



МІНІСТЕРСТВО
ОСВІТИ І НАУКИ
УКРАЇНИ

MINISTRY
OF EDUCATION AND SCIENCE
OF UKRAINE



BORYS GRINCHENKO KYIV UNIVERSITY
КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА



FACULTY OF HEALTH, PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

EAST CAROLINA UNIVERSITY
УНІВЕРСИТЕТ СХІДНОЇ КАРОЛІНИ

BELARUSIAN STATE UNIVERSITY OF PHYSICAL CULTURE
БІЛОРУСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

CHARITY FOUNDATION "THE CITY OF DREAMS"
БЛАГОДІЙНИЙ ФОНД «МІСТО МРІЙ»

ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ І СПОРТ: ПЕРСПЕКТИВИ ТА КРАЦІ ПРАКТИКИ

Матеріали

Міжнародної науково-практичної конференції

15 травня 2018 року

Київ, Україна

HEALTH, PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS: PERSPECTIVES AND BEST PRACTICES

Scientific Resources

International Scientific and Practical Conference

May 15, 2018

Kyiv, Ukraine



MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ
BORYS GRINCHENKO KYIV UNIVERSITY
КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
FACULTY OF HEALTH, PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ
EAST CAROLINA UNIVERSITY
УНІВЕРСИТЕТ СХІДНОЇ КАРОЛІНИ
BELARUSIAN STATE UNIVERSITY OF PHYSICAL CULTURE
БІЛОРУСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
CHARITY FOUNDATION "THE CITY OF DREAMS"
БЛАГОДІЙНИЙ ФОНД «МІСТО МРІЙ»

ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ І СПОРТ: ПЕРСПЕКТИВИ ТА КРАЩІ ПРАКТИКИ

Матеріали

Міжнародної науково-практичної конференції

15 травня 2018 року

Київ, Україна

HEALTH, PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS: PERSPECTIVES AND BEST PRACTICES

Scientific Resources

International Scientific and Practical Conference

May 15, 2018

Kyiv, Ukraine

УДК 796+61]:378(082)
346

Рекомендовано до друку Вченою радою
Київського університету імені Бориса Грінченка
(протокол № 4 від 26.04.2018 р.)

За загальною редакцією *Савченка В.М.*,
доктора медичних наук, професора

Редколегія

Г.О. Лопатенко
В.М. Савченко
О.О. Спесивих
В.В. Білецька
О.В. Бісмак
Л.В. Ясько

Здоров'я, фізичне виховання і спорт: перспективи та кра-
щі практики : матер. Міжнарод. наук.-практ. конф., 15 травня
346 2018 р., Київ / МОН України, Київ. ун-т імені Бориса Грінченка ;
за заг. ред. Савченка В.М. ; [редкол.: Лопатенко Г.О., Савченко В.М.,
Спесивих О.О., Білецька В.В. та ін.]. — К. : Київ. ун-т імені Бориса
Грінченка, 2018. — 192 с.

УДК 796+61]:378(082)

© Автори публікацій, 2018

© Київський університет імені Бориса Грінченка, 2018

ІГРОТЕРАПІЯ ПРИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПЛЕЧОВОГО СУГЛОБА

Руденко Д.М., Неведомська Є.О.,

Київський університет імені Бориса Грінченка,
м. Київ, Україна

У статті описано ігротерапію як інноваційний реабілітаційний метод, який може доповнити існуючі методи відновного лікування плечового суглоба. Ігротерапія сприяє нормалізації м'язового тону плечового поясу, відновленню рухливості плечового суглоба, покращує трофіку та циркуляцію крові, відкриває принципово нові можливості для розвитку в цілому як дитини, так і дорослого, підвищує результативність застосування інших методик реабілітації.

Ключові слова: плечовий суглоб, реабілітація, ігротерапія.

