



ISU

INTERNATIONAL SCIENTIFIC UNITY

**XIX INTERNATIONAL SCIENTIFIC
AND PRACTICAL CONFERENCE
«Modern Trends are the Driving
Force of Scientific Progress»**

**April 17-19, 2024
Lisbon, Portugal**

ISBN 978-617-8427-11-5



INTERNATIONAL SCIENTIFIC UNITY

XIX INTERNATIONAL SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE

«Modern Trends are the Driving Force
of Scientific Progress»

Collection of abstracts

April 17-19, 2024
Lisbon, Portugal

UDC 01.1

XIX International scientific and practical conference «Modern Trends are the Driving Force of Scientific Progress» (April 17-19, 2024) Lisbon, Portugal. International Scientific Unity, 2024. 269 p.

ISBN 978-617-8427-11-5

The collection of abstracts presents the materials of the participants of the International scientific and practical conference «Modern Trends are the Driving Force of Scientific Progress».

The conference is included in the Academic Research Index ReserchBib International catalog of scientific conferences.

The materials of the collection are presented in the author's edition and printed in the original language. The authors of the published materials bear full responsibility for the authenticity of the given facts, proper names, geographical names, quotations, economic and statistical data, industry terminology, and other information.

The materials of the conference are publicly available under the terms of the CC BY-NC 4.0 International license.

ISBN 978-617-8427-11-5



© Authors of theses, 2024
© International Scientific Unity, 2024
Official site: <https://isu-conference.com/>

SECTION: PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

Кулин І.М., Сокол О.В.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПІДЛІТКІВ, ЩО
ЗІМАЮТЬСЯ ЛЕГКОЮ АТЛЕТИКОЮ..... 237

Сокол О.В., Кулин І.М.

ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОФІЛАКТИКИ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ У
ШКОЛЯРІВ..... 241

SECTION: PSYCHOLOGY

Комар Т., Біла Л.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ШЛЮБНО-СІМЕЙНИХ
НАСТАНОВ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ..... 246

Варгата О., Дубицька І.

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ВАЖЛИВА ЯКІСТЬ ВОЛОНТЕРІВ В
УМОВАХ ВІЙНИ..... 248

SECTION: PUBLIC MANAGEMENT AND ADMINISTRATION

Бірюшов Д.

ДЕРЖАВНО-ПРИВАТНЕ ПАРТНЕРСТВО ТА ШЛЯХИ ЙОГО
РЕАЛІЗАЦІЇ..... 251

SECTION: TECHNICAL SCIENCES

Босий М.В., Ботнаренко В.О., Шуть А.О., Хомяк Н.І.

ОЦІНКА ТЕРМОДИНАМІЧНОЇ ЕФЕКТИВНОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ
ТЕПЛОВОГО НАСОСА НА ПІДПРИЄМСТВАХ ДЛЯ
ВИГОТОВЛЕННЯ КОНСТРУКЦІЙНИХ МАТЕРІАЛІВ..... 254

Конохов В.І., Лавінський Д.В., Шергін С.Ю.

ДИСТАНЦІЙНИЙ КУРС ЯК МЕТОД НАВЧАННЯ ПРЕДМЕТУ..... 258

SECTION: TRANSPORT AND LOGISTICS

Таценко О.В., Савойський О.Ю.

ОРГАНІЗАЦІЯ ТРАНСПОРТНИХ СЛУЖБ В ПІДПРИЄМСТВАХ
АГРАРНОГО ВИРОБНИЦТВА..... 260

SECTION: VETERINARY MEDICINE

Карчевська Т.

АНАЛІЗ ЕПІЗООТИЧНОЇ СИТУАЦІЇ ЩОДО ЛЕЙКОЗУ ВЕЛИКОЇ
РОГАТОЇ ХУДОБИ ЗА 2019-2023 РОКИ..... 266

Список використаних джерел

1. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсмена/ В.Н.Платонов.-К.6 Олимп. Лит., 2017. -656с.
2. Сергієнко Л. П. Практикум з психології спорту : Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту / Л.П. Сергієнко. – Харків : «ОВС», 2008.– 256с.

**ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОФІЛАКТИКИ ПОРУШЕНЬ
ПОСТАВИ У ШКОЛЯРІВ**

Сокол О.В.

0000-0001-7144-351x

ст. викладач

olgavs697@gmail.com

Кулин І.М.

ст. викладач

Кафедра фізичного виховання

Навчально –науковий гуманітарний інститут

Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова

Україна, м. Миколаїв

Постава є комплексним показником здоров'я та фізичного розвитку дітей. Правильна постава забезпечує оптимальне становище та нормальну діяльність внутрішніх органів, створюючи найкращі умови для діяльності всього дитячого організму.

Ключові слова: підлітковий період, сколіоз школяра, порушення постави, корекція постави, профілактичні заходи.

Мета статті: організація та профілактика порушень постави із застосуванням фізичної культури та коригуючої гімнастики.

Однією з найпоширеніших проблем дитячого віку є різні порушення постави. Статистика говорить, що майже 20% дошкільнят мають різну ступінь викривлення хребта, а у учнів старших класів ця цифра досягає 65%! Такий колосальний приріст пояснюється недостатньою залученістю батьків і викладачів в питанні організації робочого місця школяра і тренування навичок тримати спину рівно. Всупереч уявній нешкідливості, сутулість - не тільки естетична проблема.

Сколіоз – це викривлення хребта вбік, при якому хребет викривляється вбік. Це може бути у вигляді букви С чи S.

Це може виникнути у людей будь-якого віку, але найчастіше зустрічається у дітей віком від 10 до 15 років.

Причина сколіозу включають: вроджені аномалії хребта, нервово-м'язові захворювання, такі як церебральний параліч або м'язова дистрофія, травми спини, інфекції хребта.

Велика поширеність різних дефектів постави у дітей вимагає, щоб профілактика їх набула масового характеру та проводилася у навчальних закладах. Необхідно застосувати в умовах навчального процесу такі методи та організаційні форми фізичної культури та коригуючої гімнастики, за допомогою яких можна було б наблизитися до вирішення питання профілактики та лікування порушень постави у дітей.

При дослідженні порушень постави ми користувалися методом стоматоскопічного обстеження з вимірами сколізометром Бнллі - Кірхгофера і циркульгонометром (за В. А. Гамбурцеву).

Проводився спеціальний огляд грудної клітки, хребта та кінцівок. Дитина, роздягнена, кілька секунд стояла рівно з розслабленою мускулатурою тулуба, з руками, що вільно звисали вздовж нього, в положенні «звичної постави» спиною до лікаря.

При цьому враховувалися такі ознаки: положення голови та симетричність шийно-поперекових ліній; лінія бічних контурів плечей; висота та рівномірність стояння кутів лопаток та ступінь їх розбіжності; величина пахвових складок; форма про трикутників талії; лінія остистих відростків хребта; ступінь асиметрії правої та лівої половини спини, а також рухливість хребта.

При огляді дитини спереду звернути увагу на рівень та контури плечей, форму грудної клітки та наявність у ній асиметричних відхилень та на дихальні екскурсії грудної клітки.

Вивчалися соціально-побутові умови дітей, зарахованих до групи коригуючої гімнастики. Велика увага приділяється організації робочого місця школяра та умови занять у школі. Усі дані заносилися до індивідуальної карти учня [4].

За даними, кількість підлітків із порушенням постави сягає 30 -60%, а сколіоз вражає середньому 10% -15% всіх учнів.

За даними обстежень у (38%) виявлено дефекти постави, у (6%) - сколіоз різного ступеня. Найчастіше відзначалися сколіотична постава (42,8%), кіфотична постава (24,6%), крилоподібні лопатки (15,8%), плоска спина (9,9%). Спостерігалися також поєднані форми порушення постави та плоскостопості. [2].

