klasiv na urokakh fizychnoi kultury v Novii ukrainskii shkoli. Pedahohichnyi almanakh: zbirnyk naukovykh prats / redkol. V. V. Kuzmenko (holova) ta in. Kherson: KVNZ «Khersonska akademiia neperervnoi osvity», 2019. Vyp. 43. S. 45–56.

12. Ovcharova, Nadiia Andriivna. "Nova Ukrainska Shkola suchasnoho vchytelia fizychnoi kultury."The 8th International scientific and practical conference “Priority areas of research in the scientific activity of teachers”(February 27–March 01, 2024) Zagreb, Croatia. International Science Group. 2024. 298 p.. 2024. S. 148-152.

13. Osadchenko T. Suchasnyi stan tsyfrovizatsii u sferi fizychnoi kultury ta sportu v ukraini. Physical culture and sport: scientific perspective, vyp. 2, Cherven 2023, s. 103-8, doi:10.31891/pcs.2023.2.14.

14. Sorokolit N. (2022). Rozvytok profesiinykh kompetentnostei uchyteliv fizychnoi kultury v umovakh Novoi ukrainskoi shkoly. Fizychne vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi, 2(58), 22–28. Rezhym dostupu: DOI: https://doi.org/10.29038/2220-7481-2022-02-22-28.

15. Tanasiichuk, Yu. M. (2024). Problemy ta perspektyvy fizychnoho vykhovannia v ukrainskykh shkolakh: analiz suchasnoho stanu ta napriamy rozvytku. Pedahohichna Akademiia: naukovi zapysky, (3). – Rezhym dostupu: https://doi.org/10.57125/pedacademy.2024.02.29.02

16. CherepovskaO. A. Fizychne vykhovannia v umovakh dystantsiinoho navchannia. Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriia 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport).Kyiv, 2021. 2021. No 4(134). S. 116–120. – Rezhym dostupu: https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2021.4(134).29.

17. Chopyk , M. (2024). Perevahy ta problemy fizychnoho vykhovannia v Novii Ukrainskii Shkoli. Materialy konferentsii MTsND, (26.04.2024; Ivano-Frankivsk, Ukraina), 262–264. – Rezhym dostupu: https://archive.mcnd.org.ua/index.php/conference-proceeding/article/view/1166.

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.9(182).13
УДК 37.037:796.85

Гетьман М. О.,
ORCID ID https://orcid.org/ 0009-0008-7404-0167
аспірант Інституту проблем виховання НАПН України, м. Київ
Шматко Я. В.,
https://orcid.org/ 0000-0001-6310-4649
аспірант Інституту проблем виховання НАПН України, м. Київ

ВИХОВАННЯ МОРАЛЬНО-ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ БОЙОВИМИ МИСТЕЦТВАМИ

Виховання морально-вольових якостей учнівської молоді в процесі занять бойовими мистецтвами. Морально-вольові якості є регулятором поведінки особистості у контексті її ціннісних установок, діяльності та взаємодії з іншими людини, що актуалізує питання щодо розробки відповідних форм, прийомів та методів роботи для виховання морально-вольових якостей учнівської молоді.

Численні вітчизняні та зарубіжні дослідження актуалізують виховний потенціал спортивно-оздоровчої діяльності у вихованні морально-вольових якостей особистості, зокрема через залучення учнівської молоді до занять бойовими мистецтвами.

Аналіз вітчизняних та зарубіжних наукових праць та практичного досвіду щодо впровадження елементів бойових мистецтв у освітній процес ЗЗСО дозволяє зробити висновки про їх ресурсний потенціал, який сприяє: вихованню важливих морально-вольових якостей; напрацюванню навичок емоційного контролю, концентрації, зосередженості; формуванню ціннісних ставлень (гідності, самоповаги, уважності та поваги; формуванню почуття емпатії, співпереживання, розумінню власних емоцій та почуттів інших; залученості до спільної діяльності, відповідальності за досягнення спільних результатів, розвиток навичок співпраці та ефективної взаємодії; напрацювання досвіду адаптивності, самоефективності, прийняття рішень, стратегічного та тактичного мислення; розвитку самодисциплінованості, послідовності, дотриманню зобов'язань; формуванню навичок встановлення пріоритетності важливих справ; вихованню ціннісного ставлення до здоров'я, здорового способу життя.

