

# СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ ТА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ ЗАСОБАМИ ОЗДОРОВЧО-РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ



**Керівник – Альошина Алла Іванівна**, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри теорії спорту та фізичної культури Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, майстер спорту зі спортивного орієнтування.

Співкерівник досліджень за темою Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури та спорту: на 2006-2010рр. за темою 3.2.1. «Вдосконалення біомеханічних технологій у фізичному вихованні і реабілітації з урахуванням просторової організації тіла людини», на 2011–2015 рр. Міністерства України у справах сім'ї, молоді і спорту 3.7 «Удосконалення біомеханічних технологій у фізичному вихованні й реабілітації з урахуванням індивідуальних особливостей моторики людини» (номер державної реєстрації 0111U001734). Керівник виконання НДР на 2018-2023 за темою «Сучасні

технології формування та збереження здоров'я різних груп населення засобами оздоровчої рухової активності» (номер держреєстрації 0118U004196).

Член спеціалізованої вченої ради Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника (2015-2017), головний редактор фахового журналу «Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, член редакційних колегій фахових журналів. Відмінник освіти України. Нагороджена Грамотою Волинського обласного управління з фізичного виховання та спорту МОН України (2005); Почесною грамотою МОН України (2008); Грамотою Управління у справах сім'ї молоді та спорту Волинської державної адміністрації (2009); Почесною грамотою Управління освіти і науки Волинської державної адміністрації (2010); Срібним нагрудним знаком Волинського національного університету імені Лесі Українки (2011); нагрудним знаком «Відмінник освіти України» (2013); Золотим нагрудним знаком Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки (2016).

*Електронна адреса:* [aloshina.alla@eenu.edu.ua](mailto:aloshina.alla@eenu.edu.ua)

*orcid.org/0000-0001-6517-1984*

*Researcher ID: AAF-9332-2019*

*Scopus Author ID: 57209397408*

*Google Scholar: <https://scholar.google.com.ua/citations?user=1-aSSh0AAAAJ&hl=uk>*

**Напрями наукових досліджень:** дослідження проблем профілактики й корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату та здоров'яформувальної діяльності різних груп населення засобами оздоровчо-рухової активності.

**Основні наукові роботи:** понад 170 публікацій, із них 2 монографії, 5 навчальних посібників та підручників (4 із Грифом МОН), понад 100 статей у фахових виданнях, 8 – у

визнаних зарубіжних виданнях, одне свідоцтво про авторське право на твір, зокрема:

1. Альошина А. І. Профілактика й корекція функціональних порушень опорно-рухового апарату дошкільнят, школярів та студентської молоді у процесі фізичного виховання : [монографія] / Альошина Алла Іванівна. – Луцьк, 2015. – 356 с. (Свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір № 79985 від 03.07.2018).

2. Здоров'язбережувальна технологія навчання майбутніх учителів фізичної культури в умовах інформатизації освіти [Текст] : монографія / В. О. Кашуба, О. І. Бичук, Н. Г. Бишевець, А. І. Альошина. – Луцьк : Вежа-Друк, 2019. – 212 с.

3. Ковальчук Н.М. Туристичні ресурси Західного регіону : Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / Н. М. Ковальчук, О. І. Бичук, А. І. Альошина. – Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. – Вид. 2-ге виправл. – Луцьк : Вежа-Друк, 2013. – 384 с. (**Рекомендовано Міністерством освіти і науки, молоді та спорту України як навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів**, лист № 1/11 - 17976 від 20.11.2012 р.).

4. Дубогай О.Д. Основні поняття й терміни здоров'язбереження та фізичної реабілітації в системі освіти : навч. посібник для студентів ВНЗів / Олександра Дмитрівна Дубогай, Алла Іванівна Альошина, Володимир Євгенович Лавринюк; В.о. Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. – Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2011.– 296 с. (Посібники та підручники ВНУ імені Лесі Українки). **Рекомендовано Міністерством освіти і науки України як навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів**, лист № 1/11 – 1514 від 22.02.2011 р. ISBN 966-600-544-4.