Причинами, що сприяють появі у школярів дефектів постави, були: неправильна посадка за партою та столом у школі та вдома, постійне носіння в одній руці тяжкості (портфеля, сумки), порушення режиму дня та фізичного виховання. А також причинами ідіопатичних захворювань – у 80% випадків причина невідома, вроджений – виникає через проблеми з розвитком хребта у плода, нейром'язовий – викликаний м'язовими чи нервовими захворюваннями, такими як церебральний параліч, травми, інфекції, пухлини. [1]

Найбільше дітей з порушенням постави виявлено у місті (29,48 + 1,97%), менше - інших районах області (20,58 + 1,55%).

Результати обстеження школярів молодших класів показали, що у учнів 1 х класів є порушення постави функціонального характеру, а в учнів старших класів переважають органічні деформації хребта (сколіози).

Дані обстеження свідчать, з одного боку, про те, що діти в 27-30% випадків вже приходять до школи з порушеною поставою, а з іншого, про виникнення цієї

патології у школярів (42,5%) через п'ять місяців з часу початку занять у школі. [3]

Порушення постави дещо частіше спостерігається у дітей, які виховувалися у дошкільних закладах. У дітей, які навчалися в другу зміну, порушень постави було більше (34,08 + 2,46), ніж у першу зміну (13,32% + 1,56). [2].

На підставі анамнезу, ознайомлення з умовами побуту, добовим режимом, фізичним вихованням дітей встановлено, що здебільшого діти з порушенням постави соматично ослаблені, часто хворіють, мало бувають на свіжому повітрі, багато сидять, найчастіше в неправильній позі.

Незважаючи на те, що етіологія порушення постави різна, треба підкреслити, що великий відсоток такої патології дітей з іншими факторами зумовлений серйозними недоглядами в організації медичного обслуговування школярів, зокрема, недостатньою профілактикою сколіозів. Деякі з тих, хто потребує виправлення постави дітей, займаються в школі коригуючою гімнастикою в тому обсязі і при тій організації, як це необхідно.

Для усунення початкових форм порушення постави в учнів базових шкіл було розроблено цілу низку заходів оздоровчого та лікувально-профілактичного спрямування. Так, з викладачами фізичного виховання, вихователями (у школі з подовженим днем), класними керівниками має проводитись цикл розмов про значення профілактики порушень постави у дітей, про організацію гігієнічних умов у класах. З дітьми також проводяться розмови про значення правильної посадки за столом та партою.

На батьківських зборах висвітлюються питання режиму дітей вдома та в школі, про роль батьків у справі виховання правильної постави у хлопців та участь їх у організації профілактики цієї патології.

Для вчителів, батьків, школярів повинні проводитися показові уроки, на яких методисти виконували гімнастичні вправи, що виробляють правильну поставу, пояснювали способи перевірки правильності постави біля стіни та дзеркала.

Батьків та педагогів запрошували на заняття коригуючої гімнастики, з метою ознайомлення з характером вправ, рекомендованих дітям для виконання в домашніх умовах.

У середній школі уроки коригуючої гімнастики починалися через 30 хв. після останнього дзвоника, а в школі (з продовженим днем) – через 2,5-3 години після обіду. Уроки коригуючої гімнастики дуже добре проводити у комплексі з уроком плавання. Тримання тривалістю 45 хв. проводяться 2-3 рази на тиждень у групах, що складаються з 20-25 дітей одного віку. [2]

Заняття включали загальнооздоровчі вправи, і вправи, що зміцнюють м'язи тулуба та тазу, що виконуються у вихідних положеннях лежачи на спині та на животі, а також у колінно-кистовому положенні. Методика занять розробляється стосовно особливостей функціональних можливостей котрі займаються і видів порушень постави.

Вихідним принципом у методиці коригуючої гімнастики - створення сприятливих передумов до розбудови статичних та стато-кінетичних навичок.

