

УДК: 796+61]:378(082)

DOI: 10.28925/2021.12373conf

**Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини: досвід, проблеми, перспективи (у циклі Анохінських читань):** матеріали ІХ Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції. 10 грудня, 2021 р., Київ / Київ. Ун-т імені Бориса Грінченка; за заг. ред. О. В. Ярмолук. – К.: Київ. ун-т імені Бориса Грінченка, 2021. – 373 с.

Містить матеріали про реалізацію інноваційних підходів до фізичного виховання різних категорій населення, дослідження актуальних тенденцій в спортивній діяльності та впровадження здоров'язбережувальних технологій у сучасному науковому просторі. Розглянуто філософські, організаційні та соціально-економічні аспекти розвитку фізичної культури і спорту, медико-біологічні, фізіологічні та психологічні засади підготовки спортсменів, сучасний стан фізичного виховання молоді, фізичної терапії та ерготерапії.

**Голова організаційного комітету:** Г.О. Лопатенко.

**Організаційний комітет:** В.В. Білецька, А.М. Даниленко, Т.М. Патук,  
В.М. Савченко, О.В. Ярмолук, Л.В. Ясько.

**Редакційна колегія:** Р.О. Сушко, О.В. Ярмолук.

Матеріали пройшли перевірку сервісом для запобігання плагіату **StrikePlagiarism**.

Наукове електронне видання включено до наукометричної бази **Google Scholar**.

Видання відкрито для вільного доступу на умовах ліцензії Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0), котра дозволяє іншим особам вільно розповсюджувати опубліковану роботу з обов'язковим посиланням на автор(ів) оригінальної роботи та публікацію роботи в цьому виданні.

### **Затверджено**

Вченою радою Факультету здоров'я, фізичного виховання і спорту  
Київського університету імені Бориса Грінченка  
(протокол № 11 від 21 грудня 2021 року)

Електронна версія видання розміщена на сайті: <https://fzfv.kubg.edu.ua/>



Київський Університет імені Бориса Грінченка, 2021

## ЗМІСТ:

Секція 1.	
АКТУАЛЬНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ НАСЕЛЕННЯ	
<b>Азаренкова Любов.</b> ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ СКАНДИНАВСЬКОЇ ХОДЬБИ .....	10
<b>Банах Володимир.</b> ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ .....	12
<b>Білецька Вікторія, Семененко В'ячеслав, Завальнюк Вікторія.</b> ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ .....	16
<b>Бірючинська Світлана.</b> АТЕСТАЦІЯ ПЕРСОНАЛЬНИХ ТРЕНЕРІВ ФІТНЕС-КЛУБУ, ЯК ІНСТРУМЕНТ УПРАВЛІННЯ ДЛЯ НАДАННЯ ЯКІСНОЇ ПОСЛУГИ .....	19
<b>Бойко Ганна, Козлова Тетяна, Шарафутдінова Санія.</b> ОПТИМІЗАЦІЯ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШЛЯХОМ СТВОРЕННЯ УМОВ, СПРЯМОВАНИХ НА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ .....	21
<b>Бондар Олена, Джевага Євгеній.</b> ФАКТОРИ, ЯКІ ВПЛИВАЮТЬ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ С ЖІНКАМИ ЗРІЛОГО ВІКУ .....	26
<b>Вржесневська Ганна, Вржесневський Іван.</b> ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ОРІЄНТАЦІЇ У ПРОСТОРІ СТУДЕНТІВ ОСНОВНОГО ТА СПЕЦІАЛЬНОГО ВІДДІЛЕНЬ .....	29
<b>Вржесневська Ольга, Кузнецова Людмила, Осіпова Марина.</b> ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ДИСТАНЦІЙНОМУ ФОРМАТІ – ДОСВІД ТА ПЕРСПЕКТИВИ .....	32
<b>Головач Інна, Співак Марина, Щербина Павло.</b> ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ВОДНОГО ТУРИЗМУ (ВЕСЛУВАННЯ НА БАЙДАРКАХ І КАНОЕ) ДЛЯ ПІДГОТОВЧОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ УЧНІВ СЕРЕДЬНОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ .....	34
<b>Дегтярьова Ірина, Гасан Юлія, Войда Анна.</b> ВИКОРИСТАННЯ ПСИХОФІЗИЧНОГО ТРЕНУВАННЯ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ .....	37
<b>Дєдх Марина, Сорокун Єгор.</b> ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ У ШКОЛЯРІВ 15-17 РОКІВ .....	39
<b>Діхтяренко Зоя, Діхтяренко Катерина.</b> МОЖЛИВІСТЬ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ТЕОРЕТИЧНОГО МАТЕРІАЛУ ПІДЛІТКАМИ ТА СТУДЕНТСЬКОЮ МОЛОДДЮ, КУРСАНТАМИ З ПОТЕНЦІАЛОМ ФОРМУВАННЯ АКТИВНОЇ ЖИТТЄВОЇ ПОЗИЦІЇ ЗАСОБАМИ БОЙОВОГО ХОРТИНГУ .....	44
<b>Єракова Любов, Береза Іванна, Белоус Марина.</b> ЕФЕКТИВНІСТЬ ПЕРСОНАЛЬНИХ ФІТНЕС-ПРОГРАМ З ВИКОРИСТАННЯМ TRX-ПЕТЕЛЬ ДЛЯ ЖІНОК ДРУГОГО ПЕРІОДУ ЗРІЛОГО ВІКУ .....	50