Ключові слова: *морально-вольові якості, бойові мистецтва, учнівська молоді, виховання, освітні заклади.*

Maryna Hetman, Yaroslav Shmatko. Education of moral and volitional qualities of student youth in the process of practicing martial arts. *Moral and volitional qualities are a regulator of individual behavior in the context of his value attitudes, activities and interaction with other people, which actualizes the issue of developing appropriate forms, methods and methods of work for the education of moral and volitional qualities of student youth.*

Numerous domestic and foreign studies actualize the educational potential of sports and recreational activities in the education of moral and volitional qualities of the individual, in particular through the involvement of student youth in martial arts.

The analysis of domestic and foreign scientific works and practical experience regarding the introduction of elements of martial arts into the educational process of ZZSO allows us to draw conclusions about their resource potential, which contributes to: education of important moral and volitional qualities; developing skills of emotional control, concentration, concentration; formation of value attitudes (dignity, self-respect, attentiveness and respect; formation of a sense of empathy, compassion, understanding of one's own emotions and the feelings of others; involvement in joint activities, responsibility for achieving joint results, development of cooperation and effective interaction skills; gaining experience in adaptability, self-efficacy, acceptance

decisions, strategic and tactical thinking, the development of self-discipline, compliance with obligations, the formation of a valuable attitude to health, a healthy lifestyle; expansion of knowledge about the effects of martial arts on personality development and character formation; acquisition of practical experience for successful training and competitive activities; formation of skills for prioritizing important matters (finding a balance between leisure time, study, training, etc.); development of physical indicators of strength, speed, endurance, dexterity, flexibility, coordination.

Key words: *moral and volitional qualities, martial arts, student youth, upbringing, educational institutions.*

Постановка проблеми. Заняття різними видами спорту, зокрема бойовими мистецтвами, мають великий виховний потенціал, оскільки бойові мистецтва спрямовані не лише на фізичний розвиток, але й на формування та розвиток особистості, її характеру, цінностей та морально-вольових якостей.

Бойові мистецтва надають широкі можливості для виховання та становлення особистості. Це підтверджується філософією, закладеною у їх філософії. Наприклад, як зазначає засновник дзюдо Дзігоро Кано, у бойовому мистецтві зусилля спрямовані на симбіоз розуму і духу в учнях, гармонійне поєднання техніки та моральних якостей, таких як самоконтроль, самоусвідомлення, впевненість у собі, концентрація уваги. Відповідно, на заняттях бойовими мистецтвами визначальним є процес самовдосконалення особистості, а не техніки та прийоми [9].

В основі філософії бойового мистецтва протягом багатьох років формуються правила та традиції, що виступають основою для створення кодексу честі, який включає такі характеристики людини як ввічливість, сміливість, щирість, самоконтроль, чесність, скромність, рішучість, відповідальність, самовладання, дружелюбність, емпатія, гідність, повага. Таким чином, бойові мистецтва мають значний потенціал для розвитку морально-вольових якостей учнівської молоді.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У психолого-педагогічних джерелах виховання морально-вольових якостей знаходиться у площині становлення особистості під впливом певних виховних чинників.

Так, в українській педагогічній науці (І. Бех, О. Бойван, Ю. Дубовик, Ю. Ковальова, О. Ковтун, Н. Семченко, В. Сухомлинський, О. Хникін, В. Цвєтков та інші) важливість виховання морально-вольових якостей особистості обґрунтовується важливістю формувати зростаючу особистість, здатну до самореалізації, цілепокладання, концентрації зусиль у вирішенні визначених завдань.

У контексті дослідження морально-вольових якостей засадничими є наукові висновки І. Беха. Вивчаючи питання виховання та розвитку особистості, вчений визначає теоретичні основи волі як фактора, що впливає на духовний розвиток людини. І. Бех підкреслює, що в процесі засвоєння та прийняття духовних цінностей воля повинна бути керованою виховним процесом, оскільки формування особистості вимагає гармонії та синхронізації внутрішніх сил, розуму та почуттів, які взаємодоповнюють одне одного.

