовому суглобі та сили м'язів нижньої кінцівки. Для цього використовують вправи із супротивом, із предметами Thera-Band. За наявності облаштованого басейну для хворих, які пересуваються на милицях, проводиться гідрокінезіотерапія. Наприкінці періоду після рентген-знімка й наявності кісткового мозолу дозволено часткове навантаження під час ходьби на милицях на оперовану кінцівку. Оскільки після таких оперативних утручань довго зберігається набряк кінцівки, рекомендується продовжувати кінезіотейпування та вправи для дистальних відділів.

Тренувальний період (1,5 місяця до відновлення хворого). Завдання – відновлення повного об'єму рухів у кульшовому суглобі, збільшення сили м'язів, повернення до активного способу життя та трудової діяльності. У цьому періоді виконуються вправи для збільшення сили м'язів, додаються вправи з гантелями, поступове збільшення навантаження на кінцівку до повної відмови від милиць. Для покращення координації виконують вправи з фітболом, на стабільній та нестабільній платформах, підвісній системі. Із метою покращення еластичності рубця та зменшення м'язових спазмів застосовують міофасціальний реліз.

Отже, отримання пацієнтом після остеосинтезу вертлюгової западини чітких практичних рекомендацій стосовно виконання програми фізичної терапії як під час перебування його в медичному закладі, так і після виписки з нього, адекватності навантаження оперованої кінцівки, використання засобів досяжності є необхідним у процесі прогресивних змін й ефективності його відновлення.

Останній етап – відображення повторного оцінювання стану хворого та аналіз отриманих кінцевих значень.

Дискусія. Під час огляду літературних джерел виявлено незначну кількість робіт із цього питання, відсутність стандартизованих програм фізичної терапії для осіб після остеосинтезу вертлюгової западини та суттєву відмінність у тривалості відновлення на різних етапах.

Раннє застосування лікувальної гімнастики, на думку науковця [7], у комплексі з процедурами електростимуляції й механотерапії дає змогу зменшити больовий синдром, сприяє відновленню амплітуди рухів у кульшових суглобах, скорочує термін постільного режиму із 17 до 8 днів. Рекомендовано використовувати розширений комплекс реабілітаційних заходів, розвантаження пошкодженого суглоба, медикаментозне лікування, фізіотерапевтичні методи, кріомасаж. А також головне місце у відновному лікуванні відводять лікувальній гімнастиці для профілактики атрофії й зміцнення м'язів тазового пояса та всієї кінцівки.

Закордонні вчені [11; 12] рекомендують динамічні вправи для чотиригодового м'яза з 3–4 дня після остеосинтезу, а також пасивний рух у кульшовому суглобі з допомогою фізичного терапевта або на тренажері СРМ. Заохочуються активні вправи на згинання, розгинання та відведення стоячи. Пересування з повним навантаженням дозволено лише після зрощення перелому, зазвичай через 12 тижнів. Пацієнт може пересуватися за допомогою покрової ходи й ходьби з п'яти на носок із використанням милиць або ходунків, на відміну від вітчизняних програм [1; 6], де навантаження на оперовану кінцівку повністю заборонено до формування кісткового мозоля.

Науковець [6] пропонує для відновлення хворих, крім лікувальної гімнастики, преформованих фізичних чинників, лімфодренажного масажу, стретчингу, використовувати сучасні технічні засоби – реабілітаційного тренажера для пасивного неперервного відновлення рухливості кульшового суглоба (СРМ LOWER LIMB L4), велотренажер та багатофункціональний тренажер С. М. Бубновського.

Деякі закордонні й вітчизняні спеціалісти [6; 12] у своїх програмах рекомендують використовувати кінезіотейпування задля зменшення вираженості набряку (віялоподібні аплікації) больових відчуттів у кульшовому суглобі та поперековому відділі хребта (І-подібні аплікації).

Однак питання із проведення фізичної терапії осіб після остеосинтезу вертлюгової западини потребують деталізації, уточнення та вивчення. Практично не висвітлено проблеми застосування новітніх комп'ютеризованих систем, пропріоцептивної нейром'язової фасилітації, постізометричної релаксації та міофасиального релізу.

Отже, розробка методичних підходів під час побудови програми фізичної терапії для осіб після остеосинтезу вертлюгової западини, виявлення нових ефективних технологій, методів і засобів для підвищення функціональних можливостей хворої кінцівки та зменшення періоду відновлення хворих продовжує залишатися актуальним.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Розробка програми фізичної терапії після остеосинтезу вертлюгової западини, визначення завдання та встановлення напряму процесу відновлення з дотриманням принципів, побудовою МКФ профілю, постановкою SMART-цілей для хворих. Розроблено схему програми фізичної терапії після остеосинтезу вертлюгової западини, яка включала ранній післяопераційний, пізній післяопераційний, відновлювальний і тренувальний періоди. У подальшому планується провести оцінку ефективності авторської програми фізичної терапії осіб після остеосинтезу вертлюгової западини.

Джерела та література

1. Анкин Н. Л., Анкин Л. Н. Травматология. Европейские стандарты диагностики и лечения. Київ, 2012. 464 с.
2. Буйлова Т. В. Международная классификация функционирования как ключ к пониманию философии реабилитации. *МедиАль*. 2013. № 2 (7). С. 26–31.
3. Герцык А. М. К вопросу применения решений в физической реабилитации. *Слобжанский научно-спортивный вестник*. 2015. № 2. С. 48–52.
4. Голка Г. Г., Бур'янов О. А. Травматология та ортопедія. 2-ге вид. Київ, 2019. 416 с.
5. Глиняна О. О. Основні принципи фізичної реабілітації після хірургічного лікування переломів опорно-рухового апарату. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. Львів, 2018. Вип. 27. С. 115–119.
6. Глиняна О. А. Физическая реабилитация больных после хирургического лечения переломов вертлужной впадины. *Научный часопис національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2015. Вип. 9. С. 30–32.
7. Хабибьянов Р. Я. Лечение переломов костей таза и вертлужной впадины *Современное искусство медицины*. 2012. № 6. С. 70–84.
8. Международная классификация функционирования, ограниченной жизнедеятельности и здоровья: МКФ. *Всемирная Организация Здравоохранения*. 2001. 342 с.
9. Gruson K. I., Moed B. R. Injury of the femoral nerve associated with acetabular fracture. *J Bone Joint Surg Am*. 2012. Mar; 85-A(3). P. 428–31.
10. Guthrie H. C., Owens R. W., Bircher M. D. Fractures of the pelvis. *J Bone Joint Surg Br*. 2010. Nov; 92(11). P. 1481–1488.
11. Heetveld M. J., Harris I., Schlaphoff G., Sugrue M. Guidelines for the management of haemodynamically unstable pelvic fracture patients. *ANZ J Surg*. 2004; 74 (7). P. 520–529.
12. Yoshida A, Kahanov L. The effect of kinesio taping on lower trunk range of motions. *ResSportMed*. 2007. P. 103–112.

References

1. Ankin, N. L., Ankin, L. N. (2012). *Travmatologiya [Traumatology]. Evropeyskie standarty diagnostiki i lecheniya*. Kyiv, 464.
2. Buylova, T. V. (2013). *Mezhdunarodnaya klassifikatsiya funktsionirovaniya kak klyuch k ponimaniyu filosofii reabilitatsii [International classification of functioning as a key to understanding the philosophy of rehabilitation]. MediAl*, no. 2 (7), 26–31.
3. Gertsyik, A. M. (2015). *K voprosu primeneniya resheniy v fizicheskoy reabilitatsii [An application of solutions in Physical Rehabilitation]. Slobozhanskyi naukovо-sportyvnyi visnyk*, no. 2, 48–52.
4. Holka, H. H., Burianov, O. A. (2019). *Travmatolohiia ta ortopediia [Traumatology and orthopedics]. 2-he vyd.* Kyiv, 416.
5. Hlyniana, O. O. (2018). *Osnovni pryntsypy fizychnoi reabilitatsii pislia khirurhichnoho likuvannia perelomiv oporno-rukhooho aparatu [The basic principles of physical rehabilitation after the surgical treatment of the musculoskeletal system`s fractures]. Fiz. vykh., sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*. Lviv, Vyp. 27, 115–119.
6. Hlyniana, O. A. (2015). *Fyzycheskaia reabylytatsiia bolnykh poslie khyrurhicheskoho liechenija perelomov vertluzhnoj vpadyny [Physical rehabilitation of patients after postsurgical treatment of acetabular fractures]. Naukovyi chasopys natsionalnoho pedahohichnoho universytetu im. M. P. Drahomanova. Ser.15: Nauk.-pedah. problemy fiz. kult. (fiz. kultura i sport)*, vyp. 9, 30–32.
7. Habibyanov, R. Ya. (2012). *Lechenie perelomov kostey taza i vertluzhnoy vpadyny [Treatment of pelvic and acetabular fractures]. Vremennoe iskusstvo meditsiny*, no. 6, 70–84.
8. *Mezhdunarodnaja klassyfykatsiya funktsyonyrovaniya, ohranichenij zhyzniediatelnosti i zdorovia: MKF. Vsemyrnaja Orhanyzatsiia Zdravokhranienija [International classification of functioning, limitations of vital activity and health: IFF. World Health Organization] (2001)*. 342.
9. Gruson, K. I., Moed, B. R. (2012). *Injury of the femoral nerve associated with acetabular fracture. J Bone Joint Surg Am.* 85-A(3) 428–31.
10. Guthrie, H. C., Owens, R. W., Bircher, M. D. (2010). *Fractures of the pelvis. J Bone Joint Surg Br*, no. 92(11), 1481–1488.
11. Heetveld, M. J., Harris, I., Schlaphoff, G., Sugrue, M. (2004). *Guidelines for the management of haemodynamically unstable pelvic fracture patients. ANZ J Surg*, no. 74 (7), 520–529.
12. Yoshida, A., Kahanov, L. (2007). *The effect of kinesio taping on lower trunk range of motions. ResSportMed*, 103–112.