<b>Ерьоменко Едуард, Кукушкін Костянтин. МОЖЛИВОСТІ БОЙОВОГО ХОРТИНГУ ЩОДО ФОРМУВАННЯ ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ – УСПІШНИХ ОСОБИСТОСТЕЙ .....</b>	53
<b>Заєць Катерина. САМООЦІНКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ШКОЛЯРІВ МІСЬКОЇ ТА СІЛЬСЬКОЇ МІСЦЕВОСТІ .....</b>	59
<b>Зеніна Ірина, Шишацька Валентина, Добровольський Володимир. РОЗРОБКА ШЛЯХІВ ВДОСКОНАЛЕННЯ МОТИВАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ .....</b>	62
<b>Зінченко Ліна. ПЕДАГОГІЧНА ЕТИКА У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ .....</b>	64
<b>Івченко Оксана. ОЗНАКИ КОНСТРУЮВАННЯ МАСКУЛІННОСТІ В ІНСТИТУТІ СПОРТУ .....</b>	67
<b>Калитка Світлана, Жилінський Назарій. ВПЛИВ БІГОВИХ ВПРАВ НА ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ УЧНІВ 9 КЛАСІВ .....</b>	70
<b>Калитка Світлана, Мельничук Павло. ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ СТУДЕНТІВ З ВИСОКИМ РІВНЕМ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ .....</b>	74
<b>Калитка Світлана, Поліщук Василь. МЕТОДИКА РОЗВИТКУ ВИТРИВАЛОСТІ ЛІЦЕЇСТІВ 16 – 17 РОКІВ .....</b>	79
<b>Калитка Світлана, Футорний Сергій. ФІЗИЧНИЙ СТАН ЧОЛОВІКІВ ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ОЗДОРОВЧОЮ ХОДЬБОЮ .....</b>	83
<b>Кожанова Ольга, Гаврилова Наталія, Цикоза Євгенія. ОСОБЛИВОСТІ КОРЕКЦІЇ ФІГУРИ ЖІНОК ПЕРШОГО ЗРІЛОГО ВІКУ З ВИКОРИСТАННЯМ СИЛОВИХ ВПРАВ У ТРЕНАЖЕРНОМУ ЗАЛІ В ОЗДОРОВЧОМУ ФІТНЕСІ .....</b>	85
<b>Лавренчук Марина, Шутова Світлана, Копил Олександр. СУЧАСНІ ОСВІТНІ ПРОГРАМИ ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРІВ В СПОРТИВНИХ ІГРАХ (НА ПРИКЛАДІ ГОЛЬФУ) .....</b>	90
<b>Лахтадир Олена, Чорній Ілона, Євдокимова Лілія. КОМУНІКАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ .....</b>	93
<b>Лисейко Костянтин, Яців Ярослав, Пітин Мар'ян. МІСЦЕ РОЗВИТКУ ІГРОВИХ ВИДІВ СПОРТУ В УМОВАХ ДЕЦЕНТРАЛІЗАЦІЇ СФЕРИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В УКРАЇНІ .....</b>	96
<b>Лоза Тетяна, Леоненко Андрій, Красилов Андрій. ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНАЖЕРНОГО ОБЛАДНАННЯ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗІ СТАРШОКЛАСНИКАМИ .....</b>	100
<b>Марченко Оксана, Морозова Валентина. ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ХЛОПЦІВ І ДІВЧАТ СЕРЕДЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ .....</b>	106
<b>Мицкан Тетяна. ОСОБИСТІСНО-ОРІЄНТОВАНИЙ ПІДХІД У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ .....</b>	110



