

Міністерство освіти і науки України  
Мелітопольський інститут екології та соціальних технологій  
вищого навчального закладу «Відкритий міжнародний університет  
розвитку людини «Україна»  
Мелітопольський коледж вищого навчального закладу «Відкритий  
міжнародний університет розвитку людини «Україна»

## **СОЦІАЛЬНІ ТА ЕКОЛОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ: АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ТЕОРІЇ І ПРАКТИКИ**

Матеріали XI Міжнародної Інтернет-конференції  
22-24 січня 2019 року

Мелітополь, 2019

УДК 303.1+502/504]:004.738.5(06)

ББК 60.5в4+28.081.4в4]с51я431

С 69

Соціальні та екологічні технології: актуальні проблеми теорії і практики : матеріали XI Міжнародної Інтернет-конференції (Мелітополь, 22-24 січня, 2019 року) /за заг. ред. В.І. Лисенка, Н.М. Сурядної. Мелітополь: ТОВ «Колор Принт», 2019. 176 с. – ISBN 978-966-2489-69-9.

*Редакційна рада:* **Лисенко В.І.** – доктор біологічних наук, професор, директор Мелітопольського інституту екології та соціальних технологій Університету «Україна»; **Пономаренко В.І.** – доктор медичних наук, професор, завідувач кафедри фізичної реабілітації Мелітопольського інституту екології та соціальних технологій Університету «Україна»; **Кошелєв О.І.** – доктор біологічних наук, професор, кафедри екологічної безпеки та раціонального природокористування Мелітопольського державного педагогічного університету ім. Б. Хмельницького; **Молодиченко В.В.** – доктор філософських наук, професор кафедри філософії Мелітопольського державного педагогічного університету ім. Б. Хмельницького; **Розова К.В.** – доктор біологічних наук, завідувач відділу «Випускна кафедра» Інституту фізіології ім. О.О. Богомольця НАН України, Київ. **Саварін О.О.** – кандидат біологічних наук, доцент кафедри екології Гомельського державного університету ім. Ф. Скорини, Білорусь; **Сидоряк Н.Г.** – кандидат біологічних наук, професор кафедри анатомії та фізіології людини та тварин Мелітопольського державного педагогічного університету ім. Б. Хмельницького, академік Міжнародної академії розвитку людини; **Хоменко С.В.** – кандидат біологічних наук, експерт з екології захворювань та зоології, Продовольча та Сільськогосподарська Організація (ФАО) ООН, Служба Здоров'я Тварин (AGAH), Рим, Італія; **Кургалюк Н.** – професор інституту екології та охорони середовища Академії Поморської, Польща; **Сурядна Н.М.** – кандидат біологічних наук, доцент, завідувача кафедри екології та інформаційних технологій Мелітопольського інституту екології та соціальних технологій Університету «Україна»; **Александров Д.В.** – кандидат соціологічних наук, доцент кафедри філософії Мелітопольського державного педагогічного університету ім. Б.Хмельницького.

Секретар оргкомітету **Фурса В.О.** – старший викладач кафедри соціальної роботи, заступник директора Мелітопольського інституту екології та соціальних технологій Університету «Україна».

Упорядник збірки **Шипілов Д.О.** – лаборант Мелітопольського інституту екології та соціальних технологій Університету «Україна», викладач Мелітопольського коледжу Університету «Україна».

Коректор текстів **Павленко С.С.** – старший викладач кафедри екології та інформаційних технологій, заступник директора Мелітопольського інституту екології та соціальних технологій Університету «Україна».

Рекомендовано до друку Вченою Радою Мелітопольського інституту екології та соціальних технологій Університету «Україна». Протокол № 3 від 30 січня 2019 року.

Збірка містить матеріали доповідей учасників XI Міжнародної Інтернет-конференції «Соціальні та екологічні технології: актуальні проблеми теорії і практики».

Відповідальність за зміст тез доповідей несуть автори.

ISBN 978-966-2489-69-9

© Мелітопольський інститут екології та соціальних технологій ВНЗ «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»

© ТОВ «Колор Принт»

дихальної систем. Особливу увагу приділяють пасивним рухам, що знижують рефлекторну збудливість і стимулюють діяльність відповідних нервових центрів. У процесі репаративної регенерації при таких переломах відбувається вторинне зміщення частини тіла хребця, збільшення його клиновидної деформації.