Стаття надійшла до редакції 19.02.2021 р.

УДК 615.85:796-055.15-056.34

ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ТА РУХОВУ АКТИВНІСТЬ ХЛОПЧИКІВ 7–8 РОКІВ ІЗ ЛЕГКОЮ ФОРМОЮ РОЗУМОВОЇ ВІДСТАЛОСТІ

Тетяна Цюпак¹, Юрій Цюпак¹, Олександр Швай¹, Юрій Цюпак¹, Руслан Гайволя¹

¹ Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, tsjupak.jurij@gmail.com

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-72-79>

Анотація

Актуальність. В усьому світі відзначається підвищена цікавленість до проблеми розумової відсталості в різних аспектах. Роль фізичної терапії розумово відсталих дітей полягає в корекції рухової сфери, у підвищенні рівня здоров'я й фізичної підготовленості, у позитивному впливі на психоемоційний стан. **Мета дослідження** – проаналізувати вплив засобів фізичної терапії на морфофункціональний стан та дрібну моторику хлопчиків 7–8 років із легкою формою розумової відсталості. **Матеріал і методи дослідження.** У дослідженні, за погодженням батьків, узяли участь вісім хлопчиків віком 7–8 років із діагнозом за МКХ-10 – дебільність, F70 – легка розумова відсталість. Під час дослідження використовувалися теоретичні методи дослідження, клінічний огляд, анкетування, опитування, антропометричні методи, функціональні методи, діагностика рухових функцій. **Результати дослідження.** За час експерименту, який тривав вісім місяців, показники фізичного розвитку й функціонального стану хлопчиків 7–8 років зазнали позитивних змін. Порівняльний аналіз показників розвитку дрібної моторики хлопчиків після експерименту показав значне покращення результатів тестування. Так, під час виконання тесту «Скласти мозаїку» різниця в показниках до й після проведення експерименту становила 2 бали, при $p < 0,001$; «Розкладання» та «Застібання гудзиків» поліпшилося на 1,5 бала при $p < 0,001$; «Шнурвання» і «Знайти квасолину» на 1,75 бала, при $p < 0,001$; «Лови кульку» – на 1,25 бала при $p = 0,001$; «Пересипання» – на 1 бал, при $p = 0,008$; «Конструювання з паличок» – на 1,88 бала, при $p < 0,001$. **Висновки.** Запропонована програма фізичної терапії позитивно вплинула на фізичний розвиток, стан серцево-судинної, дихальної систем і розвиток дрібної моторики хлопчиків 7–8 років із розумовою відсталістю легкої форми, що вказує на можливість їх розвитку при своєчасній спеціально спрямованій корекції.

Ключові слова: хлопчики з легкою формою розумової відсталості, дрібна моторика, функціональний стан, фізичний розвиток.

Татьяна Цюпак, Юрий Цюпак, Александр Швай, Юрий Цюпак, Руслан Гайволя. Влияние физической терапии на морфофункциональное состояние и двигательную активность мальчиков 7–8 лет с легкой формой умственной отсталости. Актуальность. Во всем мире отмечается повышенный интерес к проблеме умственной отсталости в разных аспектах. Роль физической терапии умственно отсталых детей заключается в коррекции двигательной сферы, в повышении уровня здоровья и физической подготовленности, в положительном влиянии на психоемоциональное состояние. **Цель исследования** – проанализировать влияние средств физической терапии на морфофункциональное состояние и мелкую моторику мальчиков 7–8 лет с легкой формой умственной отсталости. **Материал и методы исследования.** В исследовании, по согласованию с родителями, приняли участие восемь мальчиков в возрасте 7–8 лет с диагнозом по МКБ-10 – дебильность, F70 – легкая умственная отсталость. В ходе исследования использовались теоретические методы исследования, клинический осмотр, анкетирование, опрос, антропометрические методы, функциональные методы, диагностика двигательных функций. **Результаты исследования.** За время эксперимента, который длился 8 месяцев, показатели физического развития и функционального состояния мальчиков 7–8 лет претерпели положительные изменения. Сравнительный анализ показателей развития мелкой моторики мальчиков после эксперимента показал значительное улучшение результатов тестирования. Так, при выполнении теста «Составить мозаику» разница в показателях до и после проведения эксперимента составила 2 балла при $p < 0,001$; «Разложение» и «Застегивание пуговиц» улучшилось на 1,5 балла при $p < 0,001$; «Шнуровка» и «Найти фасоль» – на 1,75 балла при $p < 0,001$; «Лови шарик» – на 1,25 балла, при $p = 0,001$; «Пересыпание» – на 1 балл, при $p = 0,008$; «Конструирование из палочек» – на 1,88 балла, при $p < 0,001$. **Выводы.** Предлагаемая программа по физической терапии положительно повлияла на физическое развитие, состояние сердечно-сосудистой, дыхательной систем и развитие мелкой моторики мальчиков 7–8 лет с умственной отсталостью легкой формы, что указывает на возможность их развития при своевременной специально направленной коррекции.

Ключевые слова: мальчики с легкой формой умственной отсталости, мелкая моторика, функциональное состояние, физическое развитие.

Tetiana Tsiupak, Yurii Tsiupak, Oleksandr Shvai, Yurii Tsiupak, Ruslan Haivola. The Influence of Physical Therapy on the Morphofunctional Status and Motor Activity of 7–8 Year Old Boys with Mild Mental Retardation. Topicality. All over the world, there is an increased interest in mental retardation issue in various aspects. The role of physical therapy for mentally retarded children is to correct the motor skills, to increase the level of health and physical training, and to have a positive effect on the psycho-emotional status. **The Aim of the Research** was to analyze the effect of physical therapy on the morphofunctional status and fine motor skills of 7–8 year old boys with mild mental retardation. **Stuff and Research Methods.** The study, by agreement of the parents, involved 8 boys aged 7–8 years with a diagnosis of ICD-10 – retardation, F70 – mild mental retardation. The study used theoretical research methods, clinical examination, questionnaires, survey, anthropometric methods, functional methods, and motor function diagnostics. **The Research Results.** During the experiment, which lasted 8 months, the indicators of physical development and functional status of 7–8 year old boys underwent positive changes. A comparative analysis of the indicators of boys' fine motor skills development after the experiment has showed a significant improvement of test results. Thus, when performing the test «Make a mosaic» the difference in indicators before and after the experiment was 2 points, at $p < 0,001$; «Decomposition» and «Fastening of buttons» improved by 1,5 points, at $p < 0,001$; «Lacing» and «Find beans» by 1,75 points, at $p < 0,001$; «Catch the ball» – by 1,25 points, at $p = 0,001$; «Sprinkling» – by 1 point, at $p = 0,008$; «Constructing from sticks» – by 1,88 points, at $p < 0,001$. **Conclusions.** The proposed program of physical therapy positively influenced the physical development, the state of the cardiovascular, respiratory systems and the development of fine motor skills of 7–8 years old boys with mild mental retardation, which indicates the possibility of their development with timely specially targeted correction.

Key words: boys with a mild form of mental retardation, fine motor skills, functional status, physical development.

Вступ. В усьому світі відзначається підвищена цікавленість до проблеми розумової відсталості в різних аспектах. Щорічні медичні огляди виявляють значну кількість дітей із порушеннями фізичного розвитку, моторики різної складності [2; 13; 14]. На сьогодні вивчення й дослідження причин, проявів, ступенів інтелектуального порушення досягнуло значних успіхів, а застосування нових методів діагностики дає можливість на ранніх етапах виявляти прояви функціональної незрілості в сенсомоторному розвитку [1; 7; 9]. З'ясовано, що рухова недостатність проявляється більшою мірою під час виконання складних форм рухів, темпи опанування якими значно знижені, що призводить до невідповідності рівня фізичного розвитку й рухової підготовленості вимогам соціально-трудова адаптації [3; 5; 16]. Роль фізичної терапії розумово відсталих дітей полягає в корекції рухової сфери, у підвищенні рівня здоров'я й фізичної підготовленості, у позитивному впливі на психоемоційний стан, а також у безпосередньому впливі на розвиток розумової працездатності [6; 15]. При цьому корекція рухової сфери дітей із дефіцитом інтелекту спонукає до необхідності використання різних ерго-терапевтичних засобів.