<b>Мірошникова Наталя, Кривобогова Наталія.</b> СУЧАСНІ ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ .....	113
<b>Мороз Михайло.</b> ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ РЕАЛІЗАЦІЇ ОЦІНЮВАННЯ НАВЧАЛЬНИХ ДОСЯГНЕНЬ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ .....	116
<b>Ніканоров Костянтин, Співак Марина.</b> ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ГАРАНТУВАННЯ ОСОБИСТОЇ БЕЗПЕКИ МОЛОДІ В ДОПРИЗОВНОМУ ВІЦІ .....	122
<b>Оніщук Лариса.</b> ВПЛИВ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ТА ТУРИЗМУ НА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ .....	126
<b>Павлова Юлія, Сороколіт Наталія.</b> ССРЕ-10: ІНСТРУМЕНТ ДЛЯ ОЦІНЮВАННЯ ФОРМУВАННЯ ГРОМАДЯНСЬКИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ .....	129
<b>Петренко Наталія, Філіппов Михайло.</b> РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ДІТЕЙ 4–6 РОКІВ З МОВЛЕННЕВИМИ ВІДХИЛЕННЯМИ ПІД ВПЛИВОМ ЗАНЯТЬ З ЕЛЕМЕНТАМИ ТАНЦЮВАЛЬНИХ ВПРАВ .....	132
<b>Пітенко Сергій, Кожанова Ольга.</b> ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ПЕТЕЛЬ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ М'ЯЗІВ–СТАБІЛІЗАТОРІВ КОРУ В ОЗДОРОВЧОМУ ФІТНЕСІ .....	135
<b>Пустолякова Лариса.</b> ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА (БОЙОВИЙ ХОРТИНГ) НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У НАЦІОНАЛЬНОМУ МЕДИЧНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ ІМЕНІ О. О. БОГОМОЛЬЦЯ: ПЕДАГОГІЧНА ТЕХНОЛОГІЯ .....	139
<b>Скибицький Ігор, Новицький Юрій, Гаврилова Надія.</b> ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ РІЗНИХ РЕЖИМІВ СИЛОВИХ ВПРАВ НА ПОКАЗНИКИ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ НАЦІОНАЛЬНОГО ТЕХНІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ УКРАЇНИ «КІЇВСЬКИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ ІМЕНІ ІГОРЯ СІКОРСЬКОГО» .....	143
<b>Ткаченко Альона, Літвінова Ксенія.</b> ХАРАКТЕРИСТИКА РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ .....	146
<b>Томенко Олександр, Матросов Сергій, Рудоман Юрій.</b> ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ .....	148
<b>Фоменко Вікторина, Казак Володимир, Мотузна Наталія.</b> ВИКОРИСТАННЯ ОЗДОРОВЧОЇ СИСТЕМИ «ЦИГУН» НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДЛЯ СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНИХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ .....	153
<b>Хоміцька Валентина, Гнутова Наталія, Гацко Олена.</b> ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ЯК ФАКТОР ПІДВИЩЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ .....	157



<b>Шевченко Євгеній, Дубинська Оксана. ПСИХОЛОГІЧНІ ТА ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ .....</b>	<b>160</b>
<b>Шумова Вікторія, Цибанюк Олександра, Дарійчук Сергій. МЕТОДИЧНИЙ АЛГОРИТМ НАВЧАННЯ СПОРТИВНИМ ВПРАВАМ В УМОВАХ СУЧАСНОГО ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ: САМОКАТ .....</b>	<b>162</b>
<b>Ярославська Лариса, Загородній Василь. РОЗВИТОК ТУРИСТСЬКО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УКРАЇНІ .....</b>	<b>166</b>
<b>Ясько Лілія, Гармаш Надія. ВПЛИВ ЗАНЯТЬ НАСТІЛЬНИМ ТЕНІСОМ НА ВЛАСТИВОСТІ УВАГИ ШКОЛЯРІВ СЕРЕДНІХ КЛАСІВ .....</b>	<b>169</b>
<b>Ясько Лілія, Сова Володимир. РОЗВИТОК ТХЕКВОНДО В УКРАЇНІ .....</b>	<b>172</b>
<b>Секція 2.</b>	
<b>СПОРТ У ХХІ СТОЛІТТІ: ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ ТА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ</b>	
<b>Акопов Олег, Савченко Віктор. РІВЕНЬ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ЮНИХ БОКСЕРІВ НА ЕТАПІ КОНСТАТУВАЛЬНОГО ЕКСПЕРИМЕНТУ .....</b>	<b>175</b>
<b>Борейко Наталя. УМОВИ ВДОСКОНАЛЕННЯ ДІЯЛЬНОСТІ ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКИХ СПОРТИВНИХ ШКІЛ В УКРАЇНІ .....</b>	<b>177</b>
<b>Верняєв Олег, Омелянчик-Зюркалова Оксана, Саямін Юрій. ПІДГОТОВКА ДО ЗМАГАНЬ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ (НА ПРИКЛАДІ СПОРТИВНОЇ ГІМНАСТИКИ) .....</b>	<b>181</b>
<b>Виноградова Олена. ФОРМУВАННЯ СИСТЕМНОГО ПІДХОДУ ДО РЕАЛІЗАЦІЇ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТСМЕНІВ У АКАДЕМІЧНОМУ ВЕСЛУВАННІ .....</b>	<b>183</b>
<b>Войтенко Сергій. ВІДМІННОСТІ РОЛЬОВОГО РЕПЕРТУАРУ ТА ГРУПОВОЇ ІДЕНТИФІКАЦІЇ У СПІЛЬНІЙ СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ КОМАНД .....</b>	<b>187</b>
<b>Вознюк Тетяна, Дусь Сергій, Свірщук Наталія. ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У СТРІТБОЛІ .....</b>	<b>190</b>
<b>Гнесь Наталія, Мінтянська Альона. ВИКОРИСТАННЯ РОЗМИНОЧНОГО МАСАЖУ ДЛЯ ПОКРАЩЕННЯ ТОЧНОСТІ РУХОВИХ ДІЙ СПОРТСМЕНІВ У СТРІЛЬБІ З ЛУКА .....</b>	<b>194</b>
<b>Дакал Наталія, Зубко Валентина, Черевичко Олександр. ОСОБЛИВОСТІ РЕАГУВАННЯ У КОНФЛІКТІ СТУДЕНТІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ КОМАНДНИМИ ВИДАМИ СПОРТУ .....</b>	<b>199</b>
<b>Дрюков Володимир, Дрюков Олександр. ІГРИ ХХХІІ ОЛІМПІАДИ В ТОКІО: ОСНОВНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ СПОРТИВНОГО ФЕХТУВАННЯ У СВІТІ .....</b>	<b>202</b>
<b>Киричок Юрій. СПРЯМОВАНІСТЬ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ В ФУТБОЛІ НА РІЗНИХ ЕТАПИ БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ .....</b>	<b>206</b>
<b>Комоцька Оксана. ХАРАКТЕРИСТИКА СТРУКТУРИ ТА ЗМІСТУ ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРІВ З БАСКЕТБОЛУ В УКРАЇНІ .....</b>	<b>210</b>