Науковець зазначає, що характеристики, які є ядром особистості, формуються завдяки вольовим зусиллям, оскільки саме воля є основою моральної поведінки як результату власного життєвого вибору. Особистість із розвиненою волею не здатна діяти чи приймати рішення, які суперечать її моральним принципам. Воля, як рушій до дії, значно сильніша за довільні імпульси та бажання, що робить її необхідною умовою успішного самореалізації. Для особистості важливо розвивати морально-вольові якості, які стають підґрунтям для її життєвої стійкості та психологічного імунітету, що виявляється у розсудливості, терпінні, обачливості та духовній мужності. Це дозволяє особистості, опинившись у психологічно складній ситуації, адекватно оцінювати обставини, протистояти маніпуляціям та необ'єктивним судженням, а також самостійно приймати виважені рішення [7].

Аналізуючи моральні та вольові аспекти особистості, Ю. Ковальова наголошує, що мораль не може існувати поза волею. Через прояви вольових зусиль особистість сприймає та засвоює моральні установки як соціальну необхідність [10].

На думку Ю. Дубовик, морально-вольові якості виступають регулятором поведінки людини у невизначених обставинах, допомагають долати внутрішні і зовнішні перешкоди, досягати поставлених цілей, базуючись на сформованих ціннісних установках та моральних нормах [8].

Суголосними є висновки зарубіжних дослідників (Y. Cho, J. Kim, D. Kennett, K. Keefer, H. Buyuk, S. Ogulmuş, E. Kapcі та інші), які відзначають, що виховання морально-вольових якостей впливають на подальшу успішну самореалізацію людини у різних сферах життя, формують стресостійкість [2; 6].

Аргументуючи значення виховання морально-вольових якостей, дослідники H. Buyuk, S. Ogulmuş, E. Kapcі вважають їх рушійною силою, яка формує у зростаючої особистості здатність протистояти маніпулятивним впливам, бути ефективною, досягати продуктивних результатів у довгостроковій перспективі [1].

Отже, можемо визначити, що морально-вольові якості є регулятором поведінки особистості у контексті її ціннісних установок, діяльності та взаємодії з іншими людини. Таким чином, актуалізується питання щодо розробки відповідних форм, прийомів та методів роботи для виховання морально-вольових якостей учнівської молоді.

Мета статті. Метою статті є актуалізація ресурсного потенціалу занять бойовими мистецтвами у вихованні морально-вольових якостей учнівської молоді.

Виклад основного матеріалу дослідження. Численні вітчизняні та зарубіжні дослідження актуалізують виховний потенціал спортивно-оздоровчої діяльності у вихованні морально-вольових якостей особистості.

Так, досліджуючи різні аспекти виховання морально-вольових якостей дослідники Н. Базилевич, Т. Кравченко, Т. Троценко акцентують увагу, що у процесі занять спортом учнівська молодь включається у активну діяльність, яка відкриває можливості для отримання соціального досвіду, взаємодії, міжособистісної комунікації, проявів відповідальності, адаптивності, лідерства, гідності, емпатії тощо [11].

Спираючись на численні дослідження та досвід, J. Howell детально аналізує вплив фізичної культури та спорту на формування характеру, підкреслюючи необхідність популяризації занять фізичною культурою. Дослідник зазначає, що

заняття бойовими мистецтвами виходять за межі фізичної підготовки та змагань і мають значний вплив на розвиток особистості [4].

Дослідження О. Остапенка, М. Зубалія, А. Ільченка, В. Мудріка, М. Тимчика переконливо підтверджують важливість інтеграції бойових мистецтв (або їхніх елементів) в освітню діяльність.

Важливо усвідомлювати, що ефективність виховання морально-вольових якостей під час занять бойовими мистецтвами, на думку О. Остапенка, значною мірою залежить від мотивації учасників освітнього процесу. Ця мотивація, у свою чергу, значно підвищується завдяки використанню інноваційних форм та методів, а також інтеграції різних видів спорту, що дозволяє урізноманітнити зміст уроків. Поєднання діяльності, яка є цікавою для учнів, створює можливості для самовираження, подолання труднощів і досягнення успіху, що сприяє їхньому самоствердженню та розвитку морально-вольових якостей [12].