Завдання дослідження – проаналізувати вплив засобів фізичної терапії на морфофункціональний стан та дрібну моторику хлопчиків 7–8 років із легкою формою розумової відсталості. **Матеріал та методи дослідження.** У дослідженні, за згодою батьків, узяли участь вісім хлопчиків віком 7–8 років із діагнозом за МКХ-10 – дебільність, F70 – легка розумова відсталість. Для виконання поставлених завдань використовували об'єктивні й суб'єктивні методи обстеження, які проводились на початку та в кінці дослідження. Аналіз літературних джерел уключав вивчення медичної й спеціальної літератури щодо причин, ступенів, діагностики, методик лікування та фізичної терапії дітей із порушенням інтелектом. Метою аналізу медичних карт було визначення основного діагнозу й супутніх захворювань у досліджуваних дітей. Спостереження проводили задля вивчення індивідуально-типологічних особливостей, реакції на фізичне навантаження. Опитування пацієнтів і їхніх батьків здійснювали для з'ясування скарг, самопочуття, загального стану, анамнезу життя й захворювання дітей. Фізичний розвиток оцінювали за такими антропометричними показниками, як довжина тіла (см), маса тіла (кг), обхват грудної клітки у паузі (ОГК, см). ЧСС визначали в стані спокою на променевій артерії руки, АТ вимірювали електронним тонометром, ЖЄЛ визначали за допомогою портативного сухого спірометра. Для тестування розвитку дрібної моторики проводили контрольні випробування з виконанням ерготерапевтичних вправ на складання, розкладання, застебування, шнуркування, знаходження, пересипання, конструювання, ловіння. Статистичний аналіз проводили, користуючись програмою статистичного аналізу Medstat [10]. Дослідження здійснювали за три етапи. Перший етап стосувався вивчення та теоретичного усвідомлення проблеми щодо класифікації, діагностики, лікування й засобів фізичної терапії під час розумової відсталості. На другому етапі проведено констатувальний експеримент. Його мета полягала в зборі інформації про морфофункціональний стан і можливості дітей із легким ступенем розумової відсталості виконувати маніпу-

ляції кистями рук. Після визначення морфофункціонального стану та стану дрібної моторики дітей, підбиралися засоби й форми для програми фізичної терапії, здійснювали впровадження запропонованої програми, яка складалася зі спеціально спрямованої рухової активності з переважанням ігрової форми для вказаної категорії дітей. Упродовж експерименту за необхідності вносили до програми корективи.

Результати дослідження. Аналіз медичних карток хлопчиків засвідчив, що у всіх дітей підтверджено клінічний діагноз – розумова відсталість легкого ступеня. При цьому в одного хлопчика за МКХ-10 – не уточнена розумова відсталість категорії F79. Двоє хлопчиків віднесені за МКХ-10 до категорії F78.0 – із зазначенням на слабку вираженість порушення поведінки. Спілкування з батьками розумово відсталих дітей та спостереження за дітьми на заняттях, прогулянках дало можливість визначити найбільш характерні клінічні показники для цієї категорії пацієнтів. Так, порушення поведінки зафіксували в трьох (37,5 %) хлопчиків; п'яти (62,5 %) хлопчикам властива схильність до капризів, але такі прояви поведінки дітей із порушеннями інтелектуального розвитку не усвідомлені. Їм важко сидіти на одному місці, вони неухважні, тому швидко втомлюються. Стомлюваність притаманна шести (75 %) хлопчикам, неухважність проявляли всі вісім (100 %) досліджуваних дітей. Здебільшого діти з порушеннями інтелектуального розвитку виявляють довірливість і схильні до навіювань, що проявлялось у шести (75 %) хлопчиків. Аномальний розвиток ЦНС дітей впливає на розвиток загальної й дрібної моторики, що виявлена у всіх восьми дітей (100 %). Проблеми з мовою через затримку та неповноцінність розвитку аналізаторів виявлені в семи (87,5 %) хлопчиків. У всіх (100 %) дітей з інтелектуальними вадами постійно виникають труднощі в навчанні.

Науковці зазначають, що знання закономірностей фізичного розвитку дітей різних вікових груп потрібне для правильної оцінки й інтерпретації ступеня фізичного розвитку кожної конкретної дитини [3; 7; 17]. На початку дослідження, як видно з табл. 1, показники зросту хлопчиків 7–8 років із легкою формою розумової відсталості становили в середньому $126,1 \pm 7,0$ см, але при цьому мінімальний показник дорівнював 116 см, а максимальний – 136 см. Особливих відмінностей у визначенні зростових показників від здорових хлопчиків не виявлено, хоча в деяких дітей вони перевершили середні показники здорових однолітків, котрі становлять 127–129 см.

Первинні показники маси тіла розумово відсталих хлопчиків становили $25,13 \pm 4,2$ кг, що дещо нижче від середніх показників норми здорових дітей (26–27 кг). Але, як і в зростових показниках, значення маси тіла коливалися від 19 кг до 30 кг. Дані обводу грудної клітки хлопчиків до експерименту становили в середньому $62,0 \pm 2,9$ см за мінімального значення 57 см і максимального – 65 см. Середні, хоч і відповідають нормі здорових, але переважно є дещо нижчими за показники обводу грудної клітки здорових хлопчиків цього ж віку, що становлять у нормі 62–63 см.

Таблиця 1

Показники фізичного розвитку хлопчиків 7–8 років із легкою формою розумової відсталості (n=8)

Показник фізичного розвитку	До експерименту	Після експерименту	t	P
Зріст, см	$126,1 \pm 7,0$	$128,1 \pm 6,3$	0,59	=0,565
Маса тіла, кг	$25,13 \pm 4,2$	$27,5 \pm 3,5$	1,21	=0,246
Обвід грудної клітки, см	$58,25 \pm 3,5$	$62,0 \pm 3,1$	2,3	=0,037

За час експерименту, який тривав вісім місяців, показники фізичного розвитку хлопчиків 7–8 років з інтелектуальним порушенням легкої форми зазнали позитивних змін. Так, середні зростові показники на кінець дослідження становили $128,0 \pm 6,3$ см, що вказує на досягнення дітьми з розумовою відсталістю середніх показників здорових однолітків. Мінімальне значення становило 119 см, максимальне – 137 см. Дані маси тіла розумово відсталих хлопчиків за час експерименту також досягли норми здорових однолітків, хоча на початку дослідження були дещо нижчими від середніх норм здорових. Отримані середні показники маси тіла хлопчиків із розумовою відсталістю становили $27,5 \pm 3,5$ кг при мінімальному й максимальному значенні 23 кг і 32 кг відповідно. Середні показники обводу грудної клітки в кінці дослідження досягли показника $61,5 \pm 3,1$ см, що вказує на його збільшення, при цьому максимальне значення становило 65 см, а мінімальне – 56 см.

Аналіз функціонального стану кардіореспіраторної системи хлопчиків із легкою розумовою відсталістю показав, що він дещо відрізняється від здорових школярів. Так, на початок дослідження середній показник ЧСС хлопчиків 7–8 років із легкою формою розумової відсталості становив $89,75 \pm 2,6$ уд./хв. Межі мінімальних і максимальних значень становили 87 уд./хв та 94 уд./хв відповідно. Ці показники дещо перевищують середні значення пульсу в здорових дітей цього віку, що становить 88 уд./хв, хоча в деяких хлопчиків ЧСС відповідає нормі. Середні показники АТ сист. становили $95,6 \pm 7,3$ мм рт. ст. Це дещо нижче від загальноприйнятих мінімальних і максимальних меж систолічного АТ у дітей 6–10 років, за які прийнято вважати 100–122 мм рт. ст., але абсолютні показники хлопчиків, що коливались у межах 110 мм рт. ст. систолічного АТ, указують на нормальний систолічний АТ. Аналогічну картину спостерігали й під час визначення діастолічного АТ, значення якого коливались у межах 50–64 мм рт. ст., при середніх показниках $56,7 \pm 4,5$ мм рт. ст. Загальноприйнятими мінімальними й максимальними межами діастолічного АТ у дітей 6–10 років прийнято вважати 60–78 мм рт. ст. Тобто в частини хлопчиків діастолічний АТ не досягав загальноприйнятих меж. Отримані показники ЖЄЛ у хлопчиків із легкою розумовою відсталістю легкого ступеня на початку експерименту коливались у межах 700–1100 мл, середні значення становили $891,3 \pm 146,9$ мл. Загалом, отримані показники ЖЄЛ у хлопчиків 7–8 років із легкою розумовою відсталістю відповідають середнім значенням для їхнього віку. Коливання абсолютних значень 700–1100 мл можна пояснити коливаннями зростових показників школярів, межі значень яких також коливались від 119 см до 137 см.

Після впровадження програми фізичної терапії показники функціонального стану кардіореспіраторної системи зазнали позитивних змін (табл. 2).

Таблиця 2

Показники функціонального стану кардіореспіраторної системи хлопчиків 7–8 років із легкою формою розумової відсталості (n=8)

Показник фізичного розвитку	До експерименту	Після експерименту	t	P
ЧСС, уд./хв	$89,75 \pm 2,6$	$84,1 \pm 2,8$	4,12	=0,001
АТ сист., мм рт. ст.	$95,6 \pm 7,3$	$115,9 \pm 7,9$	5,28	<0,001
АТ діаст., мм рт. ст.	$56,7 \pm 4,5$	$66,7 \pm 5,0$	4,12	=0,001
ЖЄЛ, мл	$891,3 \pm 146,9$	$1243,0 \pm 120,3$	5,23	<0,001

Так, у хлопчиків з інтелектуальною недостатністю знизилися показники ЧСС і становили в середньому $84,1 \pm 2,8$ уд./хв, при цьому зазнали змін мінімальні та максимальні значення ЧСС, які дорівнювали 80 і 88 уд./хв відповідно. Середні показники ЧСС зменшилися на 5,75 уд./хв. Порівняння середніх двох незалежних вибірок за критерієм Стьюдента відрізняються на рівні значущості $p=0,001$. Позитивні зміни спостерігались і в показниках АТ як систолічного, так і діастолічного, які на кінець дослідження підвищилися: систолічний АТ у середньому на 20,3 мм рт. ст. Середні відрізняються на рівні значущості $p<0,001$; діастолічний АТ – на 10 мм рт. ст. при $p=0,001$. Показники ЖЄЛ збільшилися від початкових даних у кінці експерименту на 351,7 мл. Порівняння середніх двох незалежних вибірок за критерієм Стьюдента відрізняються на рівні значущості $p<0,001$.