<b>Коханська Софія. ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ВИСТУПІВ СПОРТСМЕНІВ НА ЧЕМПІОНАТАХ СВІТУ ЗІ СТРИБКІВ НА БАТУТІ В 2019 ТА 2021 РР. ....</b>	<b>213</b>
<b>Кулаков Богдан, Коротя Володимир, Совгіря Тетяна. СТРЕС І СТРЕСОСТІЙКІСТЬ СПОРТСМЕНІВ .....</b>	<b>216</b>
<b>Лаврентьєв Олександр, Крупеня Світлана, Татаренко Максим. СТРУКТУРА ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВОРОТАРЯ У ФУТБОЛІ .....</b>	<b>219</b>
<b>Лук'янчук Антоніна, Єретик Анатолій, Демченко Тетяна. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ПЛАВЦІВ ДО ТРЕНУВАНЬ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ ПІДГОТОВКИ .....</b>	<b>222</b>
<b>Лясота Тетяна, Лясота Андрій. ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ СПОРТСМЕНІВ-ФРИСТАЙЛІСТІВ В ТРЕНУВАЛЬНО-ЗМАГАЛЬНОМУ ПЕРІОДІ .....</b>	<b>225</b>
<b>Лях-Породько Олексій. УКРАЇНСЬКИЙ ПРІОРИТЕТ ХХІ СТОЛІТТЯ – СПОРТИВНА ДИПЛОМАТІЯ (НА ПРИКЛАДІ ОНЛАЙН ПРОЕКТУ SPORTS RODOVID) .....</b>	<b>228</b>
<b>Миرونчук Ганна, Полянничко Олена, Романюк Максим. ТЕХНІКО-ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА КВАЛІФІКОВАНИХ ФУТБОЛІСТОК .....</b>	<b>231</b>
<b>Михалюк Євген. УДОСКОНАЛЕННЯ СПОСОБУ ВИБОРУ ДРУГОГО ФІЗИЧНОГО НАВАНТАЖЕННЯ НА ВЕЛОЕРГОМЕТРІ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ СУБМАКСИМАЛЬНОГО ТЕСТУ RWC170 У СПОРТСМЕНІВ .....</b>	<b>234</b>
<b>Михалюк Євген, Подольський Сергій, Новак Анна. СТАН СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ ТА АВТОНОМНОЇ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ У ПРОВІДНИХ ГАНДБОЛІСТІВ УКРАЇНИ .....</b>	<b>236</b>
<b>Неведомська Євгенія, Сребранець Аліна. СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО ЗАСТОСУВАННЯ АНАБОЛІЧНИХ СТЕРОЇДІВ СПОРТСМЕНАМИ .....</b>	<b>241</b>
<b>Овчаренко Сергій, Яковенко Артем, Бурдаєв Анатолій. ВДОСКОНАЛЕННЯ МЕТОДИКИ РОЗВИТКУ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ У ПІДГОТОВЧОМУ ПЕРІОДІ .....</b>	<b>246</b>
<b>Омельченко Тетяна, Корж Євген, Розпутній Олександр. ДОСЛІДЖЕННЯ ТИПІВ ТЕМПЕРАМЕНТУ СТУДЕНТІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ІГРОВИМ ВИДАМИ СПОРТУ ...</b>	<b>250</b>
<b>Остапов Андріан. ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДІВЧАТ-ВОЛЕЙБОЛІСТОК У НАПАДІ .....</b>	<b>253</b>
<b>Павлюк Ірина. РОЗВИТОК ГОЛЬФ-ІНДУСТРІЇ В УКРАЇНІ .....</b>	<b>256</b>
<b>Петрова Наталя, Александрова Ольга, Гудим Ганна. ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ .....</b>	<b>259</b>
<b>Сомов Іван, Ковальчук Володимир, Кульчицький Василь. МОТИВУВАННЯ ТА СТИМУЛЮВАННЯ ЯК ОСНОВНІ ЧИННИКИ ЗАНЯТЬ З ЮНИМИ ПЛАВЦЯМИ .....</b>	<b>263</b>