Вступ. Плечовий суглоб — один з найбільш рухливих у тілі людини. Його анатомічна будова дає змогу здійснювати рух кінцівкою будь-якого обсягу у всіх площинах (багатоосьовий суглоб). Така особливість плечового суглоба пов'язана з прямоходінням і трудовою діяльністю людини. Легкість руху рук сприяла розвитку людини як біологічного виду (*Homo sapiens*). Проте слід звернути увагу на анатомічну невідповідність розмірів головки плечової кістки і відповідної западини лопатки: головка плечової кістки майже втричі більша за западину лопатки. Саме така анатомічна особливість і забезпечує велику рухливість плечового суглоба. Однак ця ж анатомічна особливість є причиною вивиху плечового суглоба, який за частотою травмування займає перше місце.

Мета дослідження — розкрити реабілітаційні методи відновлення роботи плечового суглоба, зокрема такий інноваційний метод, як ігротерапія.

Головним завданням реабілітації після лікування вивиху плечового суглоба є повне відновлення його функціональності. Базовим методом реабілітації є лікувальна фізична культура (ЛФК). Фізичний терапевт (реабілітолог) розробляє і застосовує комплекс вправ для забезпечення активних рухів у плечовому суглобі пошкодженої кінцівки. ЛФК при вивиху плечового суглоба спрямована на відновлення рухливості в суглобі і поліпшення стану м'язів після гіподинамії. Найбільш поширені вправи після вивиху плечового суглоба — це вправи з легкими гантелями і не дуже тугим еспандером. Крім того, нині використовують значну

кількість різноманітних реабілітаційних методів, які безумовно мають позитивний вплив на організм. Проте недосконалість цих методів полягає у тому, що при монотонності тривалих занять у пацієнта зникає мотивація до подальшого відновлення. З огляду на зазначене вважаємо інноваційним методом відновлення м'язів плечового поясу і в цілому плечового суглоба ігротерапію.

Ігротерапія — це комплекс лікувально-профілактичних та відновлювальних вправ для дітей та дорослих з використанням спеціального обладнання. Працівники Міжнародної клініки відновного лікування в Трускавці та Реабілітаційного центру «Еліта» (Львів), які очолює український вчений у галузі медицини, доктор медичних наук, професор Козявкін Володимир Ілліч, запропонували поєднати корисний, але доволі нудний процес тренування з цікавими та захоплюючими комп'ютерними іграми [1]. Адже хто з дітей чи дорослих не любить комп'ютерні ігри?

З цієї метою були розроблені спеціалізовані тренувальні пристрої, обладнані датчиками, які реєструють певний рух пацієнта — згинання чи повороти кисті та рухи руки, нахили тулуба, згинання стопи тощо. Інформація від датчиків передається до комп'ютера і використовується для керування комп'ютерною грою. Водночас рухи руки, тулуба чи стопи пацієнта збігаються з переміщенням персонажа комп'ютерної гри. Для дозування навантаження, яке повинен долати пацієнт під час гри, пристрої обладнані регулятором плавної зміни опору руху.

Загальний алгоритм гри побудований таким чином, щоб постійно спонукати пацієнта до збільшення обсягу рухів, підвищення швидкості та точності руху. В процесі гри завдання поступово ускладнюються і потребують щоразу досконалішого руху. Цікавий ігровий сюжет стимулює пацієнта до правильного виконання вправи, збільшення швидкості та амплітуди рухів, розвитку швидкості реакцій та окомухової координації. Одночасно програмне забезпечення має і діагностичне значення. Під час гри вимірюють та виводять на монітор деякі важливі параметри — обсяг рухів, їхню швидкість, результативність гри. Ці дані зберігають у реабілітаційних установах, потім вони можуть бути використані для аналізу досягнень пацієнта у процесі лікування.

Для посилення емоційного впливу на пацієнта можуть бути застосовані елементи віртуальної реальності, коли зображення виводиться не на монітор, а на спеціальні окуляри, а звук — на стереонавушники. Заняття з ігровими пристроями є частиною програми біодинамічного коригування рухів — важливою складовою методу В.І. Козявкіна (2012).