Для визначення впливу пальчикової гімнастики, спеціальних занять із ерготерапії на розвиток дрібної моторики хлопчиків 7–8 років із легкою розумовою відсталістю проведено випробування за допомогою контрольних тестів (табл. 3).

Таблиця 3

Показники розвитку дрібної моторики хлопчиків із легкою формою розумової відсталості (n=8)

Ерготерапевтичні вправи-тести	До експерименту	Після експерименту	t	P
1	2	3	4	5
«Скласти мозаїку»	$2,25 \pm 0,46$	$4,25 \pm 0,46$	5,60	<0,001
«Розкладання»	$2,37 \pm 0,5$	$3,87 \pm 0,35$	7,64	<0,001
«Застебування гудзиків»	$1,87 \pm 0,64$	$3,37 \pm 0,51$	5,15	<0,001
«Шнурування»	$1,50 \pm 0,53$	$3,25 \pm 1,03$	4,25	<0,001

Закінчення таблиці 3

1	2	3	4	5
«Знайти квасолину»	2,25±0,7	4,0±0,53	5,58	<0,001
«Пересипання»	2,37±0,5	3,37±0,74	3,12	=0,008
«Лови кульку»	1,75±0,46	3,0±0,75	3,99	=0,001
«Конструювання з паличок»	1,62±0,5	3,5±0,53	7,13	<0,001

Примітка. 5 балів – навичка сформована – завдання повністю виконане; 4 бали – завдання виконується повільно, невпевнено; 3 бали – завдання виконується повільно, невпевнено, із небажанням продовжувати до кінця; 2 бали – порушена плавність рухів, завдання виконується з неточностями, не завершено; 1 бал – завдання не виконане.

Аналіз результатів дослідження свідчить, що не всі хлопчики могли справитись із заданими тестами на початку дослідження. Більш простими за складністю тестами для дітей виявилися тести на з'єднання пазлів, розкладання паличок, відшукування квасолин, пересипання дрібних предметів. У середньому їх виконання оцінили на 2–3 бали, при цьому один хлопчик не справився з тестом «Знайти квасолину». Указані тести школярі виконували повільно, переключаячи увагу на інших, завдання розв'язували з неточностями або не завершували їх. У дітей відзначалася порушена плавність рухів. Під час виконання тестів із більшою кількістю предметів діти виявляли небажання продовжувати завдання у відшукуванні квасолин. Більш складні тести, у яких треба проявити розумові й рухові здібності, давалися дітям важко, викликали труднощі. Виконання завдань на застебування гудзиків, шнурування, конструювання, ловіння кульки хлопчики або не виконували тест, або не завершували завдання. При цьому з їхньої сторони не спостерігалось виявлення ініціативи чи намагання виконати завдання. Відповідно, виконання вищезазначених тестів оцінено в 1–2 бали. Лише один хлопчик виконав завдання на 3 бали, при цьому проявив невпевненість, тому його дії були неточними. Достовірних відмінностей у вихідному рівні розвитку дрібної моторики під час виконання контрольних вправ не виявлено. Після отримання даних розвитку дрібної моторики хлопчиків із легкою формою розумової відсталості в кінці дослідження задля визначення ефективності запропонованої програми ми провели їх порівняння з початковими показниками. Так, під час виконання завдання з тесту «Скласти мозаїку» різниця в показниках до й після проведення експерименту становила 2 бали, при цьому мінімальні та максимальні показники коливались у межах 2–3 балів до експерименту та 4–5 – у кінці. Середні відрізняються на рівні значущості $p < 0,001$. Виконання вправи-тесту «Розкладання» за час експерименту поліпшилося на 1,5 бала. Тест «Застебування гудзиків» становив труднощі як до, так і в кінці дослідження, але дітей, які б не справились зовсім із завданням, по завершенню експерименту не було зовсім, тобто якоюсь мірою всі учасники виконали завдання; різниця в показниках у кінці дослідження становила 1,5 бала. Порівняння середніх двох незалежних вибірок під час виконання зазначених тестів «Розкладання» й «Застебування гудзиків» відрізняються на рівні значущості $p < 0,001$. Поліпшення виконання завдання тесту «Шнурування» становило після завершення дослідження 1,75 бала й вправи-тесту «Знайти квасолину» – 1,75 бала. Але якщо на початку експерименту показники виконання цього тесту коливались від 1 до 2, то в кінці експерименту становили щонайменше 2 і максимум 5 балів; дітей, які б не справились із цим завданням, на кінець дослідження зовсім не було. Аналогічну ситуацію спостерігали й під час виконання вправи-тесту «Знайти квасолину». Середні показники відрізняються на рівні значущості $p < 0,001$. Ефективність виконання тесту «Пересипання» становила 1 бал, але лише в однієї дитини спостерігали порушену плавність рухів і неточності виконання, унаслідок чого завдання не завершено. Середні значення відрізняються на рівні значущості $p = 0,008$. Вправа-тест «Лови кульку» на швидкості реакції до експерименту давалася дітям із порушенням інтелекту дуже важко, але результати значно покращилися під час виконання цього ж завдання в кінці експерименту. Ефективність становила 1,25 бала. Порівняння середніх двох незалежних вибірок за критерієм Стюдента відрізняються на рівні значущості $p = 0,001$. Під час виконання завдання із «Конструювання з паличок» до експерименту мінімальні та максимальні значення коливались у межах 1–2 бали відповідно. Після експерименту ці ж значення перебували в межах 3–4 балів. Ефективність становила 1,88 бала. Середні значення відрізняються на рівні значущості $p < 0,001$.

Дискусія. Думки науковців щодо фізичного розвитку дітей і підлітків із розумовою відсталістю як основним захворюванням у легкому ступені не однозначні [2; 5; 12; 15]. Деякі вчені відзначають,

що діти вказаної нозології відстають у фізичному розвитку, у них уповільнені ростові процеси й соматична заторможеність, порівняно зі здоровими однолітками [7; 12; 18]. А. О. Дмитрієвим визначено, що довжина й маса тіла, обхват грудної клітки, життєва ємність легень розумово відсталих дітей відстають від здорових однолітків, хоча в деяких школярів із розумовою відсталістю ці самі показники можуть перевершувати середні дані учнів загальноосвітньої школи [7]. С. Миронова, О. Чернявська зазначають, що у фізичному стані за легких форм розумової відсталості помітних змін не простежено, хоча у фізичному розвитку таких дітей може спостерігатися нерівномірність, що й підтверджується нашими дослідженнями [11; 17].

В. П. Гудоніс відзначає, що однією з причин, котра знижує формування рухових умінь і навичок у дітей із розумовою відсталістю, є порушення моторики, яке, зі свого боку, впливає на фізичний розвиток і на соціалізацію та наступну трудову адаптацію [5]. У цьому підтримує В. П. Гудоніс О. В. Гаврилов, який досліджував особливості дітей вказаної категорії в соціальному середовищі [4]. Загалом, отримані нами дані збігаються з дослідженнями інших науковців. Аналіз результатів свідчить, що перед розробкою відповідних й адекватних методик корекційних заходів у процесі фізичної терапії з розумово відсталими дітьми потрібно обов'язково визначити їхню фізичну підготовленість, морфофункціональний статус та рівень розвитку дрібної моторики та на цій основі розробити програму фізичної терапії зі спеціально спрямованої рухової активності з переважанням ігрової форми.

Висновки. Отже, програма фізичної терапії спрямована на поліпшення морфофункціонального стану та розвиток дрібної моторики, яку становили заняття лікувальною гімнастикою, ерготерапевтичні вправи, рухливі ігри під час прогулянок указує на свою ефективність. За абсолютними даними, розміри тіла в хлопчиків 7–8 років за час експерименту помірно збільшилися: абсолютні показники зросту підвищилися в середньому на 2 см; показники маси тіла збільшилися на 2,4 кг; різниця середніх значень обводу грудної клітки – 3,8 см. За час експерименту поліпшилися показники функціонального стану кардіореспіраторної системи дітей із розумовою відсталістю. Так, середні ЧСС зменшилися на 5,75 уд./хв; ЖЄЛ збільшилися на 351,7 мл. Порівняльний аналіз показників розвитку дрібної моторики хлопчиків після експерименту засвідчив значне покращення результатів тестування. Так, під час виконання тесту «Скласти мозаїку» різниця в показниках до та після проведення експерименту становила 2 бали, при $p < 0,001$; «Розкладання» й «Застебування гудзиків» поліпшилися на 1,5 бала при $p < 0,001$; «Шнування» і «Знайти квасолину» на 1,75 бала при $p < 0,001$; «Лови кульку» – на 1,25 при $p = 0,001$; «Пересипання» – на 1 бал при $p = 0,008$; «Конструювання з паличок» – на 1,88 бала при $p < 0,001$. Отже, запропонована програма фізичної терапії позитивно вплинула на фізичний розвиток, стан серцево-судинної, дихальної систем і розвиток дрібної моторики хлопчиків 7–8 років із розумовою відсталістю легкої форми, що вказує на можливість їхнього розвитку при своєчасній спеціально спрямованій корекції.

Перспективами досліджень у цьому напрямі вбачаємо в розробці та експериментальній апробації програм фізичної терапії дітей середнього та старшого шкільного віку з легкою формою розумової відсталості.