5. Альошина А.І. Фізичний розвиток дітей і підлітків з урахуванням стану їх здоров'я: навч. посібн. / А.І.Альошина, В.С.Добринський, Н.Б.Грейда. - Луцьк: Волинська обласна друкарня, 2005. – 191 с. **Гриф надано Міністерством освіти і науки України лист № 14/18.2 – 2782 від 08.12. 2005 р.**

**Наукове керівництво захищеними дисертаційними роботами:**

*Колос М.А.* «Коррекция функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата студентов в процессе физического воспитания» (2010).

*Петрович В.В.* «Корекція сагітального профілю постави дітей молодшого шкільного віку засобом фітбол-гімнастики» (2010).

*Бичук І.О.* «Технологія профілактики плоскостопості дітей старшого дошкільного віку засобами фізичної культури» (2012).

**АНОТАЦІЯ**

Дослідження сучасних технологій формування та збереження здоров'я різних груп населення, удосконалення біомеханічних технологій у фізичному вихованні й реабілітації

з урахуванням індивідуальних особливостей моторики людини.

**ОСНОВНИЙ ДОРОБОК**

Обґрунтовано концепцію профілактики й корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату в дітей та молоді в процесі фізичного виховання; запропоновано систему профілактично-оздоровчих та корекційних заходів, що ґрунтується на детермінантах, які впливають на розвиток постави й біомеханіки стопи людини на різних етапах онтогенезу, що відображено в практичній реалізації в технологіях профілактики й корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей і молоді в процесі фізичного виховання. Представники школи опублікували понад 130 наукових праць, презентували свій науковий доробок на різноманітних міжнародних, всеукраїнських і регіональних наукових конференціях та семінарах.

**ПРЕДСТАВНИКИ**

**Бичук Олександр Іванович** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, професор кафедри теорії спорту та фізичної культури Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки.

*Електронна*

*адреса:*

*buchuk.oleksandr@eenu.edu.ua*

**Напрямок наукових досліджень:** вдосконалення біомеханічних технологій у фізичному вихованні, спорті й реабілітації.

**Основні наукові роботи:** опубліковано понад 90 наукових праць, зокрема:

1. Здоров'язбережувальна технологія навчання майбутніх учителів фізичної культури в умовах інформатизації освіти [Текст] : монографія / В. О. Кашуба, О. І. Бичук, Н. Г. Бишевець, А. І. Альошина. – Луцьк : Вежа-Друк, 2019. – 212 с.

2. Ковальчук Н.М. Туристичні ресурси Західного регіону Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / Н. М. Ковальчук, О. І. Бичук, А. І. Альошина. – Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. – Вид. 2-ге виправл. – Луцьк : Вежа-Друк, 2013. – 384 с. (**Рекомендовано Міністерством освіти і науки, молоді та спорту України як навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів**, лист № 1/11 - 17976 від 20.11.2012 р.).

3. Гімнастика : Навч.-метод. посіб. / [Ніколаєв Ю. М., Ковальчук Н. М., Бичук О. І.,

Санюк В. І., Ніколаєв С. Ю.]. – Луцьк : Вежа-Друк, 2014. – 264 с.

**Петровиц Вікторія Володимирівна** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теорії спорту та фізичної культури Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки *Електронна адреса: petrovich.vita@eenu.edu.ua*

**Напрями наукових досліджень:** формування здорового способу життя різних груп населення засобами фітнесу.

**Основні наукові роботи:** опубліковано понад 30 наукових праць, зокрема:

1. Петровиц В.В. Використання функціональних петель Rip - 60, як одного з засобів розвитку фізичної підготовки футболістів / В.В. Петровиц // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт : журнал / уклад. А. В. Цьось, А.І. Альошина. – Луцьк : Східноєвр. нац.ун-т ім. Лесі Українки, 2014. – № 15. – С. 63–67.

2. Петровиц В.В. Розвиток фізичної підготовки футболістів 12-14 років із допомогою різних видів фітнесу / В.В. Петровиц, С.В. Дереповський, І.О. Бичук // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт : журнал / уклад. А.В. Цьось, А.І. Альошина. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2015. – Вип. 18. – С.184-199..