Невід'ємною частиною при реабілітації є також масаж, самомасаж, фізіотерапія, бальнеотерапія та дієтотерапія.

Виконання комплексної програми ерготерапії дозволило клієнтам покращити результати роботи опорно-рухового апарату: згинання та розгинання хребта збільшилося на 29%, бокові нахили – на 31%, повороти – на 32%. Під дією методів ерготерапії поступово стабілізувалася робота кардіо-респіраторної системи, індекс Робінсона у чоловіків зменшився на 20-25%, у жінок на 14-15%; Т вдишу зріс на 17-20% у чоловіків, у жінок – на 21-22%; Т видиху – на 20-23% у чоловіків та 21-24% у жінок, проба Розенталя – на 20-25% у чоловіків, на 14-15% у жінок. Під дією методів ерготерапії стабілізувалася робота вегетативної нервової системи, а саме знизився тонус симпатичної та підвищилася збудливість парасимпатичної систем завдяки чому працездатність клієнтів піднялася до середньо-низького рівня.

## **МУЗИЧНА СТИМУЛЯЦІЯ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКОЛАХ**

**Котова Олена Володимирівна**

*к.пед.н., доц. кафедри теорії і методики фізичного виховання і спортивних дисциплін Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького*

**Суханова Ганна Петрівна**

*ст. викл. кафедри теорії і методики фізичного виховання і спортивних дисциплін Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького*

В останні роки найбільш активні фахівці фізичної культури все частіше і наполегливіше говорять про доцільність прикладного використання на уроках і спортивних заняттях функціональної музики.

У школах на уроках фізичної культури музичну стимуляцію слід застосовувати з певною обережністю, зі знанням справи, до місця і до часу. Для цього вчителям і учням потрібна певна пристосованість до нових умов занять і суворе виконання всіх необхідних правил, незнання або ігнорування яких може заподіяти великої шкоди. Так, наприклад, музична стимуляція фізичних вправ погано сумісна зі значними робочими шумами. За даними досліджень, при наявності в спортивній залі робочих шумів силою вище 70 децибел, функціональну музику не чути до такої міри, що починає сприйматися учнями як неприємний акустичний гул і діяти на їх організм вже негативно.

Під час сеансу музичної стимуляції робочої діяльності учнів в процесі уроку всілякі звукові контакти між присутніми створюють з музикою взаємні шумові перешкоди, які ускладнюють слухове сприйняття, надмірно нервують і підвищують стомлюваність школярів. Щоб уникнути цього всі розмови і усні вказівки в даний час повинні бути виключені або, принаймні, зведені до мінімуму. А невідкладні усні

команди вчителя краще замінити чіткими зоровими сигналами, виразним, обов'язково пов'язаним з музикою, показом пропонованих вправ і декількома умовними жестами, зміст яких повинен бути заздалегідь обговорений.

Подаючи умовні сигнали до початку і закінчення фізичних вправ, що виконуються під музику, вчитель зобов'язаний мати на увазі, що сигнал «Почати вправу!» – подається на кінець музичної фрази, щоб з початком наступної музичної фрази органічно співпав початок виконання пропонованої вправи. Сигнал «Закінчити вправу!» – повинен збігатися з методичним та структурним закінченням музичного твору або його фрагментарною частиною. Невиконання цієї умови порушує ритмічну узгодженість виконуваних рухових дій, емоційно дратує учнів і знижує ефективність музичної стимуляції.

Функціональна музика, яка транслюється в процесі уроку фізичної культури, повинна подобатися всім, або хоча б більшості учнів. Треба, щоб слухачі знаходили в пропонованих їм музичних програмах ті твори, які їм приємно чути. В іншому випадку музика буде викликати у них почуття незадоволення або невдоволення, посилювати нервово-психічне напруження і заважати виконуваній діяльності.

Викликаючи позитивні емоції, зміцнюючи дисципліну і ненав'язливо регулюючи просторові і швидкісно-силові характеристики виконуваних учнями рухових дій, функціональна музика тим самим бере на себе частину управлінських обов'язків вчителя, в результаті чого він виявляється менш обтяженим і більш вільним, ніж зазвичай. Це дозволяє вчителю порівняно менше стомлюватися і більш плідно використовувати свій педагогічний потенціал в тих напрямках, на які раніше не вистачало часу.