Джерела та література

1. Березка С. Особливості діагностики гіперактивної поведінки дітей з порушеннями інтелекту. *Наука і освіта*. 2018. № 3. С. 62–67.
2. Войтюк І. В. Своєчасне правильне виявлення патології – перший успішний крок до корекційного навчання розумово відсталих дошкільників. *Науковий часопис. Корекційна педагогіка*. 2013. С. 43–48.
3. Кирилова Л. Г., Лисиця В. В. Вроджені вади розвитку центральної нервової системи – нагальна медико-соціологічна проблема державного значення. *Український медичний часопис*. 2010. № 6. С. 35–37.
4. Гаврилов О. В. Особливі діти в закладі і соціальному середовищі: навч. посіб. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2009. 308 с.
5. Гудоніс В. П. Аналіз причин порушення розвитку дітей и некоторые пути их профилактики. *Дефектология*. 2004. № 4. С. 8–17.
6. Дегтяренко Т. М., Вавіна Л. С. Корекційно-реабілітаційна робота в спеціальних дошкільних закладах для дітей з особливими потребами: навч. посіб. Суми: ВТД. Університет. кн., 2008. 302 с.
7. Дмитриев А. А. Коррекционно-педагогическая работа по развитию двигательной сферы учащихся с нарушением интеллектуального развития: учеб. пособие. 2-е изд., перераб. и доп. Москва: Изд-во Моск. психол.-социал. ин-та; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2004. 224 с.
8. Казанцева Е. В. Коррекционно-педагогическая технология формирования речевой коммуникации у детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.03. Екатеринбург, 2010. 189 с.

9. Колупаєва А. А. Інклюзивна освіта: реалії та перспективи: монографія. Київ: Самміт-Книга, 2009. 249 с.
10. Лях Ю. Є., Гур'янов В. Г., Грицай О. С. Комп'ютерна техніка та методи математичної статистики. *Науково-доказова практична діяльність у фізичній терапії: метод. рек. для самостійної підготовки до практич. занять*. Луцьк: Вежа-Друк, 2017. 97 с.
11. Макаров И. В. Клиническая психиатрия детского и подросткового возраста. Санкт-Петербург: Наука и Техника, 2013. С. 217–289.
12. Миронова С. П. Засоби корекційної роботи у навчально-виховному процесі спеціальних та інклюзивних закладів. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 19: Корекційна педагогіка та спеціальна психологія*. Київ. 2014. Вип. 26. С. 149–152.
13. Трикоз С. В., Блеч Г. О. Дитина з порушеннями інтелектуального розвитку. Харків: Вид-во «Ранок», ВГ «Кенгуру». 2018. 40 с.
14. Стригунова А. Діагностика стану сформованості комунікативних умінь у молодших школярів з порушеннями інтелектуального розвитку. *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови*. 2017. Т. 1. № 13. С. 427–433.
15. Цюпак Т., Ромпанюк М. Фізична терапія та ерготерапія дітей з розумовою відсталістю. *Фізична культура, спорт і здоров'я людини: зб. тез доп. II Регіон. наук.-практич. студентській конф. «Фізична культура, спорт і здоров'я людини» (грудень 2019 р)*. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т. ім. Лесі Українки, 2019. С. 145.
16. Цюпак Т., Цюпак Ю., Тучак О. Рухова активність та морфофункціональний стан хлопчиків з розумовою відсталістю легкого ступеня. *Фізична активність і якість життя людини: зб. тез доп. IV Міжнар. наук.-практич. Інтернет-конференція*. 10 черв. 2020 р. Луцьк. С. 95.
17. Чернявська О. Особливості фізичного розвитку і рухових здібностей дітей із розумовими вадами. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2008. С. 169–171.
18. Rare Disease UK. (2018). Living with a rare condition: the effect on mental health – Rare Disease UK. URL: www.raredisease.org.uk/our0work/living0with0a0rare0condition0the0effect0on0mental0health02018/. Accessed October 19. 2018.

References

1. Berezka, S. (2018). Osoblyvosti diahnostryky hiperaktyvnoi povedinky ditei z porushenniamy intelektu [Features of diagnosis of hyperactive behavior of children with intellectual disabilities]. *Nauka i osvita*, no. 3, 62–67.
2. Voitiuk, I. V. (2013). Svoiechasne pravylne vyjavlennia patolohii – pershyi uspishnyi krok do korektsiinoho navchannia rozumovo vidstalykh doshkilnykiv [Timely correct detection of pathology – the first successful step towards correctional training of mentally retarded preschoolers]. Kyiv: Naukovyi chasopys. Korektsiina pedahohika, 43–48.
3. Kyrylova, L. H., Lysytsia, V. V. (2010). Vrozhdeni vady rozvytku tsentralnoi nervovoi systemy – nahalna medyko-sotsiolohichna problema derzhavnoho znachennia [Congenital malformations of the central nervous system – an urgent medical and sociological problem of state importance]. *Ukr. med. Chasopys*, no. 6. 35–37.
4. Havrylov, O. V. (2009). Osoblyvi dity v zakladi i sotsialnomu seredovyshchi [Special children in the institution and social environment]. Navchalnyi posibnyk. Kamianets-Podilskyi: Aksioma, 308.
5. Gudonis, V. P. (2004). Analiz prichin narusheniya razvitiya detey i nekotorye puti ih profilaktiki [Analysis of the causes of children`developmental disorders and some ways of its prevention]. *Defektologiya*, no. 4. 8–17.
6. Dehtiarenko, T. M., Vavina, L. S. (2008). Korektsiino-reabilitatsiina robota v spetsialnykh doshkilnykh zakladakh dlia ditei z osoblyvymy potrebamy [Correctional and rehabilitation work in special preschool institutions for children with special needs]. Navchalnyi posibnyk. Sumy: VTD Universytetska knyha, 302.
7. Dmitriev, A. A. (2004). Korrektsionno-pedagogicheskaya rabota po razvitiyu dvigatelnoy sfery uchashchisya s narusheniem intellektualnogo razvitiya [Correctional and pedagogical work on the development of the students` motor state with intellectual disabilities]. Ucheb. posobie. 2-e izd., pererab. i dop. M.: Izdatelstvo Moskovskogo psihologo-sotsialnogo instituta; Voronezh: Izdatelstvo NPO MODEK, 224.
8. Kazantseva, E. V. (2010). Korrektsionno-pedahohycheskaia tekhnolohiya formirovaniya rechevoi kommunikatsyy u detei s umerennoi y tiazheloi umstvennoi otstalosti [Correctional and pedagogical technology of the speech communication for children with moderate and severe mental retardation]: dyss. ... kand. ped. nauk: 13.00.03. Ekaterynburh, 189.
9. Kolupaieva, A. A. (2009). Inkluzivna osvita: realii ta perspektivy: monohrafiia [Inclusive education: realities and prospects]. Kyiv: Sammit-Knyha, 249.
10. Liakh, Yu.Ie., Hurianov V. H., Hrytsai O. S. (2017). Kompiuterna tekhnika ta metody matematychnoi statystyky. Naukovo-dokazova praktychna diialnist u fizychnii terapii [Computer technology and methods of mathematical statistics. Scientific and evidence-based practical activities in physical therapy]. Metodychni rekomendatsii dlia samostiinoi pidhotovky do praktychnykh zaniat, Lutsk: Vezha-Druk, 97.
11. Makarov, I. V. (2013). Klinicheskaya psihiatryia detskogo i podrostkovogo vozrasta [Children` and adolescents` clinical psychiatry]. Sankt-Peterburg: Nauka i Tehnika, 217–289.

12. Myronova, S. P. (2014). Zasoby korektsiinoi roboty u navchalno-vykhovnomu protsesi spetsialnykh ta inkluzyvnykh zakladiv [Means of correctional work in the educational process of special and inclusive institutions]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Serii 19: Korektsiina pedahohika ta spetsialna psykholohiia*. Kyiv, Vyp. 26. 149–152.
13. Trykoz, S.V., Blech, H. O. (2018). Dytyna z porushenniamy intelektualnoho rozvytku [Child with intellectual development disorders]. Kharkiv: Vyd-vo Ranok, VH Kenhuru, 40.
14. Stryhunova, A. (2017). Diahnostyka stanu sformovanosti komunikatyvnykh umin u molodshykh shkoliariv z porushenniam intelektualnoho rozvytku [Diagnosis of the state formation communicative skills of junior school students with intellectual disabilities]. *Osvita osib z osoblyvymy potrebamy: shliakhy rozbudovy*, no. 13, T. 1, 427–433.
15. Tsiupak, T., Rompaniuk, M. (2019). Fizychna terapiia ta erhoterapiia ditei z rozumovoiu vidstalistiu [Physical therapy and occupational therapy of children with mental retardation]. *Fizychna kultura, sport i zdorovia liudyny: zb.tez dop. II Rehionalnii naukovo-praktychnii studentskii konferentsii «Fizychna kultura, sport i zdorovia liudyny»* (15 hrudnia 2019 r.), Lutsk: Skhidnoievrop. nats. un-t. im. Lesi Ukrainky, 145.
16. Tsiupak, T., Yu. Tsiupak, Yu., Tuchak O. (2020). Rukhova aktyvnist ta morfofunktsionalnyi stan khlopchykiv z rozumovoiu vidstalistiu lehkoho stupenia [Motor activity and morphofunctional status of boys with mild mental retardation]. *Fizychna aktyvnist i yakist zhyttia liudyny: zb. tez dop. IV Mizhnarodna nauk.-prakt. Internet-konferentsiia/ uklad.: A. V. Tsos, S. Ya. Indyka*. Lutsk: Skhidnoievrop. nats. un-t im. Lesi Ukrainky. (10 chervnia 2020 r.), Lutsk, 95.
17. Cherniavska, O. (2008). Osoblyvosti fizychnoho rozvytku i rukhovyykh zdibnostei ditei iz rozumovymy vadamy [Peculiarities of physical development and motor abilities of children with mental disabilities]. *Fizychni vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*. Zbirnyk naukovykh prats VNU im.Lesi Ukrainky T. 3, Lutsk: RVV «Vezha», 169–171.
18. Rare Disease UK. (2018). Living with a rare condition: the effect on mental health – Rare Disease UK. URL: [www.rare-disease.org.uk/our0work/living0with0a0rare0condition0the0effect0on0mental0health02018/](http://www.rare-disease.org.uk/our-work/living-with-a-rare-condition-the-effect-on-mental-health-2018/). (Accessed October 19, 2018).