3. Альошина А.І. Сучасні підходи до корекції біогеометричного профілю постави школярів / А. І. Альошина, В. В. Петровиц // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт. – 2015. – Вип. 129. – Т. І. – С. 3–10.

**Бичук Ігор Олександрович** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теорії спорту та фізичної культури Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки.

*Електронна адреса: bichuk.igor@eenu.edu.ua*

**Напрям наукових досліджень:** рухова активність футболістів різних вікових груп .

**Основні наукові роботи:** опубліковано 40 наукових праць, зокрема:

1. Інформаційні технології в спортивній діяльності (на прикладі футболу) / [Алла Альошина, Олександр Бичук, Михайло Родіоненко, Владислав Грицай, Ігор Бичук] //

Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт : журнал / уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина. – Луцьк, 2018. – Вип. 31. – С. 68-72.

2. Romanuk, V., Petrovich, V., Smoluk, V., & Bychuk, I. (2018). Програма спеціальної фізичної підготовки арбітрів у футболі. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, (2(42), 143-148. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2018-02-143-148>.

3. Дереповський С. Розвиток фізичної підготовки футболістів 12-14 років із допомогою різних видів фітнесу / Сергій Дереповський, Вікторія Петровиц, Ігор Бичук // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт:журнал / уклад. А.В. Цьось, А.І.; Альошина: СНУ ім. Лесі Українки, 2015. - №18. – С.184-199.

**Валькевич Олександр Васильович** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фітнесу та циклічних видів спорту Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки.

*Електронна*

*адреса:*

*valkevich.oleksandr@eenu.edu.ua*

**Напрям наукових досліджень:** формування здорового способу життя засобами легкої атлетики.

**Основні наукові роботи:** опубліковано 25 наукових праць, зокрема:

1. Валькевич О. В Спеціальна фізична підготовка студенток ВНЗ, які спеціалізуються з бігу на 400 метрів / С.І. Савчук, Н.С. Карабанова, О.В. Валькевич, С.В. Калитка //Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт: журнал / уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2016. – Вип. 22.

2. Оксана Саволайнен, Валерій Кузнецов, Олександр Валькевич, Роман Черкашин, Людмила Черкашина. Розвиток силових якостей легкоатлетів-метальників груп підвищення спортивної майстерності за допомогою засобів кросфіту. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб.наук.праць Східноєвроп.нац.ун-ту ім. Лесі Українки / уклад.А.В. Цьось, С.Я. Індіка. Луцьк: Східноєвроп.нац.ун-ту ім. Лесі Українки, 2019. № 2 (46) . – С. 112-119.

3. Олександр Валькевич, Оксана Саволайнен, Валерій Кузнецов, Роман Черкашин, Надія Карабанова. Удосконалення швидко-силових якостей спринтерів на етапі початкової підготовки. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб.наук.праць Східноєвроп.нац.ун-ту ім. Лесі Українки / уклад.А.В. Цьось, С.Я. Індика. Луцьк: Східноєвроп.нац.ун-ту ім. Лесі Українки, 2019. № 4 (48) . – С. 117-123.

**Іваніцький Роман Богданович** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач кафедри теорії спорту та фізичної культури Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки.

*Електронна*

*ivanitskyi.roman@eenu.edu.ua*

*адреса:*

**Напрямок наукових досліджень:** корекція порушень постави школярів засобами оздоровчого фітнесу.

**Основні наукові роботи:** опубліковано 23 наукові праці, зокрема:

1. Іваніцький, Р. (2018). Ефективність впровадження технології корекції порушень постави дітей із вадами слуху з використанням засобів оздоровчого фітнесу в процес адаптивного фізичного виховання. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, (31), 25-

30. <https://sportvisnyk.eenu.edu.ua/index.php/sportvisnyk/article/view/19>

2. Ivanitsky, R., & Alosyna, A. (2018). Функціональний стан опорно-рухового апарату дітей середнього шкільного віку з вадами слуху. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, (3 (43), 86-90. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2018-03-86-90>.

3. Бондар О. М., Литвиненко Ю. В., Босакевич М. В. Аналітичне узагальнення проблеми формування та удосконалення координаційних здібностей школярів із депривацією сенсорних систем у процесі фізичного виховання. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. – Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2020. – Випуск 2 (122) 20. – С. 16-19.

