

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ
УПРАВЛІННЯ МОЛОДІ ТА СПОРТУ
ЛЬВІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ВІЙСЬКОВОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЗАХІДНОЇ ПАРАНИ (БРАЗИЛІЯ)
ЛИТОВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ СПОРТУ
ЛЬВІВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я
НАСЕЛЕННЯ «СПОРТ ДЛЯ ВСІХ»

ПРОБЛЕМИ АКТИВІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НАСЕЛЕННЯ



Матеріали XIV Міжнародної
науково-практичної конференції
(10–11 травня 2024 року)

За загальною редакцією Любові ЧЕХОВСЬКОЇ

Львів
ЛДУФК ім. Івана Боберського
2024

<i>Jolanta Krystyna Tomporowska</i>	
Акtywność fizyczna dzieci i młodzieży w Polsce	219
<i>Антон Юмаєв, Олександр Василик</i>	
Характеристика діяльності мережі фітнес-клубів «BRONX FITNESSHUB»	223
<i>Іван Каратник, Тетяна Куцериб</i>	
Ейрбадмінтон як вид спорту для всіх	228
<i>Наталія Середа, Інна Бабійчук</i>	
Організаційні аспекти розвитку спортивного клубу аматорського бігу	230
<i>Марта Ярошик, Марія Фоменко, Марія Ярошик</i>	
Мотиваційний та оздоровчий потенціал «Street Workout» у системі фізичного виховання школярів	233
<i>Віра Тимракевич, Катерина Моспан</i>	
Спортивні заходи як засіб соціальної інтеграції в Україні та країнах Європи	236
<i>Людмила Шуба, Вікторія Шуба, Наталія Корж</i>	
Адаптивний спорт та його перспективи	239
<i>Сергій Шинкарьов, Ірина Янович</i>	
Сучасні засоби адаптивної фізичної культури	241
<i>Артур Хачатрян</i>	
Оптимізація фізичної реабілітації військовослужбовців	244
<i>Олександр Кранін, Юлія Паришкура</i>	
Пошук методів відновлення й адаптація психоемоційного функціонування під час воєнного стану	247
<i>Христина Лібович, Надія Лібович, Лідія Бітківська</i>	
Фізичне виховання студентів в умовах військового стану. Перша психологічна допомога	250
<i>Наталія Жарська, Віра Будзин, Марта Ільків</i>	
Сучасні тренажери у програмі фізкультурно-спортивної реабілітації.....	252
<i>Ярослав Сардак, Олег Іванько</i>	
Порівняльна характеристика методу schroth та ізометричних коригувальних навантажень для лікування ідіопатичного сколіозу у підлітків 12–16 років	255

ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА МЕТОДУ
SCHROTH ТА ІЗОМЕТРИЧНИХ КОРИГУВАЛЬНИХ
НАВАНТАЖЕНЬ ДЛЯ ЛІКУВАННЯ ІДІОПАТИЧНОГО
СКОЛІОЗУ У ПІДЛІТКІВ 12–16 РОКІВ

Ярослав Сардак, Олег Іванько

*Запорізький державний медико-фармацевтичний університет,
м. Запоріжжя, Україна*

Актуальність. Дослідження ефективності методу Schroth терапії в корекції сколіотичної хвороби в підлітків віком від 12 до 16 років є актуальним через широку поширеність цієї проблеми і її вплив на функціональні можливості та якість життя підлітків. Дослідження має на меті визначити ефективність цього методу, як порівняти з іншими підходами до лікування й профілактики сколіозу. Ураховуючи соціальні та економічні аспекти впливу сколіотичної хвороби, аналіз психосоматичних аспектів і важливість вчасної діагностики, дослідження має потенціал значущого внеску в громадське здоров'я і якість життя підлітків.

Новизна дослідження полягає в тому, що вперше застосовано метод Schroth для корекції сколіотичної хвороби, як порівняти з ізометричними вправами в підлітків 12–16 років.

Дослідження має практичне значення, оскільки спрямоване на вивчення ефективності методу Schroth у корекції сколіотичної хвороби серед підлітків віком 12–16 років. Віковий діапазон допомагає зрозуміти вплив методу на стан патологічних сколіотичних кутів хребта й надає більш докладнішу картину ефективності корекції сколіозу в дітей.

Об'єкт дослідження: сколіотична хвороба в дітей і можливості її реабілітації.

Предмет дослідження: порівняльний аналіз впливу методу Schroth та ізотонічних вправ ЛФК на стан хребта.

Переважно оцінювання ефективності ґрунтувалося на визначенні сколіотичних кутів вигину хребта й динаміки росту дитини впродовж виконання вправ.

У зв'язку з поширеністю цієї проблеми здоров'я молоді треба зрозуміти цю патологію та застосовувати ефективні стратегії лікування сколіотичної хвороби серед підлітків. У дослідницькій роботі поставлено завдання дослідити метод Schroth як перспективний інструмент у відновній терапії цієї серйозної хвороби у важливому періоді розвитку людини.

