

Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Департамент охорони здоров'я Полтавської обласної державної адміністрації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Полтавський державний медичний університет
Волинський національний університет імені Лесі Українки
Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Кам'янець-Подільський національний університет Імені Івана Огієнка
Francisk Skorina Gomel State University (Belarus)
Cliniques universitaires Saint-Luc (UCLouvain Saint-Luc), Belgium
Strasbourg University (Université de Strasbourg), France

**ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ
ТЕХНОЛОГІЇ:
РЕАЛІЇ І ПЕРСПЕКТИВИ**

Збірник наукових матеріалів VII Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції з міжнародною участю

23 листопада 2021 року

**PHYSICAL REHABILITATION AND HEALTHSAVING TECHNOLOGIES:
REALITIES AND PERSPECTIVES**

Collection of materials of the VII All-Ukrainian Scientific and Practical conferences with international participation

November 23, 2021

Полтава 2021

Література

1. Marques E.P., Wyse A.T.S. Creatine as a Neuroprotector: An Actor that Can Play Many Parts // *Neurotox Res.* – 2019. – V.36(2). – P.411-423. doi: 10.1007/s12640-019-00053-7.
2. Barcelos R.P., Stefanello S.T., Mauriz J.L., González-Gallego J. and Soares F.A.A. Creatine and the Liver: Metabolism and Possible Interactions // *Mini-Reviews in Medicinal Chemistry.* – 2016. – V.16(1). – P.12-18. DOI: 10.2174/1389557515666150722102613
3. Feldman E. B. Creatine: a dietary supplement and ergogenic aid // *Nutr Rev.* – 1999. – V.57. – P.45–50.
4. Mendes R.R., Pires I., Oliveira A., Tirapegui J. Effects of creatine supplementation on the performance and body composition of competitive swimmers // *Journal of Nutritional Biochemistry.* – 2004. – V.15. – P.473–478.

Viktoriia Horoshko, Candidate of Medical Sciences, Senior Lecturer
National University «Yuri Kondratyuk Poltava Polytechnic»

FEATURES OF THE USE OF ADAPTIVE PHYSICAL RECREATION FOR CHILDREN WITH INTELLECTUAL IMPAIRMENTS

Abstract. The impairment of intelligence is expressed not only in a decrease in the cognitive functions of the child, but also is the cause of the abnormal development of his motor sphere. These restrictions interfere with the acquisition of social experience and preparation for an independent life. The main reason that complicates the formation of motor skills and abilities in persons of this nosological group is motor disorders. All of the above confirms the relevance and necessity of searching for new ways to solve the problem of enhancing pedagogical assistance to children with intellectual disabilities. One of the ways to improve the quality of the educational process is the involvement of parents in the process of adaptive physical education. The research considers the features of using the means of adaptive motor recreation with children with intellectual disabilities. Purpose of the research: to develop and substantiate the method of adaptive physical education of preschool children with intellectual disabilities, aimed at correcting motor disorders and optimizing the motor regime.

Key words: psychophysical development of children, adaptive motor recreation, intellectual deprivation, dynamic rest.

Annotation. Adaptive physical recreation is aimed at activating, maintaining and restoring the physical strength expended by a child with intellectual disabilities during intellectual and physical activity, to prevent fatigue, actively spend leisure time, entertainment, health improvement, and increase the level of vitality through dynamic rest.

The greatest effect from adaptive motor recreation, the main idea of which is to ensure psychological comfort and motivation of the trainees due to the complete freedom of choice of means, methods and forms of exercise, should be expected if it is filled with health-improving technologies of preventive medicine.

The complex structure of abnormal development of children with intellectual disabilities affects cognitive processes, memory, speech, concentration, and the emotional sphere of the child. Delayed verbal development, aggressiveness and lack of independence are characteristic features. In children with intellectual deprivation, angularity and unproductiveness of movements are observed, the accuracy of motor actions in space is reduced, and there is also a lag behind healthy peers in the development of physical qualities by an average of 15-30% [2,3].