Характерною рисою бойових мистецтв є наявність кодексу поведінки та філософських основ, що мають коріння в історії їх виникнення та розвитку. Часто такі кодекси базуються на вибраних ідеях з філософських, релігійних, духовних або просвітницьких учень, хоча вони й подаються в дещо спрощеному варіанті. Як зазначає W. Cynarski, у багатьох випадках ці символи та правила більше пов'язані з культурними традиціями країни походження бойового мистецтва, ніж із конкретними релігійними чи філософськими системами. Водночас, саме ці особливості вирізняють бойові мистецтва з-поміж інших видів спорту [3].

У бойових мистецтвах високі моральні принципи чітко формулюються через кодекси поведінки, які регулюють дії та вчинки учасників не лише під час тренувань, а й у повсякденному житті. Незважаючи на різноманітність стилів і шкіл бойових мистецтв, їх трансформацію та адаптацію до культури і традицій певних країн (наприклад, багато шкіл бойових мистецтв з часом перетворилися на секції з відпрацювання прийомів ближнього бою), деякі цінності залишаються незмінними. Серед таких цінностей дослідники W. Cynarski та J. Johnson виділяють самовладання, мужність, вірність, повагу до суперника та самореалізацію [3; 5].

Таким чином, можна зробити висновок про доцільність інтеграції бойових мистецтв (або їхніх окремих елементів) на уроках фізичної культури та у спортивно-оздоровчу діяльність для виховання морально-вольових якостей учнівської молоді. Така інтеграція дозволяє наповнити уроки актуальним змістом і сучасними виховними методами.

Аналіз наукової літератури висвітлив актуальні засади організації занять бойовими мистецтвами та впровадження їх елементів на уроках фізичної культури та у спортивно-оздоровчій діяльності, які сприяють вихованню морально-вольових якостей учнівської молоді:

- активна участь у заняттях бойовими мистецтвами з виховною метою (учасники освітнього процесу мають бути залучені в активну діяльність, що надає їм можливість отримати важливий соціальний досвід, через який зовнішні виховні впливи трансформуються у осмислені та привласнені ціннісні ставлення;
- створення середовища, яке підтримує уявлення учнів про цінність морально-вольових якостей. Важливими є цілепокладання занять на досягнення соціально та особистісно значущих цілей, свобода дій та креативність у вирішенні поставлених завдань, емоційна залученість учасників, а також впровадження диференційованого підходу, індивідуалізація фізичної підготовки, підбір відповідного фізичного навантаження та удосконалення методів навчання;
- заняття бойовими мистецтвами та спортивно-оздоровчою діяльністю з їх елементами задовольняють потребу учнів у фізичному вдосконаленні, сприяють розвитку особистості, формуванню характеру, надають досвід подолання труднощів, участі та перемоги в змаганнях, розвивають командний дух, здатність до саморозвитку, а також аналітичні навички та адаптивність.

Отже, залучення учнівської молоді до занять бойовими мистецтвами, використання ефективних тренувань, що поступово ускладнюються, вимагаючи не лише фізичних, але й вольових зусиль для досягнення результатів сприяють формуванню вольових механізмів, які спонукають учнів до досягнення цілей, допомагають їм подолати труднощі, формуючи віру у власні сили та можливості через складну, багатогранну діяльність.

Висновки. Аналіз вітчизняних та зарубіжних наукових праць та практичного досвіду щодо впровадження елементів бойових мистецтв у освітній процес ЗЗСО з метою виховання морально-вольових якостей дозволяє узагальнити висновки щодо їхніх ресурсних можливостей. Так, заняття бойовими мистецтвами (а також впровадження окремих елементів бойових мистецтв на уроках фізичної культури у закладах освіти) та залучення учнівської молоді до тренувальних занять сприяє:

- вихованню важливих морально-вольових якостей (відповідальності, самовладання, рішучості, дисциплінованості, справедливості, впевненості, наполегливості тощо);
- перевірці власних сил та спроможностей, випробуванню можливостей, зміцненню організму, зростанню майстерності через докладання зусиль;
- напрацюванню навичок емоційного контролю, концентрації, зосередженості через аналіз власних емоційних станів;
- формуванню ціннісних ставлень (гідності, самоповаги, уважності та поваги до друзів, учасників змагань, суперників, тренерів, суддів);
- формуванню почуття емпатії, співпереживання, розумінню власних емоцій та почуттів інших;
- залученості до спільної діяльності, відповідальності за досягнення спільних результатів, розвиток навичок співпраці та ефективної взаємодії;
- напрацювання досвіду адаптивності, самоефективності, прийняття рішень, розвитку стратегічного та тактичного мислення;
- розвитку самодисциплінованості завдяки розкладу, регулярності та систематичності тренувань, розвитку навичок дотримання розпорядку дня та управління часом;

