

Маріупольський державний університет

ПРОГРОМАДСЬКИЙ ВЕКТОР УНІВЕРСИТЕТСЬКОЇ ОСВІТИ У ВИКЛИКАХ СЬОГОДЕННЯ

**Збірник матеріалів
Міжнародної науково-практичної
конференції**



Київ - 2025

Прогромадський вектор університетської освіти у викликах сьогодення: збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції, 24 квітня 2025 року / за заг. ред. О.А.Голюк. Маріуполь: МДУ, 2025. 401 с.

Редакційна колегія:

Блашкова О.М., кандидат педагогічних наук, в.о. завідувача кафедри практичної психології Маріупольського державного університету

Голюк О.А., кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри педагогіки та освіти Маріупольського державного університету

Грошовенко О.П., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки та освіти Маріупольського державного університету

Деснова І.С., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри практичної психології Маріупольського державного університету

Задорожна-Княгницька Л.В., доктор педагогічних наук, професор кафедри педагогіки та освіти, декан психолого-педагогічного факультету Маріупольського державного університету

Крутій К.Л., доктор педагогічних наук, професор кафедри дошкільної освіти Маріупольського державного університету

Мірошніченко В.М., доктор наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри педагогіки та освіти Маріупольського державного університету

Поповська О.А., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри дошкільної освіти Маріупольського державного університету

Присяжнюк Л.А., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки та освіти Маріупольського державного університету

Хаджинова І.В., старший викладач кафедри педагогіки та освіти Маріупольського державного університету

Рекомендовано до друку Вченою радою психолого-педагогічного факультету
Маріупольського державного університету
(протокол № 9 від 16 травня 2025 року)

Статті публікуються в авторській редакції



Мірошніченко В.М.,

доктор наук з фізичного виховання та спорту
доцент кафедри педагогіки та освіти
Маріупольський державний університет

ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЮНАКІВ ГІРСЬКИХ ТА НИЗИННИХ РАЙОНІВ

Відомо, що під впливом зовнішніх чинників, зокрема особливостей проживання в низинних та гірських районах, формується у мешканців певний фенотип. Так на осіб які мешкають у гірських районах впливають знижений атмосферний тиск, гіпоксія, більше виражені добові коливання температур, більша інтенсивність сонячної радіації, більші фізичні навантаження пов'язані з особливостями рельєфу. Усі ці чинники викликають певні адаптаційні зміни функції окремих органів і систем організму. Так L.G. Moore, S. Niermeyer, S. Zamudio [1] виявили у корінних мешканців гірських районів Анд, Гімалаїв та гірських районів Північної Америки меншу затримку внутрішньоутробного розвитку, збільшені об'єми легень, знижені альвеолярно-артеріальні градієнти дифузії кисню. Також автори виявили меншу схильність до хронічної гірської хвороби. Такі адаптаційні зміни вважаються позитивними. Слід зауважити, що саме функціональні можливості кардіореспіраторної системи є головним лімітуючим фактором, який визначає функціональну підготовленість людини, зокрема аеробну і анаеробну продуктивність організму [2, с. 196-223].

Разом з тим, інші дослідники вказують на негативний вплив проживання у гірській місцевості. Зокрема F. Ahmad et al. [3] підтверджують наявність схильності у мешканців гірських районів до хвороб, які не властиві для мешканців низинних районів.

На території України відсутні високогірні райони. Переважна більшість мешканців гірських районів Карпат проживає на висоті 800-1200 м над рівнем моря. За класифікацією такий рівень висот відповідає низькогір'ю. Вплив такої висоти на функціональну підготовленість людини не буде таким вираженим, як на мешканців високогірних районів [2, с. 324-326]. Разом з тим, специфіка проживання в горах на висоті 800-1200 м над рівнем моря може сформувати певний фенотип, у тому числі і за показниками анаеробної продуктивності. Тому важливо отримати інформацію стосовно відмінностей функціональної підготовленості осіб які мешкають у гірських та низинних районах.

Зважаючи на вищевикладене, метою дослідження було встановити особливості прояву показників функціональної підготовленості у юнаків які мешкають у низинних та гірських районах.

Дослідження проводили з юнаками 16-20 років. Оскільки у осіб які займалися спортом показники функціональної підготовленості ще тривалий час



залишаються на більш високому рівні, при відборі досліджуваних критерієм виключення був наявність досвіду спортивних тренувань.

Досліджували функціональну підготовленість за показниками анаеробної продуктивності організму. Ємність анаеробних лактатних процесів енергозабезпечення м'язової діяльності визначали за показником максимальної кількості зовнішньої механічної роботи за 1 хв (МКЗМР) [4, с. 41-42]. Потужність анаеробних лактатних процесів енергозабезпечення м'язової діяльності визначали за 30-секундним Вінгейтським анаеробним тестом ВАНТ 30 [4, с. 40-41]. Потужність анаеробних алактатних процесів енергозабезпечення м'язової діяльності визначали за 10-секундним Вінгейтським анаеробним тестом ВАНТ 10 [4, с. 40-41].

За результатами порівняльного аналізу встановлено, що за потужністю анаеробної алактатної системи енергозабезпечення м'язової діяльності (показник ВАНТ 10) із статистично значущою відмінністю на рівні ($p < 0,05$) переважають представники гірських районів.

Дослідження потужності анаеробної лактатної системи енергозабезпечення м'язової діяльності у юнаків гірських та низинних районів виявило схожі тенденції. За показником ВАНТ 30 юнаки гірських районів переважають із статистично значущою відмінністю на рівні ($p < 0,01$).

Протилежні результати отримані у результаті порівняльного аналізу показників ємності анаеробної лактатної системи енергозабезпечення м'язової діяльності. За показником МКЗМР встановлено перевагу юнаків низинних районів із статистично значущою відмінністю на рівні ($p < 0,01$).

Таким чином нами встановлено, що проживання у гірських районах Карпат формує певний фенотип за показниками анаеробної продуктивності у юнаків 16-20 років.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Moore LG, Niermeyer S, Zamudio S. Human adaptation to high altitude: regional and life-cycle perspectives. *Am J Phys Anthropol*, 1998. № 27. P. 25-64.
2. Kenney LW, Wilmore JH, Costill DL. *Physiology of Sport and Exercise*. Human Kinetics, 2019. 648 p.
3. Ahmad F, Sharma N. High Altitude and its Illness. *Med J Armed Forces India*, 2005. 61(3)307. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27407792/> (дата звернення 31.03.2025)
4. Фурман Ю.М., Мірошніченко В.М., Драчук С.П. Перспективні моделі фізкультурно-оздоровчих технологій у фізичному вихованні студентів вищих навчальних закладів – К.: НУФВСУ, вид-во «Олімп. л-ра», 2013. 184 с.