Oligophrenic children are characterized by reduced motivation to exercise and rapid fatigability, as a result of this, activities should have a positive effect on the psychoemotional state and restore physical strength [5]. In adaptive recreation, it is necessary to apply different approaches. To relax and switch attention, physical activity is carried out in nature or in the aquatic environment to music. Collective recreational activities allow children to spend more time in society, which increases their integration into society [1]. Conditions are created for the possibility of manifestation of creative initiative and independence, cognitive processes are activated [4,6]. The use of games and competitive activity motivates children to attend classes on adaptive motor recreation. Due to the change in the type of activity, overwork is prevented, physical and mental performance is restored.

Conclusion: The degree of adaptation is directly dependent on the clinical and psychopathological state of children, therefore, an adaptive physical culture specialist for productive activity needs to know the characteristic manifestations of the main defect, the characteristics of the physical, mental, and personal development of children of this category. their physical condition, correction of disorders of the motor sphere and, in general, the socialization of the personality of a mentally retarded child.

References

1. Chien C. W., Rodger S., Copley J. Differences in patterns of physical participation in recreational activities between children with and without intellectual and developmental disability //Research in developmental disabilities. – 2017. – T. 67. – C. 9-18.
2. Dunn J. M. Special physical education: Adapted, individualized, developmental. – Brown and Benchmark Publishers, 25 Kessel Court, Madison, WI 53791-9030., 1997.
3. Li R. et al. Correlates of physical activity in children and adolescents with physical disabilities: A systematic review //Preventive Medicine. – 2016. – T. 89. – C. 184-193.
4. Murphy N. A., Carbone P. S., Council on Children with Disabilities. Promoting the participation of children with disabilities in sports, recreation, and physical activities //Pediatrics. – 2008. – T. 121. – №. 5. – C. 1057-1061.

5. Winnick J. P., Porretta D. L. Adapted physical education and sport. – Human Kinetics, 2016.

6. Zittel L. et al. Principles and methods of adapted physical education & recreation. – Jones & Bartlett Publishers, 2016.

Жамардїй В.О., д.пед.н., доцент
Полтавський державний медичний університет

МЕТОДИЧНА СИСТЕМА ЗАСТОСУВАННЯ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Технологію формування *цільового блоку* методичної системи застосування фітнес-технологій в освітньому процесі з фізичного виховання здобувачів вищої освіти складають: усвідомлення і потреба в руховій активності, наявність інтересів і мотивів до активних занять фізичними вправами, зокрема фітнес-технологіями; система знань і переконань щодо оволодіння цінностями фізичної культури; потреба у здоровому способі життя і залученні до нього свого оточення; спрямованість на створення умов для подальшого особистісного фізичного вдосконалення, збереження здоров'я, вдосконалення фізичного розвитку та підтримання високої фізичної працездатності; усвідомлення практичної значущості фітнес-технологій в фізкультурно-оздоровчій діяльності та оволодіння вміннями і навичками щодо створення умов для їх реалізації; спрямованість на опанування фітнес-технологій з метою їх застосування в життєздатності.

Змістово-організаційний блок відображає зміст освітнього процесу з фізичного виховання: теоретичний розділ, методична підготовка, фізична підготовка, практичний розділ. Теоретичний розділ становить система спеціальних знань, основи організації і методики проведення занять, вивчення їх впливу на якість рухової активності, формування основ здорового способу життя, вивчення методик оздоровлення та фізичного вдосконалення традиційними і нетрадиційними засобами фізичної культури, вміння застосовувати їх на практиці, формування навичок щоденних самостійних занять з оздоровчою спрямованістю, поінформованість про інноваційні засоби та методики фізкультурно-оздоровчої діяльності. Методична підготовка реалізовувалася під час практичних та індивідуальних самостійних занять. У процесі застосування фітнес-технологій фізична підготовка реалізовувалася шляхом диференційованого, індивідуального, особистісно-зорієнтованого та системного підходів згідно з теорією та методикою навчання фітнес-технологій і навчально-методичним комплексом застосування фітнес-технологій в освітньому процесі з фізичного виховання. Навчально-методичне забезпечення застосування фітнес-технологій представлено у вигляді комплексу теоретико-методичних і наукових матеріалів. Практичний розділ передбачав урахування