На їх основі здійснюється систематична робота з виборчого вдосконалення окремих ланок опорно-рухового апарату у дітей та підвищення їх витривалості до силових напруг м'язів у різних положеннях тіла.

Враховуючи те, що переважаючим дефектом серед школярів, є слабкість м'язів спини, застосовуються різні вправи, що зміцнюють групу м'язів - розгиначів, що розширюють грудну клітку та розпрямляють плечовий пояс. Для успішного закріплення навички правильної постави рекомендується повторювати ці вправи кожному уроці. С целью ускорения адаптации организма детей к физическим нагрузкам занятия проводились с достаточной степенью эмоциональности, чередование упражнений разной интенсивности. Соблюдается принцип многовершинности кривой физической нагрузки с увеличением ее интенсивности в конце основной части урока, удлинялось время подготовительной и заключительной частей урока. Обязательным условием эффективного воздействия физических упражнений на организм детей являлось строгое соблюдение принципа последовательности увеличения нагрузки.

Поряд із груповими заняттями дітям необхідно давати домашні завдання з коригуючої гімнастики, рекомендувати індивідуальне використання різних видів фізичної культури – ранкової гігієнічної, художньої гімнастики, катання на кониках, плавання тощо. Виконання домашніх завдань з коригуючої гімнастики необхідно перевіряти викладачами під час уроків фізичної культури. В уроки фізичної культури, плавання і ритміки вводяться вправи, що виробляють хорошу поставу і виправляють її дефекти.

Крім уроку коригуючої гімнастики, вводяться нові комплекси фізкультурних пауз, що включають вправи з профілактики порушень постави. Фізкульт - паузи проводяться не лише на уроках у школі, а й удома під час приготування уроків.

Висновки:

Досвід організації занять коригуючої гімнастики в школах дозволяє зробити висновок, що діти молодшого шкільного віку можуть швидко навчитися коригувати свою порушену поставу. Однак для закріплення вольового імпульсу триматися прямо - рефлекс правильної постави - потрібно більш тривалий час.

Ці завдання мають вирішуватися спільними зусиллями медичного персоналу, вихователів, вчителів та батьків.

Профілактика порушень постави – це комплексне завдання, яке потребує уваги людей різного віку. Дотримання простих правил допоможе зберегти здоров'я хребта та гарну поставу.

Підвищення поінформованості про важливість правильної постави для здоров'я та фактори ризику, що сприяють її порушенню.

Поширення інформації про методи профілактики та корекції порушень постави.

Навчання дітей, школярів, студентів, батьків та співробітників офісів правилам збереження правильної постави.

Список використаних джерел

1. Izbassarova R.Sh. The application of new health-preserving technologies for health promotion in school children.//Proceedings of the XV International Scientific Conference. Family health in the XXI century. — 2011. — С.193-194
2. Лікувальна фізкультура в санаторно-курортних закладах. За ред. Л.І.Фісенко. — Київ. - 2005. — 402 с.
3. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина. За ред. проф. В.В. Клапчука. - Київ. - 1995. — 312 с. 6. Соколовський В.С. та ін.
4. Лікувальна фізична культура: Підручник / В.С. Соколовський, Н.О. Романова, О.Г. Юшковська. — Одеса: Одес. держ. мед. ун-т. — 2005. — 234 с. — (Б-ка студентамедики).

Collection of abstracts
XIX International Scientific and Practical Conference
«Modern Trends are the Driving Force of Scientific Progress»
April 17-19, 2024
Lisbon, Portugal

Organizing committee may not agree with the authors' point of view.
Authors are responsible for the correctness of the papers' text.

Contact details of the organizing committee:

Sole Proprietor Viktoriia Tsiundyk
E-mail: info@isu-conference.com
URL: <https://isu-conference.com/>

Certificate of the subject of the publishing business: ДК №7980 of 03.11.2023.



INTERNATIONAL SCIENTIFIC UNITY