Мета дослідження – визначити переваги й можливі недоліки методу Schroth в лікуванні сколіотичної хвороби серед осіб підліткового віку.

Упродовж 6 місяців обстежено 10 безвибірково обраних пацієнтів віком 10–15 років із ідіопатичним сколіозом 1–2 ступеня. Програма обстеження містила загальнорекомендовані методи діагностування: соматоскопію, рентгенологічне дослідження, комп'ютерну томографію.

Методи дослідження: аналітичний метод, педагогічний експеримент. У дослідженні взяло участь 10 підлітків віком від 10 до 15 років з ідіопатичною сколіотичною хворобою 1 та 2 ступеня викривлення. Учасники експерименту були умовно поділені на дві групи по 5 учасників у кожній. Перша група займалася за методикою Schroth (основна група), а друга група – традиційними ізометричними вправами (група порівняння). Для визначення ефективності реабілітації оцінено кути викривлення перед початком фізіотерапевтичних занять і через 6 місяців від початку дослідження. Також визначено різницю у зрості підлітків. На початку експерименту кути Кобба для оцінювання ступеню викривлення основної та компенсаторної дуги, якщо така була наявна, у представників основної та порівняльної групи показники суттєво не відрізнялися. Після шести місяців занять за вказаними методиками показники кутів Кобба для основної групи змінилися більш помітно відносно

групи порівняння. Ефективність корекції сколіотичної дуги для основної групи динаміка (Δ) кута відхилення (основна дуга) $9,0 \pm 1,2$, та динаміка (Δ) кута відхилення (компенсаторна дуга) $5,0 \pm 2,3$. Ефективність корекції сколіотичної дуги для порівняльної групи динаміка (Δ) кута відхилення (основна дуга) $0,4 \pm 1,1$, та динаміка (Δ) кута відхилення (компенсаторна дуга) $0,8 \pm 0,5$. На основі цього можна зробити висновки про ефективність методики, за якою займалися учасники основної групи. Також оцінили середні показники зросту підлітків за пів року ($5,4 \pm 0,6$ та $4,0 \pm 0,6$). Показники зросту підлітків допоможуть визначити чи прогресувала хвороба за час занять. Можна сказати, що заняття фізіотерапією за обома методиками уповільнили розвиток хвороби. Для оцінки визначення ефективності корекції патологічної постави, оцінювали зовнішні ознаки сколіозу в підлітків обох груп до та після початку курсу з фізіотерапії. Підлітки з основної групи проявляли ознаки сколіотичної постави до початку експерименту в 75% випадків, наприкінці експерименту в 17,5% випадків. Підлітки з порівняльної групи проявляли ознаки сколіотичної постави до початку експерименту у 65% випадків, наприкінці експерименту у 57,5% випадків.

Висновок. Методики, застосовані в дослідженні, уповільнили зростання кутів викривлення. Однак ефективною виявилася методика Schroth терапії завдяки акцентуації на корекцію постави, яка характеризується більш індивідуальним підходом. Важливу роль відіграє також навчання пацієнта самокорекції в повсякденному житті. Індивідуальний підхід і навчання прийомів самокорекції підвищує усвідомлення власної постави і дає змогу ефективніше застосовувати коригувальні вправи.

Одним із напрямків подальших досліджень може бути вивчення ефективності інтеграції методу Schroth у повсякденне життя пацієнтів. Це може містити розвиток програм навчання та підтримки для пацієнтів, які навчаються самокорекції своєї

постави й виконання коригувальних вправ удома. Такий підхід може підвищити ефективність терапії та поліпшити результати лікування.

Список використаних джерел

1. Халер Х. Методика вимірювання торсії позвонків при структурному сколіозі. *Ортопедія, травматологія*. 1999. № 2. С. 103–106.
2. Кашуба В. А. Біомеханіка осанки. Київ : Олімп. л-ра, 2003. 220 с.
3. Automated noninvasive detection of idiopathic scoliosis in children and adolescents: A principle validation study / Sudo H., Kokabu T., Abe Y., et al. *Sci Rep*. 2018. Vol. 8(1). P. 17714. doi:10.1038/s41598-018-36360
4. Trobisch P., Suess O., Schwab F. Idiopathic scoliosis. *Dtsch Arztebl*. 2010. Vol. 107(49). P. 875–783; quiz 884. doi: 10.3238/arztebl.2010.0875
5. Menger R. P., Sin A. H. Adolescent and Idiopathic Scoliosis. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK499908/>.
6. Stanton A. Glantz, Primer of biostatistics. San Francisco : McGraw Hill, 2011 7th ed.

УДК 796.1:159.942

РУХЛИВІ ІГРИ ЯК ЗАСІБ ПСИХОЛОГІЧНОГО РОЗВАНТАЖЕННЯ

Христина Лібович¹, Надія Лібович²

¹Національний університет імені Івана Франка

²Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського, м. Львів, Україна

Актуальність. Стрес, занепокоєння, напади тривоги – відчуття, притаманні дітям і дорослим, особливо під час війни.