На сьогодні розроблено низку пристроїв для ігрового відновлення та тренування рухів плечового суглоба, які можуть бути під'єднані до звичайного домашнього комп'ютера і не потребують особливих знань комп'ютерної техніки. Комп'ютерна ігротерапія входить до складу комплексної системи лікування і викликає захоплення у дітей різного віку, а також у дорослих. Гра впливає передусім на їхній емоційний стан, адже, ставши на ігрову платформу, вони перестають почувати себе хворими, на певний час стають спортсменами, членами команд, які мають реальний шанс виграти головний приз — перемогти свою недугу і всі труднощі життя не тільки зараз, під час гри, але й після неї, в реальному житті.

Висновки. Різносторонні лікувальні впливи методу ігротерапії, які взаємно доповнюють та посилюють один одного, спрямовані на досягнення основної мети реабілітації — покращення якості життя пацієнтів. Важливо вказати, що цей метод не є альтернативою існуючих методів реабілітації, він лише доповнює та суттєво розширює ефективність застосування існуючих методів відновного лікування. Ігротерапія сприяє нормалізації м'язового тону плечового поясу, відновленню рухливості плечового суглоба, покращує трофіку та циркуляцію крові, відкриває принципово нові можливості для розвитку в цілому як дитини, так і дорослого, підвищує результативність застосування інших методик реабілітації.

D.M. Rudenko, Ye.O. Nevedomska

GAME THERAPY IN REHABILITATION OF THE SHOULDER JOINT

An innovative rehabilitation method for restoration of the shoulder joint is described — game therapy, which can complement existing methods of rehabilitation. Game therapy helps normalize muscle tone of the shoulder girdle, restores the mobility of the shoulder joint, improves trophic and blood circulation, opens up fundamentally new opportunities for development in general a child as well as an adult, and increases the effectiveness of the use of other methods of rehabilitation.

Key words: shoulder joint, rehabilitation, game therapy.

Руденко Д.М., Неведомская Е.А.

ИГРОТЕРАПИЯ ПРИ РЕАБИЛИТАЦИИ ПЛЕЧЕВОГО СУСТАВА

В статье описана игротерапия как инновационный реабилитационный метод, который может дополнить существующие методы восстановитель-

ного лечения плечевого сустава. Игротерапия способствует нормализации мышечного тонуса плечевого пояса, восстановлению подвижности плечевого сустава, улучшает трофику и циркуляцию крови, открывает принципиально новые возможности для развития в целом как ребенка, так и взрослого, повышает результативность применения других методик реабилитации.

Ключевые слова: плечевой сустав, реабилитация, игротерапия.

ПРО РОЛЬ ДУХОВНОСТІ В СПОРТІ У ВІТЧИЗНЯНИЙ ТА РОСІЙСЬКОМОВНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

Савченко В.М., Лопатенко Г.О.,

Київський університет імені Бориса Грінченка,
м. Київ, Україна

У статті здійснено аналіз наукових праць, в яких вивчається соціальне значення спорту, важливість організації виховання і підготовки спортсменів для формування розвинутої особистості з високими духовно-моральними якостями. Проте поза увагою вітчизняних та російських дослідників залишається питання прямої залежності результатів спортивної діяльності від сформованих духовно-моральних якостей (загальнолюдських цінностей) у спортсменів.

Ключові слова: спорт, духовність, огляд літератури.

Вступ. Спорт є важливим соціальним феноменом, який пронизує всі рівні сучасного соціуму, впливаючи на основні сфери життєдіяльності суспільства та виконуючи численні соціальні функції. Зі спортом тісно пов'язані такі людські феномени, як тілесність і духовність. Про взаємовідносини тілесного і духовного мова ведеться давно представниками науки, мистецтва, культури та релігії. Щоб встановити роль духовності у спорті, треба визначитись із сутністю терміна «духовність». Визначимо, що у світському розумінні духовність людини — це особлива її діяльність, спрямована на осягнення сенсу життя і свого місця в ньому, на визначення критеріїв добра і зла для оцінки людей і подій. Духовність — повнота і багатство розвитку особистості, позитивне ставлення до себе та інших, прагнення особистості до гуманістичних цінностей, автономність і прийняття інших, альтруїзм,