Стаття надійшла до редакції 18.02.2021 р.

Recenzja monografii pt. *Kultura fizyczna i turystyka w województwie wołyńskim w latach 1921–1939* (aut.: Eligiusz Małolepszy, Teresa Drozdek-Małolepsza)

[rec.] Eligiusz Małolepszy, Teresa Drozdek-Małolepsza, *Kultura fizyczna i turystyka w województwie wołyńskim w latach 1921–1939*, Poznań 2020, Wydawnictwo Nauka i Innowacje, ss. 301.

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-01-80-82>

Ostatnio nakładem poznańskiego Wydawnictwa Nauka i Innowacje ukazała się monografia pt. *Kultura fizyczna i turystyka w województwie wołyńskim w latach 1921-1939*, autorstwa częstochowskich historyków Eligiusza Małolepszego i Teresy Drozdek-Małolepszej z Uniwersytetu Humanistyczno-Przyrodniczego im. Jana Długosza od dłuższego czasu zajmujących się kwestią kultury fizycznej terenów wschodnich II Rzeczypospolitej. Recenzentem wydawniczym jest dr hab. Artur Pasko, historyk kultury fizycznej z Uniwersytetu w Białymstoku. Autorzy uzasadnili podjęcie tematu brakiem publikacji, która w sposób syntetyczny podejmowałaby tematykę dziejów kultury fizycznej i turystyki na obszarze województwa wołyńskiego w latach 1921-1939 i trudno się z tym stwierdzeniem nie zgodzić.

Monografia została oparta na bardzo obszernej bazie źródłowej zestawionej w bibliografii zgodnie z kryteriami przyjętymi dla prac historycznych. Podstawę źródłową uzupełniono literaturą, na którą składają się zarówno prace zwarte jak i artykuły. Składa się ona z 66 pozycji z czego 12 stanowią prace Autorów przygotowujących monografię. Stanowi to niemal piątą część ogółu i świadczy o znaczącym ich wkładzie w dotychczasowe efekty badań nad tematem. Źródła zostały podzielone na archiwalne, drukowane, prasę, relacje i źródła internetowe. Na szczególne uznanie zasługują zgromadzone źródła archiwalne, bowiem Autorzy dokonali kwerendy w siedmiu archiwach w tym w Państwowym Archiwum Obwodu Wołyńskiego na Ukrainie (warto, by w ewentualnych kolejnych wydaniach Autorzy rozważyli przetłumaczenie zarówno w bibliografii, jak i całej pracy tytułów opracowań i źródeł ukraińskich na język polski, co ułatwiłoby lekturę osobom nie znającym tego języka). Ponadto źródła archiwalne obejmują dwie składnice akt. Drugą grupę stanowią źródła drukowane, głównie dzienniki urzędowe organów szkolnych, a także komunikaty, roczniki i sprawozdania lokalnych i ogólnopolskich organizacji kultury fizycznej. Trzecią grupę źródeł stanowi prasa z lat 1921–1939 i 2017 (18 tytułów). Całość podstawy źródłowej uzupełniają dwie relacje pisemne Mirosława Hermaszewskiego i Włodzimierza Wiaderka oraz pięć źródeł internetowych. Bibliografia stanowi więc należyłą podstawę teoretyczną oraz szeroką bazę źródłową do powstania recenzowanej monografii. Całościowo należy ocenić ją bardzo wysoko.

Praca składa się ze wstępu, pięciu rozdziałów, zakończenia oraz aneksów, bibliografii, wykazu skrótów, spisu tabel, streszczenia w języku angielskim i ukraińskim i indeksu nazwisk.

Monografię otwiera wstęp, w którym Autorzy uzasadniają ramy czasowe, szczegółowo przedstawiają aktualny stan badań nad zagadnieniem, zwięźle podają wykorzystane metody badawcze, wyjaśniają ideę powstania pracy, a także zawierają cel i problemy badawcze. W dalszej części wstępu podają wykorzystaną bazę źródłową i oceniają jej przydatność oraz przedstawiają zarys problematyki poszczególnych rozdziałów i informują o zastosowaniu układu rzeczowego w pracy. Wstęp spełnia więc wszystkie kryteria pracy historycznej.

Rozdział pierwszy pt. *Województwo wołyńskie w latach 1921–1939. Zagadnienia administracyjne i społeczne* i rozdział drugi pt. *Uwarunkowania rozwoju wychowania fizycznego i sportu w województwie wołyńskim w latach 1921–1939* mają charakter wprowadzający. Rozdział pierwszy nie posiada wewnętrznego, bardziej szczegółowego podziału. Autorzy przedstawili w nim strukturę narodowościową województwa, podział administracyjny oraz rozwój społeczno-gospodarczy i infrastruktury komunikacyjnej.

Całość uzupełniają liczne tabele oraz mapa województwa z 1926 roku. W rozdziale drugim wprowadzono podział na dwa podrozdziały, w których autorzy kolejno ukazali: *Uwarunkowania prawno-organizacyjne i materialno-finansowe* (podrozdział 1.) oraz *Kadrę szkoleniową, pedagogiczną, sędziowską i aktyw społeczny* (podrozdział 2.). Autorzy trafnie określili, że głównym czynnikiem warunkującym rozwój wychowania fizycznego, sportu oraz przysposobienia wojskowego w miastach i na wsi była działalność lokalnych struktur organizacyjnych Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego (PUWFiPW) na wielu płaszczyznach, zaś szczególnie dynamiczny rozwój kadry na potrzeby wychowania fizycznego, sportu i przysposobienia wojskowego w województwie wołyńskim nastąpił w latach trzydziestych XX wieku nie tylko za sprawą PUWFiPW, ale także uczelni, związków sportowych oraz klubów i towarzystw społecznych.

Następne dwa rozdziały stanowią najobszerniejszą część pracy. W rozdziale trzecim pt. *Społeczny zasięg kultury fizycznej* wyodrębniono aż dwanaście podrozdziałów, gdzie ukazano – zgodnie z układem rzeczowym – działalność różnego rodzaju organizacji i instytucji na polu wychowania fizycznego i sportu. Autorzy interesująco i ze szczegółami opisali kolejno: *Wychowanie fizyczne i sport w szkolnictwie* (podrozdział 1.), *Katolickie Stowarzyszenie Młodzieży Męskiej i Żeńskiej* (podrozdział 2.), *Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół”* (podrozdział 3.), *Wiejskie Uniwersytety Ludowe* (podrozdział 4.), *Wołyński Związek Młodzieży Wiejskiej* (podrozdział 5.), *Związek Strzelecki* (podrozdział 6.), *Związek Harcerstwa Polskiego* (podrozdział 7.), *Automobilklub Wołyński* (podrozdział 8.), *Aeroklub Wołyński* (podrozdział 9.), *Wojewódzki Związek Straży Pożarnej* (podrozdział 10.), *Wychowanie fizyczne i sport w działalności organizacji młodzieżowych i społecznych mniejszości narodowych* (podrozdział 11.) i *Inne organizacje działające na polu wychowania fizycznego i sportu* (podrozdział 12.). Pozwoliło to zaprezentować, na jakie aspekty kultury fizycznej dana organizacja czy instytucja zwracała szczególną uwagę w swej działalności.

Rozdział czwarty pt. *Rozwój ruchu sportowego* podzielono na trzy główne podrozdziały: *Okręgowe Związki Sportowe* (podrozdział 1.), *Kluby i towarzystwa sportowe* (podrozdział 2.) oraz *Rozwój dyscyplin sportowych* (podrozdział 3.). W ramach tego ostatniego Autorzy dokonali bardziej szczegółowego podziału uwzględniając: *Sporty indywidualne (boks, jeździectwo, kolarstwo, lekkoatletyka)* (3.1.), *Gry sportowe (piłka nożna, piłka siatkowa, tenis, tenis stołowy)* (3.2.), *Sporty strzeleckie (strzelectwo)* (3.3.), *Sporty wodne (kajakarstwo, pływanie, wioślarstwo)* (3.4.), *Sporty zimowe (narciarstwo, hokej na lodzie)* (3.5.), *Inne sporty (automobilizm, modelarstwo, szybownictwo, szachy, sport motocyklowy, sport pożarniczy, zawody marszowe)* (3.6.), *Marsz na Polską Górę jako przykład zawodów wojskowo-sportowych na Wołyniu (1929–1939)* (3.7.) i *Państwowa Odznaka Sportowa i Odznaka Strzelecka* (3.8.). W pierwszych dwóch podrozdziałach Autorzy skupili się na początkach działalności poszczególnych okręgowych związków, klubów oraz towarzystw sportowych, a także ich strukturze i celach działalności. Z przedstawionego materiału wynika, że ich rozwój nastąpił głównie w latach trzydziestych XX wieku. W ostatnim podrozdziale Autorzy zawarli mnóstwo interesujących danych dotyczących wołyńskich klubów, towarzystw sportowych oraz innych organizacji zajmujących się sportem wraz z ich osiągnięciami, najważniejszymi wynikami, zawodami, których byli inicjatorami oraz informacjami, jak prezentowały się na tle innych regionów II Rzeczypospolitej. Całość uzupełniają liczne tabele.