- послідовності, дотриманню зобов'язань та докладанню зусиль для досягнення поставлених цілей;
- формуванню навичок встановлення пріоритетності важливих справ (знаходження балансу між дозвіллям, навчанням, тренуваннями тощо);
- вихованню ціннісного ставлення до здоров'я, здорового способу життя;
- розвитку фізичних показників сили, швидкості, витривалості, спритності, гнучкості, координації;
- розширенню знань щодо впливів бойових мистецтв на становлення особистості та формування характеру;
- набуттю практичного досвіду для успішної тренувальної та змагальної діяльності.

Узагальнення практичного досвіду дозволяє зробити висновки, що залучення учнівської молоді до занять бойовими мистецтвами з метою виховання морально-вольових якостей залежить від ряду чинників:

- насичення занять когнітивним, ціннісним та діяльнісним компонентами (у процесі занять необхідно дотримуватися балансу між змістом, ціннісними установками та практичними видами діяльності, які дозволяють апробувати отримані знання та перевірити ціннісні установки у процесі практичної діяльності через використання прийомів, технік, вправ тощо);
- спрямованість видів діяльності на виховання морально-вольових якостей (дисциплінованості, рішучості, самовладання, волі, сміливості, рішучості, впевненості тощо);
- використання форм та методів, які створюють простір для прояву гідності, лідерських якостей, командної взаємодії;
- послідовність та систематичність тренувань, що формує мотивацію та стійкий інтерес учнівської молоді до занять бойовими мистецтвами, бажання оволодіти техніками та прийомами, досягати результатів, самовдосконалюватися;
- поступове нарощування загального обсягу тренувальної роботи (регулювання насиченості та складності тренувань, зокрема кількості тренувань з підвищеними навантаженнями), а також посилення психічної напруженості в процесі тренувань; введення додаткових засобів, які сприяють розвитку працездатності, вольовим проявам, впевненість у власних силах;
- залучення учнівської молоді до змагальної діяльності, що сприяє розвитку їхніх фізичних і морально-вольових якостей, дозволяє випробувати власні сили, оцінити початковий рівень спортивних результатів, а також перевірити готовність до взаємодії в умовах конкуренції та підвищеного психологічного тиску.

Таким чином, заняття бойовими мистецтвами та впровадження їх елементів на уроках фізичної культури у ЗЗСО мають комплексний вплив на виховання морально-вольових якостей, сприяючи фізичному, моральному та емоційному розвитку особистості.

Перспективи подальших досліджень. Подальші наукові пошуки будуть зосереджені на питаннях виховання морально-вольових якостей дітей та учнівської молоді через конкретизацію розроблення методичного інструментарію для окремих видів бойових мистецтв (дзюдо, айкідо, вільна боротьба).

Література

1.Buyuk, H., Ogulmuş, S., & Kapçi, E. G. Academic self-control scale for secondary school students: Validity and reliability study. Turkish Journal of Education. 2020. 9(4). 290-306. DOI:10.19128/turje.778117

2.Cho, Y. I., Kim, J. S., & Kim, J. O. Factors influencing adolescents' self-control according to family structure. Journal of Child and Family Studies. 2018. 27(11), 3520-3530. DOI: 10.1007/s10826-018-1175-4.

3.Cynarski W. J. Ideological conditioning of martial arts training. Physical Activity Review. 2018vol. 6. p. 14-21.

4.Howell J. The Influence of Sports on Personal Growth and Character Development. 2024. URL: https://www.jeffhowell.me/blog/the-influence-of-sports-on-personal-growth-and-character-development. Дата звернення: 22.07.2024 р.

5.Johnson J. A. From technique to way: an investigation into taekwondo's pedagogical process. Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology. 2016. vol. 17. no. 4. p. 3-13.