<b>Терлецький Владислав, Бондаренко Ірина. ФІНАНСОВЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ РОЗВИТКУ СПОРТУ ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В МІСТІ МИКОЛАЄВІ .....</b>	<b>268</b>
<b>Швець Сергій, Антоненко Олександр. ПОБУДОВА ПРОГРАМ МІКРОЦИКЛІВ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ 18-19 РОКІВ В СПЕЦІАЛЬНО-ПІДГОТОВЧОМУ ПЕРІОДІ .....</b>	<b>273</b>
<b>Шинкарук Оксана, Мітова Олена. ОБ'ЄКТ КОНТРОЛЮ ПІДГОТОВЛЕНOSTI БАСКЕТБОЛІСТІВ В ПРОЦЕСІ БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ .....</b>	<b>277</b>
<b>Шутова Світлана, Константиновська Наталія, Єрьогіна Вікторія. ПСИХОЛОГІЧНІ ФАКТОРИ ПОЧАТКОВОГО НАВЧАННЯ ВИХОВАНЦІВ ДЮСШ З БАСКЕТБОЛУ .....</b>	<b>280</b>
<b>Секція 3.</b>	
<b>ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ТА СУЧАСНІ ВИКЛИКИ. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА ЕРГОТЕРАПІЯ</b>	
<b>Беседа Наталія. РУХОВА АКТИВНІСТЬ ЯК ЧИННИК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ .....</b>	<b>285</b>
<b>Бурка Олена, Сандуляк Олександра. ВИКОРИСТАННЯ ДОДАТКОВОГО УСТАТКУВАННЯ В ОЗДОРОВЧОМУ ПЛАВАННІ .....</b>	<b>287</b>
<b>Волощенко Юрій. «ІНТЕРОЦЕПТИВНЕ УСВІДОМЛЕННЯ» І «ЯКІСТЬ ЖИТТЯ». ЧИ Є МІЖ НИМИ ЗВ'ЯЗОК? .....</b>	<b>290</b>
<b>Гакман Анна, Карпова Карина. ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ТА СПЕЦИФІКА ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ ФІТНЕСОМ ІЗ ЖІНКАМИ ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ .....</b>	<b>295</b>
<b>Дейнеко Ігор, Скидан Інна, Шип Лілія. ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ФІЗИЧНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ СТУДЕНТІВ НАЦІОНАЛЬНОГО АВІАЦІЙНОГО УНІВЕРСИТЕТУ .....</b>	<b>297</b>
<b>Діхтяренко Зоя, Федорченко Костянтин. ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я В ПІДЛІТКІВ – УСПІШНОЇ ОСОБИСТОСТІ ЗАСОБАМИ БОЙОВОГО ХОРТИНГУ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ .....</b>	<b>300</b>
<b>Іщук Олена, Пантік Василь, Іванюк Ольга. ДІЯЛЬНІСНИЙ КОМПОНЕНТ ЯК СТАН СФОРМОВАНОСТІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ СТУДЕНТІВ .....</b>	<b>306</b>
<b>Каюн Олександра, Літвінова Ксенія. ОСОБЛИВОСТІ СОМАТИЧНОГО НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ .....</b>	<b>308</b>
<b>Лабінська Галина, Кашуба Віталій, Лабінський Павло, Лабінський Андрій. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ СИНДРОМІ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ КОМПРЕСІЇ ХРЕБТОВОЇ АРТЕРІЇ ....</b>	<b>310</b>
<b>Лугова Богдана, Тимчик Олеся. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ПАТОЛОГІЇ ОСТЕОХОНДРОЗУ ШИЙНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА .....</b>	<b>318</b>
<b>Марцінишин Михайло, Іващенко Сергій. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ АРТРОЗІ КУЛЬШОВОГО СУГЛОБА В УМОВАХ РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ЦЕНТРУ .....</b>	<b>324</b>
<b>Нагорна Альона, Невелика Анастасія. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ХВОРОБІ ПАРКІНСОНА..</b>	<b>328</b>



IX Всеукраїнська науково-практична онлайн-конференція  
«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ:  
ДОСВІД, ПРОБЛЕМИ, ПЕРСПЕКТИВИ» (У ЦИКЛІ АНОХІНСЬКИХ ЧИТАНЬ)  
10 грудня 2021 року, м. Київ