Використовуючи на уроках фізичної культури музичну стимуляцію для високої ефективності уроків, необхідно дотримуватися певних правил і рекомендацій:

1. Застосовувані на уроках фізичної культури музичні програми повинні нести учням нові і свіжі емоційні відчуття. Повторювати використані музичні програми, задля уникнення пересичення і втрати до них інтересу, рекомендується не раніше ніж через місяць.

2. В процесі проведення уроків фізичної культури найбільшу користь функціональна музика приносить при багаторазовому виконанні простих або твердо завчених вправ, які не потребують від учнів високої концентрації уваги, великої розумової зосередженості та відповідальності.

3. Музичну стимуляцію на уроці доцільно використовувати не безперервно (так вона швидко набридає і втрачає своє стимулююче значення), а епізодично, лише в тій роботі, яка характеризується періодичним виконанням простих або твердо завчених вправ, які не потребують від учнів великого зосередження уваги на виконуваній діяльності.

4. При комплектуванні цільових програм функціональної музики слід враховувати статево-віковий, а також соціально-культурний рівень передбачуваних слухачів.

5. Щоб функціональна музика стала надійним помічником вчителя і давала потрібний педагогічний ефект, її включення в урок фізичної культури має бути заздалегідь сплановано.

6. З великого розмаїття сучасних музичних жанрів для стимуляції уроків фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах найбільшу практичну значимість надає легка, популярна і естрадна музика, марші, а також дитячі, танцювальні та народні мелодії.

7. При наявності відповідного радіотехнічного обладнання музику можна з успіхом застосовувати в самих різних місцях проведення навчальних або тренувальних занять: в шкільній спортивній залі, на стадіоні, в плавальному басейні, на майданчику під відкритим небом, на кросовій дистанції по пересіченій місцевості і т. ін.

Таким чином, основне завдання використання музичної стимуляції на уроках фізичної культури полягає в самостійній підготовці вчителя фізичної культури в області музики, ретельно продуманої і спланованої роботи щодо застосування музичної стимуляції з метою підвищення ефективності уроків фізичної культури. Не менш важливо враховувати музичні інтереси і вікові особливості школярів в процесі використання функціональної музики.

## **ОСОБЛИВОСТІ СТАНУ ОРГАНІЗМУ ОСІБ ЗРІЛОГО ВІКУ ЗІ СКОЛІОЗОМ РІЗНОГО СТУПЕНЯ ВИРАЗНОСТІ**

**Купрєєнко Максим Володимирович**

*ас. кафедри теорії і методики фізичного виховання і спортивних дисциплін  
Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького*

Сколіоз це захворювання, що погіршує якість життя дорослої людини, порушує її працездатність та є провокуючим та патогенеруючим чинником різних захворювань внутрішніх органів. Збільшення тривалості життя сучасної людини та її активного способу життя привело до збільшення кількості людей літнього та похилого віку, які страждають на названий вид патології та потребують лікування і реабілітації.

Для особливостей дорослих пацієнтів зі сколіозом характерні: біль та дискомфорт у ділянці спини та нижніх кінцівок; сколіотична деформація не має прогресуючого характеру течії у зв'язку з припиненням росту хребта у дорослої людини; сформовані компенсаторні сколіотичні дуги викривлення вище та нижче дуги істинного сколіозу, тобто хребет має два або три викривлення; сколіотична деформація супроводжується додатковими патологічними процесами у хребті та у інших біосистемах організму людини.

При сколіозі відзначається асиметрія тонусу м'язів (м'яз-випрямляч хребта і глибокі задні паравертебральні м'язи: напівостистий м'яз, багатороздільні м'язи, м'язи-ротатори) з увігнутої і опуклої сторін викривлення, що призводить до лімітування гнучкості хребта та змін рухів. При оцінці рухів в сагітальній площини у 45 пацієнтів (67,1%) спостерігалось обмеження при нахилах вперед, і у 38 (56,7%) – назад; у фронтальній площині амплітуда рухів залежала від локалізації і ступеня