6.Kennett D. J., Keefer K. Impact of learned resourcefulness and theories of intelligence on academic achievement of university students: An integrated approach. Educational Psychology. 2006. vol. 26. p. 441–457. DOI:10.1080/01443410500342062

7.Бех І. Д. Особистість на шляху до духовних цінностей : монографія. Київ – Чернівці. Букрек. 2018. 320 с.

8.Дубовик Ю. М. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до формування морально-вольових якостей учнів основної школи. Дис. канд. пед. наук за спеціальністю 13.00.04 (01 – освіта/педагогіка). Харків. 2018. 267 с.

9.Історія дзюдо. URL: http://ippon.org.ua/judo/histori-judo. Дата звернення: 26.08.2024 р.

10. Ковальова Ю. Поетапність підготовки майбутнього вчителя фізичної культури до формування морально-вольових якостей у старшокласників. Pedagogika. Współczesne problemy i perspektywy rozwoju : Zbiór artykułów naukowych of Konferencji Miedzynarodowej NaukowoPraktycznej (Warszawa, 30.01.2017 – 31.01.2017). Warszawa. 2017. С. 79–82.

11. Кравченко Т. П., Троценко Т. Ю., Базилевич Н. О. Особливості виховання у студентської молоді морально-вольових якостей під час занять фізичною культурою. Молодий вчений. 2019. № 4. С. 12−16.

12. Остапенко О. І. Бойовий хортинг як засіб формування в школярів фізичних здібностей як основи тверезого способу життя в майбутній життєдіяльності. Теорія і методика хортингу: зб. наук. Праць. Київ. Паливода А. В. 2017. Вип. 8. С. 166-172.

Reference

1.Buyuk, H., Ogulmuş, S., & Kapçi, E. G. Academic self-control scale for secondary school students: Validity and reliability study. Turkish Journal of Education. 2020. 9(4). 290-306. DOI:10.19128/turje.778117

2.Cho, Y. I., Kim, J. S., & Kim, J. O. Factors influencing adolescents' self-control according to family structure. Journal of Child and Family Studies. 2018. 27(11), 3520-3530. DOI: 10.1007/s10826-018-1175-4.

3.Cynarski W. J. Ideological conditioning of martial arts training. Physical Activity Review. 2018vol. 6. p. 14-21.

4.Howell J. The Influence of Sports on Personal Growth and Character Development. 2024. URL: https://www.jeffhowell.me/blog/the-influence-of-sports-on-personal-growth-and-character-development. Data zvernennia: 22.07.2024 r.

5.Johnson J. A. From technique to way: an investigation into taekwondo's pedagogical process. Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology. 2016. vol. 17. no. 4. p. 3-13.

6.Kennett D. J., Keefer K. Impact of learned resourcefulness and theories of intelligence on academic achievement of university students: An integrated approach. Educational Psychology. 2006. vol. 26. r. 441–457. DOI:10.1080/01443410500342062

7.Bekh I. D. Osobystist na shliakhu do dukhovnykh tsinnostei : monohrafiia. Kyiv – Chernivtsi. Bukrek. 2018. 320 s.

8.Dubovyk Yu. M. Pidhotovka maibutnikh uchyteliv fizychnoi kultury do formuvannia moralno-volovykh yakostei uchniv osnovnoi shkoly. Dys. kand. ped. nauk za spetsialnistiu 13.00.04 (01 – osvita/pedahohika). Kharkiv. 2018. 267 s.

9.Istoriia dziudo. URL: http://ippon.org.ua/judo/histori-judo. Data zvernennia: 26.08.2024 r.

10. Kovalova Yu. Poetapnist pidhotovky maibutnoho vchytelia fizychnoi kultury do formuvannia moralno-volovykh yakostei u starshoklasnykiv. Pedagogika. Współczesne problemy i perspektywy rozwoju : Zbiór artykułów naukowych of Konferencji Miedzynarodowej NaukowoPraktycznej (Warszawa, 30.01.2017 – 31.01.2017). Warszawa. 2017. S. 79–82.

11. Kravchenko T. P., Trotsenko T. Yu., Bazylevych N. O. Osoblyvosti vykhovannia u studentskoi molodi moralno-volovykh yakostei pid chas zaniat fizychnoiu kulturoiu. Molodyi vchenyi. 2019. № 4. S. 12−16.