<b>Неведомська Євгенія, Тіманова Дар'я , Абдурашитова Дар'я.</b> СТАН ВАКЦИНАЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ПРОТИ COVID-19 ТА ЇХНЄ СТАВЛЕННЯ ДО НЕЇ .....	331
<b>Олексюк Андрій, Савченко Валентин.</b> ЕФЕКТИВНІСТЬ ВПЛИВУ ТОЧКОВОГО АРОМАТЕРАПЕВТИЧНОГО МАСАЖУ НА СТАН ЗДОРОВ'Я ПАЦІЄНТІВ З ХРОНІЧНИМ НЕОБСТРУКТИВНИМ БРОНХІТОМ .....	335
<b>Орленко Наталія, Гарнусова Вікторія, Гейченко Світлана.</b> ВИЗНАЧЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ОРГАНІЗМУ ТА БІОЛОГІЧНОГО ВІКУ СЕРЕД СТУДЕНТІВ І КУРСУ НАЦІОНАЛЬНОГО АВІАЦІЙНОГО УНІВЕРСИТЕТУ .....	340
<b>Петрусь Дарина, Іващенко Сергій.</b> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ЧЕРЕПНО-МОЗКОВИХ ТРАВМАХ В УМОВАХ СТАЦІОНАРУ .....	343
<b>Пуремчук Анастасія, Сілонова Олександра, Неведомська Євгенія.</b> ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНУ ОБІЗНАНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ПРО МЕХАНІЗМ ДІЇ НОВІТНЬОЇ мРНК-ВАКЦИНИ ПРОТИ COVID-19 .....	348
<b>Рубан Лариса, Путятіна Галина.</b> АКТИВНЕ ДОВГОЛІТТЯ ЗА ЄВРОПЕЙСЬКИМИ СТАНДАРТАМИ .....	351
<b>Савіна Оксана, Колоскова Ірина, Дзюбан Ольга.</b> ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ АДЕКВАТНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ У ОСІБ ПІСЛЯ ІШЕМІЧНОГО ІНСУЛЬТУ .....	355
<b>Суша Людмила.</b> СЕНСОРНА КІМНАТА ЯК ПРОСТІР ДЛЯ СЕНСОРНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ .....	358
<b>Трачук Сергій, Семенчук Нікіта.</b> САМООЦІНКА РІВНЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В ШКІЛЬНИЙ ТА ПОЗАШКІЛЬНИЙ ЧАС .....	362
<b>Чепурка Олег.</b> ЗМІСТ МОДЕЛІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ БАКАЛАВРІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ .....	365
<b>Шевець Валентина, Бріжата Ірина, Войтенко Валентина.</b> ОСТЕОХОНДРОПАТІЇ В ПРАКТИЦІ ФІЗИЧНОГО ТЕРАПЕВТА .....	369





7. Nikolaenko DV. et al. Physical rehabilitation of patients with neurological manifestations of cervical osteochondrosis at a resort. *Voprosy kurortologii, fizioterapii, i lechebnoi fizicheskoi kultury*. 2007;1:40-2.

8. Sklyarenko OV, Koshkaryova ZV, Sorokovikov VA. Several aspects of conservative treatment of patients with cervical osteochondrosis. *Acta Biomedica Scientifica*. 2016;1(4):72-7. (In Russ.) DOI: <https://doi.org/10.12737/22972>.


9. Stepanyan L, Masuryan M. Peculiarities of medical-psychological rehabilitation of patients with cervical osteochondrosis. *State Institute of Physical Culture and Sport* 2018,52(1): 58-62.

10. Tahirovna NM, Asankulovich KT. Vestibular vertigo in emergency Neurology and cervical osteochondrosis. *European science review*. 2019;3:4.

## ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ АРТРОЗІ КУЛЬШОВОГО СУГЛОБА В УМОВАХ РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ЦЕНТРУ

**Марцінишин Михайло,**

**Іващенко Сергій,**

 0000-0003-0486-4589

*Київський університет імені Бориса Грінченка, м. Київ*

**Вступ.** Артроз кульшового суглоба (коксартроз) – хронічно прогресуюче захворювання, яке характеризується дегенеративно-дистрофічними змінами в кульшовому суглобі. Лікування артрозу тазостегнового суглоба (ТСС) – тривалий і трудомісткий процес. Важливо, щоб він включав різні підходи, тому що тільки комплексне лікування може забезпечити дійсно стійкий та якісний результат, зберегти рухливість ТСС і максимально продовжити їх термін служби [1].

На сьогодні інвалідність при артрозі ТСС перевищує втричі інвалідність при гонартрозі і у 7 разів – при артрозі гомілково-ступневого суглоба і посідає перше місце серед патологій суглобів. У випадках двобічного коксартрозу інвалідність визначається у 80 % пацієнтів, одностороннього – у 64 % [5].

**Мета дослідження** — дослідити ефективність впливу фізичної терапії у пацієнта з артрозом кульшового суглобу.

**Матеріал і методи дослідження.** Матеріалом дослідження слугували 13 пацієнтів артрозом ТСС. Чоловіків було 6, жінок – 7 осіб. Середній вік обстежених склав (медіана) 56 (верхній кuartиль – 60; нижній кuartиль – 52) років.

Обстеження пацієнтів включало вимірювання антропометричних показників (зріст, маса тіла), рутинних функціональних показників органів дихання та кровообігу (частота серцевих скорочень, частота дихальних рухів, артеріальний тиск систолічний і артеріальний тиск діастолічний).

Амплітуду рухливості в суглобі ми визначали за допомогою гоніометрії; якість життя пацієнта ми оцінювали за допомогою візуально-аналогової шкали болю (ВАШ), альгофункціонального індекса Лекена та опитувальника рухової активності ОДА23+.

Фізично-терапевтичний вплив включав в себе використання лікувальної фізичної культури за методом доктора Бубновського та лікувального масажу. Цей комплекс повторювали 3 рази на тиждень з кожним пацієнтом.