Ostatni rozdział wieńczący część opisową monografii pt. *Turystyka i rekreacja fizyczna w województwie wołyńskim w latach 1921–1939* zasadniczo został podzielony na dwa podrozdziały: *Turystyka w województwie wołyńskim w okresie międzywojennym* (podrozdział 1.) oraz *Działalność na polu rekreacji fizycznej* (podrozdział 2.). Autorzy zaprezentowali rozwój turystyki zwracając uwagę na działalność i inicjatywy oddziałów Polskiego Towarzystwa Krajoznawczego Okręgu Wołyńskiego oraz rozwój turystyki wodnej i turystyki szkolnej. Nie zabrakło też danych na temat natężenia i rozłożenia ruchu turystycznego w poszczególnych regionach województwa. Dopelnieniem działalności turystycznej była rekreacja fizyczna, która obejmowała przede wszystkim dzieci i młodzież szkolną, a w późniejszym czasie osoby starsze.

Pracę zamyka zakończenie napisane w sposób zwięzły. Autorzy dokonali podsumowania ukazanych zjawisk historycznych ograniczając warstwę oceniającą i porównującą, którą warto byłoby mocniej uwypuklić przy okazji kolejnych wznowień. Ważną część pracy stanowią aneksy liczące 36 stron i obejmujące następujące elementy: wyniki wybranych meczy piłki nożnej w rozgrywkach ligowych Podokręgu Wołyńskiego Lwowskiego OZPN; wyniki wybranych meczy piłki nożnej w rozgrywkach ligowych Wołyńskiego OZPN; mecze towarzyskie drużyn piłkarskich z województwa wołyńskiego; fotografie; afisze spotkań piłki nożnej z udziałem drużyn z Wołynia. Warto byłoby rozważyć przy ewentualnych wznowieniach uzupełnienie aneksu o podobne informacje z innych dyscyplin sportowych.

Monografia Eligiusza Małolepszego i Teresy Drozdek-Małolepszej pt. *Kultura Fizyczna i turystyka w województwie wołyńskim w latach 1921–1939* odtwarza ważny fragment dziejów kultury fizycznej i turystyki części ziem wschodnich II Rzeczypospolitej, który dotychczas nie znajdował się w szerszym kręgu zainteresowań historyków kultury fizycznej. Autorzy wykorzystując obszerną bazę źródłową ukazali wiele nowych faktów dotyczących wychowania fizycznego, sportu, turystyki i rekreacji fizycznej w województwie wołyńskim. Bezsprzecznie opracowanie należy polecić historykom, nauczycielom, pasjonatom i osobom pracującym w instytucjach związanych z kulturą fizyczną i turystyką.

Recenzent:

Dr, Akademia Wychowania Fizycznego
Józefa Piłsudskiego w Warszawie,
e-mail: arkadiusz.wlodarczyk@awf.edu.plc

Arkadiusz Włodarczyk

ІНФОРМАЦІЯ ДЛЯ АВТОРІВ

Наукове видання «Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві» містить такі рубрики:

- ✓ Історичні, філософські, правові й кадрові проблеми фізичної культури та спорту.
- ✓ Технології навчання фізичної культури.
- ✓ Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення.
- ✓ Лікувальна фізична культура, спортивна медицина й фізична реабілітація.
- ✓ Олімпійський і професійний спорт.

Щоб мати можливість подавати рукописи в журнал та перевіряти їх поточний статус, потрібно зареєструватися на сайті (<http://sport.eenu.edu.ua>) або надіслати матеріали на e-mail: sport@eenu.edu.ua
Матеріал публікації повинен відповідати тематиці журналу.

Журнал приймає до розгляду наукові статті за умови, якщо робота:

- не була опублікована раніше в іншому журналі;
- не перебуває на розгляді в іншому журналі;
- усі співавтори погоджуються з публікацією статті.

Статті приймаються лише з оригінальним авторським текстом, запозичення в обсязі не більше ніж 10 % повинні бути оформлені із зазначенням посилань на джерела.

Подаючи статтю в журнал, автор тим самим:

- висловлює згоду на розміщення повного її тексту в мережі Інтернет;
- погоджується з рекомендаціями Всесвітньої асоціації медичних редакторів і стандартів COPE

відповідно до принципів етики наукових публікацій (https://publicationethics.org/files/International%20standards_authors_for%20website_11_Nov_2011.pdf).

Автори дають згоду на збір й обробку персональних даних із метою їх уключення в базу даних згідно із Законом України № 2297-VI «Про захист персональних даних» від 01.06.2010. Імена та електронні адреси, які вказуються користувачами сайту цього видання, використовуватимуться винятково для виконання внутрішніх технічних завдань; вони не поширюватимуться та не передаватимуться стороннім особам.

Мови рукопису – українська, російська, англійська, польська.

ЗАГАЛЬНІ ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ РУКОПИСІВ

Стаття повинна супроводжуватись анотацією, ключовими словами й містити пристатейний список використаних джерел.

Файл рукопису повинен містити:

- ✓ індекс УДК статті (верхній лівий кут)
- ✓ назву статті (до 12 слів прописними літерами);
- ✓ прізвище, ім'я автора (-ів), афіліацію (науковий ступінь, вчене звання, посада, місце роботи або навчання, місто, країна);
- ✓ e-mail контактного автора;
- ✓ анотацію (230–250 слів), структуровану таким чином (із виділенням підзаголовків напівжирним шрифтом): актуальність теми дослідження, мета й методи або методологія дослідження, результати роботи та висновки; ключові слова (5–6 слів або стійких словосполучень, за якими надалі виконуватиметься пошук статті), що відображають специфіку теми, об'єкт і результати дослідження та жодне з яких не дублює слова з назви статті;
- ✓ текст статті;
- ✓ висловлення вдячності (за необхідності);
- ✓ джерела та літературу.

Метадані (анотації) подаються мовою оригіналу статті та англійською (якщо мова статті англійська, то метадані – англійською й українською/російською).

Використання комп'ютерного перекладу не допускається.

Неприпустимим є застосування нерозшифрованих абревіатур і вперше введених термінів. Усі абревіатури повинні бути розшифровані при першому вживанні. Якщо абревіатур багато, то можна зробити список із розшифровкою кожної з них перед текстом статті.

Текст статті повинен відповідати формату IMRAD (Introduction, Methods, Results, Discussion), тобто потрібно виділити такі розділи, як вступ; мета дослідження; матеріал і методи дослідження; результати дослідження; висновки.

Вступ (постановка наукової проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями, аналіз досліджень, у яких започатковано розв'язання цієї проблеми й на які спирається автор; виокремлення не розв'язаних раніше частин загальної проблеми, які розкриває означена стаття).

Мета дослідження (метою повинно бути розв'язання проблеми або отримання знань щодо неї. Мета дослідження орієнтує на його кінцевий результат, завдання формулюють питання, на які потрібно отримати відповідь для реалізації мети дослідження. Для формулювання мети бажано використовувати слова **встановити, виявити, розробити, довести** та ін.)

Матеріал і методи дослідження. Цей розділ повинен бути коротким, але достатнім, щоб дати змогу іншим науковцям повторити дослідження, та містити три підрозділи (можна додати інші підрозділи, якщо є така потреба):

(1) Учасники

Указати кількість учасників, вік, спортивну кваліфікацію досліджуваних. Відзначити, що від усіх учасників отримано інформовану згоду на участь у цьому експерименті.

(2) Організація дослідження

Ця частина повинна бути короткою, точною й логічною (коротка інформація про кожен крок виконання досліджень, тривалість і послідовність проведення експерименту). Указати використовувані прилади, обладнання, тести.

(3) Статистичний аналіз

У підзаголовку «Статистичний аналіз» автори повинні пояснити, які статистичні методи використано під час аналізу представлених даних у розділі «Результати дослідження», та обґрунтувати їх застосування. Статистичні методи повинні бути описані детально, щоб забезпечити перевірку представлених результатів. Статистичні значення мають бути показані разом із даними в тексті, а також у таблицях і малюнках. У кінці статистичного аналізу автори повинні вказувати на рівень значущості та використані статистичні програми.

Звертаємо увагу авторів, що просте перерахування використаних методів дослідження редакцією не приймається.

Протокол збору даних, процедури, досліджувані параметри, методи вимірювань й апаратура повинні бути описані досить докладно, щоб дати змогу іншим ученим відтворити результати. Мають бути представлені посилання на використовувані методи. Маловідомі та істотно модифіковані методи повинні бути описані докладно, назви використаних пристроїв – супроводжуватись інформацією про виробника (назва, місто й країна), зазначеного в дужках.

Надання інформації про учасників експериментів (пацієнтів) вимагає наявності їхньої офіційної згоди. Дослідження пацієнтів і добровольців вимагають усвідомленої згоди, документованої в тексті рукопису. За участі дітей в експериментах потрібно мати отриману письмову згоду їхніх батьків, про що зазначаємо в цьому розділі. У звітах щодо експериментів на людях потрібно зазначити, чи проводилася процедура відповідно до етичних стандартів відповідального комітету з прав (експериментів або інституційного регіонального) чи Гельсінської декларації 2008 р.

Редакція залишає за собою право затребувати будь-які вихідні дані від авторів на будь-якій стадії в процесі розгляду або публікації, у тому числі після публікації. Відмова надання запитуваної інформації може призвести до затримки публікації або скасування прийому праці.

