



**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я
ЗАПОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИКО-ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ**

**КООРДИНАЦІЙНА РАДА З НАУКОВОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ, АСПІРАНТІВ,
ДОКТОРАНТІВ І МОЛОДИХ ВЧЕНИХ
СТУДЕНТСЬКА РАДА**

ЗБІРНИК ТЕЗ ДОПОВІДЕЙ

**84 ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ МОЛОДИХ ВЧЕНИХ ТА СТУДЕНТІВ З
МІЖНАРОДНОЮ УЧАСТЮ**

**«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ
СУЧАСНОЇ МЕДИЦИНИ ТА ФАРМАЦІЇ - 2024»**

23-24 травня 2024 року



ЗАПОРІЖЖЯ – 2024

ФОРМУВАННЯ ОЗДОРОВЧОЇ СПРЯМОВАНOSTІ У ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ФУТБОЛІСТІВ

Трачов Я.

Науковий керівник: д.фіз.вих.,проф. Дорошенко Е.Ю.

Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров'я
Запорізький державний медико-фармацевтичний університет

Мета дослідження – визначення факторів формування оздоровчої спрямованості у багаторічній підготовці футболістів різних вікових груп.

Матеріали і методи: аналіз науково-методичної літератури і даних глобальної мережі «Internet», клінічні та педагогічні спостереження, вивчення фахового досвіду.

Отримані результати. Аналіз інформаційних, методичних і наукових матеріалів свідчить, що оздоровча спрямованість тренувального процесу футболістів є більш притаманною спортсменам вікової категорії 6(7) – 10 років. Згідно чинної програми підготовки футболістів у ДЮСШ цей віковий період характеризується як етап початкової підготовки у системі багаторічного вдосконалення футболістів. Інші етапи підготовки футболістів мають більш прикладну спрямованість – розвиток і вдосконалення рухових здібностей, навчання та закріплення основних елементів техніки гри; розвиток тактичного мислення спортсменів, формування тактичних навичок і здібностей; психологічна підготовленість; інтегральна підготовленість спортсменів, тощо. Окремі елементи оздоровчих технологій залишаються присутніми у річному макроциклі підготовки (у річному тренувальному процесі футболістів): питання профілактики спортивного травматизму, раціонального планування фізичних навантажень для запобігання перенапруження основних функціональних систем організму – серцево-судинної та дихальної, що детермінують прояви функціональної підготовленості спортсменів, загальна оздоровча спрямованість тренувального процесу у перехідних періодах підготовки – відновлювальних мікроциклах і мезоциклах. Також важливими у контексті оздоровчої спрямованості тренувального процесу юних футболістів залишаються питання визначення оптимального співвідношення засобів загальної та спеціальної фізичної підготовки, які закладають необхідні передумови для їх нормального фізичного розвитку.

Висновки. У цілому, формування оздоровчої спрямованості у системі багаторічного спортивного вдосконалення футболістів має визначені критерії, а саме:

- загальний або віковий критерій: для футболістів груп початкової підготовки більш притаманною є, саме, оздоровча спрямованість тренувального процесу;
- спеціальний або прикладний критерій: для використання у тренувальному процесі футболістів у відновлювальних мікро- або мезоциклах підготовки – профілактики спортивного травматизму, відновлення організму після значних фізичних навантажень, тощо.

ПОКРАЩЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ЛІКУВАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Котлова М. М.

Науковий керівник: к.фіз.вих.,доц. Шаповалова І.В.

Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров'я
Запорізький державний медико-фармацевтичний університет

Мета дослідження – визначити роль фізичної терапії у покращенні психологічного стану осіб похилого віку.

Матеріали та методи. Було вивчено наукові статі ,дослідження та дисертації,зокрема джерела,що включають роботи Андрєєвої О., Вакуленко Л.О., Клапчук В.В., Вакуленко та інших авторів. Аналізувалися дослідження,в яких йдеться про вплив фізичної культури на психоемоційний стан людей похилого віку.