12. Ostapenko O. I. Boiovyi khortynh yak zasib formuvannia v shkoliariv fizychnykh zdibnostei yak osnovy tverezoho sposobu zhyttia v maibutnii zhyttiediialnosti. Teoriia i metodyka khortynhu: zb. nauk. Prats. Kyiv. Palyvoda A. V. 2017. Vyp. 8. S. 166-172.

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.9(182).14
УДК 616–089.5:616.366-02–089.12

Голод Н.Р.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри фізичної терапії та ерготерапії
Івано-Франківський національний медичний університет, м. Івано-Франківськ
ORCID ID: 0000-0003-0996-6920

ДИНАМІКА ТРИВОЖНОСТІ ОСІБ ІЗ ХРОНІЧНИМ КАЛЬКУЛЬОЗНИМ ХОЛЕЦИСТИТОМ ДО ТА ПІСЛЯ ХОЛЕЦИСТЕКТОМІЇ ПІД ВПЛИВОМ РЕАБІЛІТАЦІЙНОЇ ПРОГРАМИ В ГОСТРОМУ ПЕРІОДІ РЕАБІЛІТАЦІЇ

У дослідженні визначено динаміку рівня тривожності осіб до та після лапароскопічної холецистектомії (ЛХЦ) у гострому періоді реабілітації під впливом програми фізичної реабілітації. Методи дослідження. Залучено 120 осіб із хронічним калькульозним холециститом (ХКХ). Рівень тривожності оцінювали за допомогою заповнення опитувальників State-Trait Anxiety Inventory (STAI) – шкали тривожності Спілбергера: Шкалу особистісної тривожності (ОТ) та Шкалу ситуативної тривожності (СТ) двічі: перед ЛХЦ та в день виписки. Методи: рандомізації. жеребкування, засліплення дослідників, математичної статистики (t-критерій Стьюдента (значимість при p<0,05)). Особам груп А2, В2, С2 роздано інформаційні буклети з поясненням механізмів анестезії та особливостей хірургічної тактики при ЛХЦ та ін. Післяопераційний рівень СТ і ОТ знизився (p<0,05) у осіб, які мали програму фізичної реабілітації, з елементами ознайомлення осіб щодо особливостей методики анестезії та оперативного втручання, передопераційного навчання ранньої мобілізації, дихання та інших вправ. Програма фізичної реабілітації для осіб із ХКХ, яка включала елементи передопераційного освітнього навчання призводить зменшення (p<0,05) рівнів СТ і ОТ після ЛХЦ.

Ключові слова: *холецистектомія, фізична реабілітація, фізична терапія, реабілітація, постхолецистектомічний синдром, калькульозний холецистит, захворювання органів травлення, тривожність, депресія*

Golod N.R. Dynamics of anxiety individuals with chronic calculous cholecystitis before and after cholecystectomy under the influence of a rehabilitation program in the acute period of rehabilitation.

The study determined the dynamics of the level of anxiety of individuals before and after laparoscopic cholecystectomy (LCC) in the acute period of rehabilitation under the influence of a physical rehabilitation program. The study involved 120 people. Inclusion criteria: patients with chronic calculous cholecystitis (CCC). The level of anxiety was assessed using the State-Trait Anxiety Inventory (STAI) - Spielberger's anxiety scale, which contains the Personal Anxiety Scale (PAS) and the Situational Anxiety Scale (SAS). Methods of mathematical statistics: Student's t-test was used, the level of significance was determined at p<0.05 [1]. Information booklets explaining the mechanisms of anesthesia and the peculiarities of surgical tactics during cholecystectomy, etc. were distributed to the individuals of groups A2, B2, C2. Results of the study: Statistically, there was no difference between groups A1-A2, B1-B2, C1-C2 according to the results of PT (p>0.05). In groups A1-A2 of young people and in middle-aged patients B1-B2, PAS and SAS were of moderate degree, in groups C1-C2 of elderly people - of high (degree) due to anxiety and emotional stress of worries about the upcoming surgical intervention as a stress factor. Conclusions. The preoperative level of PAS and SAS in the groups of young and middle-aged people was moderate. In the groups of elderly people - high. The