**Дем'янчук Олена Григорівна** – старший викладач кафедри теорії фізичного виховання та

рекреації Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки.

*Електронна адреса:*

*demianchuk.olena@eenu.edu.ua*

**Напрямок наукових досліджень:** корекція фізичного стану школярів засобами спортивного туризму.

**Основні наукові роботи:** опубліковано 40 наукових праць, зокрема:

1. Альошина А.І., Дем'янчук О.Г. Факторна структура фізичного стану та технічної підготовленості старшокласників, які займаються спортивним туризмом // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини / [редкол.: Єдинак Г. А. (відп. ред.) та ін]. Кам'янець-Подільський: Видавець Панькова А. С. 2020. Випуск 16. С. 5-10. DOI: <https://doi.org/10.32626/2309-8082.2020-16.5-10>.

2. Дем'янчук О.Г. Ефективність технології корекції фізичного стану школярів засобами спортивного туризму // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт : журнал / уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина ; СНУ ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2019. – № 35. – С. 39-46.

3. Альошина А.І., Дем'янчук О.Г. Обґрунтування технології корекції фізичного стану школярів з використанням засобів спортивного туризму // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт : журнал / уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина; СНУ ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2019. – № 33. – С. 45-48.

**Войтович Ірина Миколаївна** – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії фізичного виховання та рекреації Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки.

*Електронна адреса:* *voytovych.iryna@eenu.edu.ua*

**Напрямок наукових досліджень:** методика навчання пішохідного туризму учнів 10-11-их класів на профільному рівні.

**Основні наукові роботи:** опубліковано 35 наукових праць, зокрема:

1. Педагогічна діагностика в системі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів : кол. моногр. – Луцьк : Вежа-Друк, 2015. – 240 с. (у співавт.).

2. Demianchuk, O., Ierko, I., Voitovych, I., Ierko, A., Voitovych, V., & Mordyk, M. (2019). Методи та засоби підготовки в спортивному туризмі. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, (3(47), 43-47. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2019-03-43-47>

3. Voitovych, I., Voitovych, V., Matskevych N. Рекреаційний туризм у процесі підготовки майбутніх фахівців галузі фізичної культури та здоров'я. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, no 3 (43), Sept. 2018, pp 3-11, doi:10.29038/2220-7481-2018-03-03-11

**Войтович Василь Миколайович** – асистент кафедри теорії фізичного виховання та рекреації Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки.

*Електронна адреса:* [voitovych.vasyl@eenu.edu.ua](mailto:voitovych.vasyl@eenu.edu.ua)

**Напрямок наукових досліджень:** формування та збереження здоров'я населення засобами спортивного туризму.

**Основні наукові роботи:** опубліковано 30 наукових праць, зокрема:

1. Ірина Войтович, Василь Войтович, Олена Дем'янчук, Олександр Сологуб. Особливості теоретичної підготовки школярів-орієнтувальників 11-13 років // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт: журнал / уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2019. – Вип. 35. – С. 61-71.

2. Demianchuk, O., Ierko, I., Voitovych, I., Ierko, A., Voitovych, V., & Mordyk, M. (2019). Методи та засоби підготовки в спортивному туризмі. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, (3(47), 43-47. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2019-03-43-47>

3. Voitovych, I., Voitovych, V., Matskevych N. Рекреаційний туризм у процесі підготовки майбутніх фахівців галузі фізичної культури та здоров'я. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, no 3 (43), Sept. 2018, pp 3-11, doi:10.29038/2220-7481-2018-03-03-11

**Матійчу Вікторія Ігорівна** – аспірант кафедри теорії фізичного виховання та рекреації Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки.

**Напрямок наукових досліджень:** корекція тілобудови студенток з урахуванням особливостей геометрії мас їхнього тіла.

**Основні наукові роботи:** опублікована 1 наукова публікація, зокрема:

1. Альошина Алла, Матійчук Вікторія. Геометрія мас тіла – актуальний тренд наукових досліджень // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт: журнал / уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2019. – Вип. 36. – С. 9-14.