Спершу проводили терапевтичні вправи, їх вплив здійснювався на весь організм з акцентом на уражений суглоб; тривалість заняття до 60 хвилин; вправи підбиралися індивідуально під кожного пацієнта; темп середній; кількість повторень 20 разів. Кожне третє заняття проводиться плановий огляд пацієнта і корекція програми лікувальної фізичної культури. Перед, під час та після заняття проводився обов'язковий контроль ЧСС і АТ.

Після терапевтичних вправ в обов'язковому порядку відбувався сеанс масажу; тривалість процедури 30-40 хв; використовуються такі прийоми: погладження, розтирання, вижимання, розминання та вібрація. Лікувальний масаж для хворих на артроз кульшового суглобу виконується в певній послідовності: масаж м'язів уздовж хребетного стовпа; масаж поперекової області; масаж сіднично-крижової області; масаж стегна; масаж тазостегнового суглоба.

Статистична характеристика вибірок надавалася шляхом знаходження медіани (Me) і її верхнього (BK) та нижнього (НК) квантилів. Розбіжності частот якісних показників встановлювали вирахуванням для бінарних величин t-критерію Стюдента, для порядкових величин – обчисленням критерію відповідності  $\chi^2$ -квадрат (2) Пірсона з поправкою Йетса. Критерієм достовірності статистичних оцінок служив рівень значущості з вказівкою ймовірності помилково відхилити нульову гіпотезу (p), за пороговий рівень прийнято значення 0,05. Обробка даних дослідження виконувалася за допомогою програмного продукту SPSS Statistics Base (фірма IBM, США).

### Результати дослідження та їх обговорення.

Зміни показників функціонального стану серцево-судинної та дихальної системи у пацієнтів з артрозом кульшового суглобу під впливом засобів фізичної реабілітації наведені в табл. 1. З цієї таблиці витікає, що за результатами впливу курсу ЛФК та масажу значущої динаміки систолічного та діастолічного артеріального тиску не відбулося. Також, не сталося змін ЧСС і ЧДР.

Таблиця 1

### Динаміка показників функціонального стану серцево-судинної та дихальної системи у пацієнтів з артрозом кульшового суглобу в результаті впливу засобів фізичної реабілітації (ЛФК, масаж) (Me (BK, НК))

Показники	До впливу (n=10)	Після впливу (n=10)	Статистична значущість (p)
ЧСС, за 1 хв.	83.0 (86.0, 81.0)	84.0 (86.0, 80.0)	0.687
АТ систолічний, мм.рт.ст.	130.0 (145.0, 120.0)	130.0 (140.0, 125.0)	0.807
АТ діастолічний, мм.рт.ст.	80.0 (85.0, 80.0)	80.0 (85.0, 75.0)	0.273
ЧДР, за 1 хв.	19.0 (20.0, 17.0)	19.0 (19.0, 18.0)	0.793



Проведена гоніометрія для пацієнтів з артрозом кульшового суглобу з використанням гоніометра. Динаміка змін амплітуди рухливості в кульшовому суглобі до і після фізичної реабілітації подана в табл. 2.

Таблиця 2

**Динаміка змін гоніометрії кульшового суглоба у пацієнтів з коксартрозом в результаті впливу фізичної реабілітації (кількість пацієнтів)**

Гоніометрія	До впливу (n=13)	Після впливу (n=13)
Згинання кульшового суглобу		
Норма	0	4
Незначне обмеження	6	8
Помірне обмеження	6	1
Значне обмеження	1	0
Відведення кульшового суглобу		
Норма	3	5
Незначне обмеження	6	7
Помірне обмеження	4	1
Значне обмеження	0	0

Для того, щоб визначити, як вплинули вибрані нами засоби фізичної реабілітації на якість життя пацієнтів, були використані – візуально-аналогова шкала болю (ВАШ), альгофункціональний індекс Лекена та опитувальник рухової активності ОДА23+.

Динаміка якості життя у обстежених пацієнтів в результаті застосування фізичної реабілітації подана в табл. 3, 4, 5.

Таблиця 3

**Динаміка ВАШ у пацієнтів з артрозом кульшового суглобу в результаті впливу фізичної реабілітації (кількість пацієнтів)**

ВАШ	До впливу (n=13)	Після впливу (n=13)
Немає болі	2	8
Вкрай слабкий біль	1	3
Слабкий біль	4	2
Помірний біль	4	0
Дуже сильний біль	2	0
Нестерпний біль	0	0

Таблиця 4

**Динаміка альгофункціонального індекса Лекена у пацієнтів з артрозом кульшового суглобу в результаті впливу фізичної реабілітації (кількість пацієнтів)**

Альгофункціональний індекс Лекена (ступінь тяжкості)	До впливу (n=13)	Після впливу (n=13)
Відсутній	0	2
Легкий	2	5
Середній	9	6
Важкий	2	0
Дуже важкий	0	0
Надзвичайно важкий	0	0

Таблиця 5

**Динаміка рухової активності у пацієнтів з артрозом кульшового суглобу в результаті впливу фізичної реабілітації (кількість пацієнтів)**

Рухова активність	До впливу (n=13)	Після впливу (n=13)
Дуже висока	0	0
Висока	4	8
Помірна	4	3
Низька	4	2
Дуже низька	1	0

Первинне, перед курсом реабілітації, обстеження пацієнтів показало, що у них виявлялися порушення рухливості тазостегнового суглоба, що зумовлене власне наявністю патології, а саме артрозу кульшового суглоба. Також, ці пацієнти скаржились на біль та реакцію на зміну погодних умов.

