

Міністерство освіти і науки України  
Північно-Східний науковий центр НАН України та МОН України  
Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

# Тези

74-ї наукової конференції професорів,  
викладачів, наукових працівників,  
аспірантів та студентів університету

**Том 2**

**25 квітня – 21 травня 2022 р.**

Полтава 2022

ДЦП, підходи можна згрупувати за трьома основними типами: орієнтовані на процес, орієнтовані на завдання та традиційну фізичну та трудову терапію. Разом з тим показано, що кінезотерапія позитивно впливає на рухову активність дітей з ДЦП порівняно з відсутністю такої. Проте підходи, орієнтовані на завдання, дають сильніший ефект. Процесо-орієнтовані підходи націлені на компоненти або функції організму, необхідні для виконання дій. Сенсорна інтеграція, кінестетичне тренування, тренування сприйняття чи їх комбінації є прикладами цих висхідних підходів для ДЦП. Гіпотеза полягає в тому, що покращення функцій організму, таких як сенсорна інтеграція, кінестезія, м'язова сила, стабільність корпусу, зорово-моторне сприйняття тощо, призводить до покращення навичок [3].

Таким чином, дітям з ДЦП корисно будь-яке втручання у моторику. Втручання, орієнтовані на завдання, поліпшують рухову активність більшою мірою, ніж втручання, орієнтовані на процес.

#### *Література*

1. Бадалян Л.О. Журба Л.Т. Тімоніна О.В. «Дитячий церебральний параліч». 2017 р. – 328 с.
2. Букрєєва Д.Г. «Вікові особливості циклічних рухів дітей та підлітків.» 2004 р. – С. 325-329.
3. Paskaleva R., Mihaylova S., Mollova K., Petrova M. Features of kinesitherapy and ergotherapy for children with cerebral damage. *Trakia Journal of Sciences*, Vol. 8, Suppl. 2, pp 346-348, 2010 Copyright © 2009 Trakia University Available online at: <http://www.uni-sz.bg>

**УДК 615.8**

*Т.О. Ткалич, студент 4 курсу спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія»,  
Науковий керівник: О.В. Гордієнко, заступник декана  
факультету фізичної культури та спорту  
Національний університет «Полтавська політехніка  
імені Юрія Кондратюка»*

## **ОЗДОРОВЧІ АСПЕКТИ РЕКРЕАЦІЙНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ**

У зв'язку з все більшою популярністю масового спорту, масової фізичної культури особливого значення набула фізична рекреація. Вона є засобом відновлення, збереження та зміцнення здоров'я людини, однією з форм активного дозвілля, важливою складовою здорового способу життя. Науковці фізичну рекреацію розглядають як діяльність, що задовольняє потреби людей у зміні ролі діяльності, в активному відпочинку, в неформальному спілкуванні під час занять фізичними вправами. У даному контексті важливо говорити про особливості організації рекреаційної діяльності в системі оздоровлення. діяльності є фізична рекреація.

Науковці [1] визначають фізичну рекреацію як вид оздоровлення, фізичної культури, діяльність, яка містить різні форми рухової активності і спрямована на активний відпочинок, відновлення сил, втрачених у процесі

професійної праці збереження і зміцнення здоров'я, розвагу й отримання задоволення від процесу занять; частину загальної фізичної культури суспільства, що може розглядатись як окремий напрям фізкультурної діяльності і водночас як складова системи фізичного виховання. Специфічними рисами фізичної рекреаційної діяльності, як наголошує С. Пангелов [2], є:

- 1) гедоністична функція;
- 2) переважання комфортних психофізіологічних відчуттів у процесі здійснення діяльності;
- 3) відсутність значних фізичних навантажень;
- 4) відсутність жорсткої регламентації щодо використання засобів, техніки виконання рухових дій, нормативів, умов проведення і форм занять;
- 5) незначні обмеження за віковими, статевими і функціональними характеристиками тих, хто займається;
- 6) висока варіативність у регулярності рекреаційних занять.

Таким чином, результатом рекреаційної діяльності є отримання задоволення, насолоди від рухової активності в порівнянні звичайними засобами та методами фізичного оздоровлення.

С. Пангелов визначає такі фактори фізичної рекреаційної активності населення, як вік, стать, сімейний стан, рівень освіти, психологічні особливості особистості. Також науковець розглядає фактори, які заважають активній фізичній рекреації. Зокрема, автор наводить деякі з них: нестача вільного часу; відсутність матеріальних і фінансових умов для рекреаційної діяльності; стомлення на роботі або під час навчання; недостатній рівень знань у галузі фізичної культури; незручне місце знаходження спортивної бази; негативний попередній досвід занять фізичними вправами; незадовільний стан здоров'я; низький рівень організації рекреаційної роботи в навчальних закладах і за місцем проживання.

Таким чином, особливості рекреаційної діяльності в системі фізичної культури та спорту полягають у наступному: відповідності рівня професійної підготовки фахівців з фізичної культури та спорту соціальним запитам у сфері фізичної рекреації; створенні належних умов для дозвілля людей, застосуванні засобів, форм та методів фізичної культури для активного відпочинку; створенні спеціально відведених територіальних зон для задоволення потреб у відновленні фізичних сил людини, її оздоровленні, лікуванні чи удосконаленні пізнавальної діяльності. Важливим напрямком подальших досліджень є визначення особливостей підготовки майбутніх фахівців фізичної культури та спорту до рекреаційної діяльності.

#### *Література*

1. Андреева О. Аспекти організації рекреаційної діяльності фізкультурно-оздоровчих об'єднань // Андреева, К. Пацалюк // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2011. – № 2. – С. 151-155.

2. Пангелов С.Б. Організаційно-методичні передумови виникнення і розвитку фізичної рекреації як форми активного дозвілля людини : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фізичного виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних верств населення» / С.Б. Пангелов: Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту. 2013. – 20 с.