



ВИКОРИСТАННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ТЕСТІВ ДЛЯ ОЦІНКИ АДАПТАЦІЇ ТА ПСИХОФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ У ПОЛЬСЬКО – УКРАЇНСЬКОМУ ЦЕНТРІ МЕГУ

Петрук Ігор

*старший викладач кафедри здоров'я людини та фізичної терапії
Приватний вищий навчальний заклад
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет
імені академіка Степана Дем'янчука»,
лікар спортивної медицини
м. Рівне, Україна*

Значна кількість осіб потребують адаптації до умов що створилися внаслідок війни на території України. Зокрема, необхідно враховувати вплив несприятливих факторів на різні аспекти життя, такі як фізичне та психічне здоров'я, соціальна взаємодія та якість життя.

Актуальний напрямок досліджень на сьогодні - вивчення впливу адаптивних спортивних ігор на соціальну адаптацію, психофізичний розвиток соціально незахищених верств населення, таких як внутрішньо переміщені особи. Важливу роль у оцінці результатів занять з такими категоріями населення відіграють і функціональні тести.

Функціональні тести допомагають зосередити увагу обстеження на певній системі, області тіла або функції [2, с. 1792]. Важливо звертати увагу на показники надійності, достовірності і специфічності тестів. Вони повинні демонструвати постійний стабільний результат, правильність та специфічність щодо тієї структури чи функції, яка має бути протестована [3, 1547].

Дослідження впливу адаптивних спортивних ігор на організм людини проводилося у Польсько- Українському Адаптаційному Центрі Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука, який функціонує відповідно до міжнародної програми RITA – зміни в регіоні „Ерготерапія засобами адаптивних ігор”. Вивчався вплив таких адаптаційних ігор, як Джаколо, Кульбутто, Еластик, Пака-Лака, Корнхол. Крім анкетування за шкалою Лайкерта та спостереження для оцінки адаптації до занять, розвитку функцій організму використовувалися і спеціальні функціональні тести „Гніздування/бічне відокремлення” та тест „Рух по траєкторії зірки”(Y-тест).

Функціональна оцінка дрібної моторики „Гніздування/бічне відокремлення” полягала у визначенні правильності та швидкості виконання завдань:

- збирання та закріплення кількох дрібних предметів (5 монет) на долоні, використовуючи для збирання великий і вказівний палець, а для утримання середній палець, безіменний палець і мізинець
- виймання дрібних предметів (5 монет) по одному з долоні та складання їх у скарбничку за допомогою великого і вказівного пальця.



Тест функціональної оцінки дрібної моторики «Гніздування/бічне відокремлення» показав статистично достовірну динаміку покращення показників швидкості і правильності виконання завдань

Y- тест (YBT) використовувався для оцінки пропріоцепції і балансу. Його також успішно використовують для прогнозування ризику отримання травм. Використовувалися три різні напрямки „ складової дистанції досяжності” з визначенням середньої відстані у кожному напрямку та норми відстані у відсотках (середня відстань у кожному з напрямків/довжина ноги \times 100).

Y- balance test для нижніх кінцівок (LQYBT) був ретельно досліджений, адже його протокол/технологія роботи базується на дослідженні проведеному в тесті The Star Excursion Balance Test [1, с.357].

За Y-тестом проводилось дослідження відвідувачів, що займалися грою Корнхол і її модифікованою версією розробленою в адаптаційному центрі. Стандартний варіант полягав у тому, щоб потрапити мішечками з кукурудзи в отвір на дерев'яній поверхні з певної відстані та нарахуванням оціночних балів. У авторському модифікованому варіанті гри Корнхол до правил стандартного варіанту гри вносились доповнення за яким гравець, який кидає мішечок стає стопами ніг на масажний балансувальний диск. Отримано статистично достовірне покращення показників пропріоцепції і балансу у порівнянні з початковим дослідженням у відвідувачів, які займалися модифікованою версією гри Корнхол.

Використання функціональних тестів на заняттях в адаптаційних центрах доповнює результати оцінки адаптації та психофізичного розвитку їх відвідувачів та має практичне значення для роботи фахівців цих центрів.

Перспективи подальших досліджень полягають у використанні та розробці додаткових спеціальних тестів на дрібну моторику, пропріоцепцію та баланс, здійсненні аналізу результатів тестувань, зокрема модифікованої авторської версії гри Корнхол, за більш тривалий період, вивченні впливу використання адаптивних спортивних ігор у фізичній терапії після офіційного завершення традиційної реабілітації.

ЛІТЕРАТУРА

1. Gribble P.A., Hertel J., Plisky P. Using the Star Excursion Balance Test to assess dynamic postural-control deficits and out-comes in lower extremity injury: A literature and systematic review. *J. Athl. Train.* 2012; 47:339–357. doi: 10.4085/1062-6050-47.3.08.
2. “ Guide to Evidence-Based Physical Therapy Practice ”, 4-th Edition. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 51.8 (2019): 1792-1792.
3. Fritz JM, Wainner RS. Examining diagnostic tests: an evidence-based perspective. *Phys Ther.* 2001; 1546-1564.