Результати дослідження. Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів (результати досліджень з обов'язковою статистичною обробкою даних потрібно подавати у вигляді таблиць, графіків, діаграм. Дані, які відображаються в таблицях, мають бути суттєвими, повними, достовірними. Заголовок таблиці, назва графіка або діаграми повинні відповідати їхньому змісту. Переказувати словами дані таблиць і графіків неприпустимо. Результати дослідження мають бути обов'язково проаналізовані. Варто провести паралелі з даними, отриманими іншими вітчизняними й закордонними вченими.

Дискусія. Цей розділ повинен містити інтерпретацію результатів дослідження, а також результати, розглянуті в контексті підсумків в інших дослідженнях науковців, котрі займаються вивченням цієї проблеми. Потрібно включити в дискусію питання, що впливають із висновків, а також зазначити, яким чином дослідження інших авторів підтверджують правомірність дослідження. Слід виділити новизну отриманих результатів.

Висновки та перспективи подальших досліджень. У цій частині подається коротке формулювання результатів дослідження, осмислення та узагальнення теми, а також перспективи для майбутніх досліджень. (Висновки повинні бути лаконічними, конкретними, обґрунтованими, відповідати меті дослідження та впливати з основного змісту роботи).

Після тексту статті повинен міститися пристатейний список використаних джерел.

Усі джерела зі списку літератури повинні бути процитовані в тексті статті, в іншому випадку відповідний елемент потрібно вилучити. Якщо стаття, на яку є посилання, має цифровий ідентифікатор doi (<http://www.doi.org/index.html>), його обов'язково потрібно вказувати.

Список літератури повинен містити достатню кількість сучасних (за останні п'ять років) джерел за проблемою дослідження.

До списку потрібно включати наукові статті українських і зарубіжних авторів.

Допускається посилання на власні роботи авторів статті (самоциткування), але не більше ніж 25 % від загальної кількості джерел.

Якщо текст статті українською/російською мовою, то **список літератури повинен складатися з двох частин: «Джерела та література» і «References».**

Перелік посилань «Джерела та література» – це бібліографічний опис джерел, використаних під час підготовки статті, виконаний мовою оригіналу та оформлений відповідно до ДСТУ 8302:2015: Бібліографічне посилання. Загальні положення та правила складання (<http://lib.pu.if.ua/files/dstu-8302-2015.pdf>).

При цьому, якщо в переліку використано джерела іноземною мовою, їх не потрібно перекладати українською/російською.

«References» – це дубльований перелік посилань «Джерела та література», оформлений за стандартом APA (<http://www.apastyle.org/>), англійською мовою та/або із застосуванням транслітерації.

Назви кирилических джерел транслітеруються, далі у квадратних дужках розміщується переклад.

Он-лайн-конвертер: <http://translit.kh.ua/#passport> (Паспортний КМУ 2010).

Для створення бібліографічних записів посилань для переліку «References» скористайтесь ресурсом:

Міжнародні правила цитування та посилання в наукових роботах: методичні рекомендації/ автори-укладачі: О. Боженко, Ю. Корян, М. Федорець; редкол.: В. С. Пашкова, О. В. Воскобойнікова-Гузєва, Я. Є. Сошинська, О. М. Бруй; Науково-технічна бібліотека ім. Г. І. Денисенка Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»; Українська бібліотечна асоціація. Київ: УБА, 2016. Електрон. вид. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM). 117 с. ISBN 978-966-97569-2-3.

ТЕХНІЧНІ ВИМОГИ

1. Обсяг основного тексту статті – 8–15 сторінок.

2. Текстові матеріали повинні бути підготовлені в редакторі MS Word (*.doc).

3. Параметри сторінки:

формат – А4, поля – зліва – 3 см, справа – 1 см, зверху й знизу – 2 см, без колонтитулів та нумерації сторінок.

4. Шрифт основного тексту – Times New Roman, розмір символа (кегель) – 14, звичайний, рядки без переносів.

5. Параметри абзацу:

– вирівнювання – за шириною;

– міжрядковий інтервал – 1,5;

– відступ першого рядка – 1 см;

– інтервал між абзацами – 0 мм.

6. Таблиці й малюнки.

Кількість табличного матеріалу та ілюстрацій повинна бути доречною. Цифровий матеріал подається в таблиці, що має порядковий номер, вирівнювання по правому краю (наприклад: *Таблиця 1*) і назву (друкується над таблицею посередині жирним шрифтом, наприклад: **Розподіл студентів за рівнем фізичної активності**). Текст таблиці подається шрифтом Times New Roman, кегель 12, інтервал 1. Формат таблиць – лише книжковий.

Рисунок повинен бути єдиним графічним об'єктом (тобто згрупованим). Для рисунків, виконаних у програмі Excel, потрібно додатково до статті відправити файл Excel (97-2003).

Ілюстрації також слід нумерувати; вони повинні мати назви, які вказуються поза згрупованим графічним об'єктом (наприклад: **Рис. 1. Динаміка фізичної працездатності**). Ілюстративний матеріал обов'язково повинен бути контрастним чорно-білим, спосіб заливки в діаграмах – штриховий).

Формули (зі стандартною нумерацією) виконуються в редакторі Microsoft Equation. Підписи рисунків та формул мають бути доступні для редагування. Усі графічні об'єкти не повинні бути сканованими.

Вимоги до статей, останні випуски журналу, архів номерів, різна інформація – на сайті видання: <http://sport.eenu.edu.ua>.

Якщо стаття не відповідає вищезазначеним вимогам або її науковий рівень недостатній, то редакційна рада не приймає працю для публікації.

Стосовно інших питань за консультацією просимо звертатися до відповідального секретаря Індики Світлани Ярославівни (сл. тел. 0332-24-21-78; моб. тел. (066)-48-30-600).

Для своєчасної інформації просимо Вас надсилати авторську довідку (див. нижче).

АВТОРСЬКА ДОВІДКА

Назва статті _____

Прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь та вчене звання, посада автора (-ів) *(українською та англійською мовами)* _____

ORCID *(цифровий ідентифікатор автора, що відрізняє Вас від будь-якого іншого дослідника, підтримує зв'язок між Вами й Вашою професійною діяльністю. Отримати свій унікальний ідентифікатор ORCID можна зареєструвавшись <http://about.orcid.org>, <https://orcid.org/register>)* _____

Місце роботи, навчання, поштова адреса, індекс, службовий телефон *(установи чи організації)* *(українською та англійською мовами)* _____

Поштова адреса Нової пошти, № відділення, на яке редколегія надсилає друкований примірник збірника _____

Телефон _____ . **E-mail** _____

ЗМІСТ

Історичні, філософські, правові й кадрові проблеми фізичної культури та спорту

Іван Глухов, Мар'ян Пітин

Концепція системи навчання плавання студентів закладів вищої освіти 3

Тетяна Дорофєєва

Ризики та процедури впровадження в громадах системи управління якістю
фізкультурно-спортивних послуг..... 12

Технології навчання з фізичного виховання

Ірина Войтович, Василь Войтович, Вікторія Петрович

Особливості організації секційних занять з фізичної культури в школі 19

**Тетяна Павлун, Вікторія Кондратенко, Людмила Гомон, Ігор Зайцев,
Володимир Любімов, Геннадій Чекольба**

Оптимізація занять із фізичного виховання дистанційно
в спеціальних медичних групах закладів вищої освіти 26

**Oksana Khomik, Nataliia Bielikova, Svitlana Indyka, Oksana Kovalchuk,
Olena Tomaschuk, Viktor Halan-Vlashchuk**

Accessibility of Microsoft Teams and Moodle Services for the Implementation
of E-Learning for Students with Disabilities in Institutions of Higher Education in Ukraine33

Mouloud Kenioua, Nawal Krine

E-learning for Physical Education Students During Coronavirus Pandemic43

Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

Валентина Ляшенко, Валентина Зубко, Олена Гацко, Наталія Гнупова, Олена Лахтадир

Формування мотиваційно-вольових здібностей у студентів,
які займаються плаванням, у процесі фізичного виховання 49

Houar Abdelatif, Kacem Abdelhadi, Zerf Mohamed, Bengoua Ali

Effect of the Confinement Imposed By Covid-19 on Algerians Physical Activity
Through Lens of Gender 57

Лікувальна фізична культура, спортивна медицина й фізична реабілітація

Марина Пасенко, Оксана Глиняна

Методичні основи побудови програми фізичної терапії для осіб після остеосинтезу
вертлюгової западини 65

Тетяна Цюпак, Юрій Цюпак, Олександр Швай, Юрій Цюпак, Руслан Гайволя

Вплив фізичної терапії на морфофункціональний стан та рухову активність хлопчиків
7–8 років із легкою формою розумової відсталості 72

Рецензії, хроніки та персоналії

Recenzja monografii pt. Kultura fizyczna i turystyka w województwie wołyńskim
w latach 1921–193980

Інформація для авторів..... 83

Наукове видання

**ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ І КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я
У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ**

№ 1 (53)

2021

Редактор і коректор: *Г. О. Дробот*
Верстка *І. С. Савицької*

Свідоцтво про державну реєстрацію КВ № 19773-9573ПР від 15.03.2013 р.
Сайт журналу: <http://sport.vnu.edu.ua>

Засновник і видавець – Волинський національний університет імені Лесі Українки.

Формат 60×84¹/₈. Папір офсетний. Гарн. Таймс. Друк цифровий.

Обсяг 10,23 ум. друк. арк., 9,72 обл.-вид. арк. Зам. 31.

Виготовлювач – Вежа-Друк

(м. Луцьк, вул. Шопена, 12, тел. 29-90-65).

Свідоцтво Держ. комітету телебачення та радіомовлення України
ДК № 4607 від 30.08.2013 р.