Нами був розроблений комплекс фізичної реабілітації, який включав курс лікувальної фізичної культури за методом професора Бубновського та лікувальний масаж. Показано, що застосування цього комплексу сприятливо впливає на стан пацієнтів з артрозом тазостегнового суглоба.

Таким чином, застосування розробленого комплексу фізичної терапії благотворно вплинуло на стан здоров'я пацієнтів з артрозом кульшового суглоба. Це виявило у покращенні амплітуди рухливості в суглобі та якості життя у всіх пацієнтів.

Отриманий результат відповідає даним наукових літературних джерел, які також вказують на зменшення больових відчуттів та покращення рухливості кульшового суглоба у пацієнтів з артрозом при застосуванні лікувально-фізичної культури та лікувального масажу.

**Висновки.** Застосування лікувальної фізичної культури та лікувального масажу має позитивний вплив на стан пацієнтів з артрозом кульшового суглобу, яке виявляється у помітному:




- покращенні амплітуди рухливості в суглобі,
- зменшенні больових відчуттів,
- зменшення ступеня тяжкості проявів хвороби,
- збільшенні рухової активності.

#### Література:


1. Macovei L, Brujbu I, Murariu RV. Coxarthrosis--disease of multifactorial etiology methods of prevention and treatment. The role of kinesitherapy in coxarthrosis; *Rev Med Chir Soc Med Nat Iasi*. Apr-Jun 2013;117(2):351-7.
2. Fink M, Karst M, Wippermann B, Gehrke A; Akupunktur als komplementares behandlungsverfahren in der physikalischen medizin am beispiel der koxarthrose (Acupuncture as a complementary treatment in physical medicine: its use in osteoarthritis of the hip) [German]; *Physikalische Medizin, Rehabilitationsmedizin, Kurortmedizin*. 2001 Aug;11(4):123-8.
3. Бубновский СМ. Правда о тазобедренном суставе: Жизнь без боли. М.: Эксмо, 2011. 192 с.
4. Андрійчук ОЯ. Лікувальна фізична культура при остеоартроза. *Спортивна наука України*. 2011;3:96-105.
5. Лоскутов ОЕ, Ліфаренко ЄЛ. Удосконалення медико-соціальної експертизи хворих на коксартроз після ендопротезування кульшового суглоба. *Вісник ортопедії, травматології та протезування*. 2004;2(41):53-8.

## ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ХВОРОБІ ПАРКІНСОНА

**Нагорна Альона,**

 0000-0002-3903-5492

**Невелика Анастасія,**

 0000-0001-6459-85642

*Національний фармацевтичний університет, м. Харків*

**Вступ.** На сьогодні хвороба Паркінсона має дуже швидкий темп поширення серед неврологічних захворювань. По всьому світі налічується 4 мільйони пацієнтів з цим захворюванням. За прогнозами лікарів на 2040 р. ця цифра сягне 14,2 мільйони, оскільки людство стрімко старіє. Згідно зі статистикою МОЗ, в Україні налічується понад 23000 осіб з хворобою Паркінсона, це 61,4 на 100000 населення. Кожен рік про цей діагноз визнають 2500 українців. Незважаючи на поширеність цієї хвороби, 10-20% випадків залишається не діагностовано, а у 25% цей діагноз є помилковий.

Хвороба Паркінсона – це хронічне прогресуюче захворювання, в основі якого лежить дегенерація дофамінергічних нейронів і як наслідок дефіцит дофаміну в екстрапірамідній нервовій системі з подальшими моторними порушеннями.

Хвороба має чотири основних симптоми:

- 1) Тремор – який проявляється тремтінням. Починається з голови й рук (в стані спокою).
- 2) Брадикінезія – уповільнення руху, коли рухи набагато повільніші за норму.

Наукове електронне видання

**«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ:  
ДОСВІД, ПРОБЛЕМИ, ПЕРСПЕКТИВИ»  
(У ЦИКЛІ АНОХІНСЬКИХ ЧИТАНЬ)**

МАТЕРІАЛИ

**IX Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції**

10 грудня 2021 року

м. Київ

За зміст і якість поданих матеріалів відповідають автори

Наукове електронне видання підготовлене на  
Факультеті здоров'я, фізичного виховання і спорту  
Київського університету імені Бориса Грінченка

Відповідальна за випуск: О.В. Ярмолюк  
Над виданням працювали: Р.О. Сушко, О.В. Ярмолюк

Київський університет імені Бориса Грінченка,  
вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, м. Київ, 04053.  
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 4013 від 17.03.2011 р.

**Попередження!** Згідно із Законом України «Про авторське право і суміжні права» жодна частина цього видання не може бути використана чи відтворена на будь-яких носіях, розміщена в мережі Інтернет без письмового дозволу Київського університету імені Бориса Грінченка й авторів. Порушення закону призводить до адміністративної, кримінальної відповідальності.

