



DOI: 10.31636/pmjuat.1.34815

## Факторна структура фізичної та функціональної підготовленості студентів з порушенням постави

<sup>1</sup>Куц-Бурдейна О. О., <sup>2</sup>Рудий Ю. Й., <sup>2</sup>Марчук О. В., <sup>2</sup>Лученко Я. В.

<sup>1</sup> Вінницький соціально-економічний інститут Університету «Україна», м. Вінниця, Україна

<sup>2</sup> Вінницький національний медичний університет ім. М. І. Пирогова, м. Вінниця, Україна

**Актуальність.** Порушення постави є одним із чинників, який негативно впливає на функціональні можливості організму, а також сприяє виникненню деяких хронічних захворювань. Розповсюдженість порушень постави у студентів зумовлена складністю організації роботи, відсутністю оптимальних методик фізичного виховання у закладах вищої освіти та низькою мотивацією молоді до занять фізичною культурою.

**Мета дослідження:** дослідити факторну структуру функціональної підготовленості студентів-юнаків з порушенням постави.

**Матеріали та методи дослідження.** Обстежено 108 юнаків віком від 17 до 21 року з порушенням постави. При проведенні факторного аналізу використовувалась закрита модель методу головних компонентів. Ротацію референтних осей здійснено за допомогою Веримакс-критерію.

**Результати дослідження та їх обговорення.** У студентів з порушенням постави показники фізичної та функціональної підготовленості виявилися вірогідно гіршими, ніж у студентів з нормальною поставою. Результати факторизації показників підготовленості юнаків з порушенням та без порушення постави вказують на високий кореляційний зв'язок між фізичною та функціональною підготовленістю. У студентів з порушенням постави вправи повинні спрямовуватись на розвиток витривалості – близько 35%; вправи для вдосконалення анаеробних можливостей – близь-

ко 27%. Зважаючи на досить високу дисперсію (11%) від загальної вибірки силових статичної витривалості м'язів, які підтримують поставу, необхідно включати в програму навантажень вправи для підвищення тонуру постуральних м'язів; вправи для розвитку силових статичної витривалості м'язів спини та сідничних м'язів мають складати близько 23%.

**Висновки.** Порушення постави є досить поширеною патологією, яка зустрічається у студентів вищих навчальних закладів і негативно впливає на їх фізичну та функціональну підготовленість. Отримані результати факторного аналізу дозволяють розробити програму занять з фізичного виховання, які матимуть безпосередній вплив на показники фізичної працездатності, максимального споживання кисню та анаеробних можливостей організму для забезпечення ефективності процесу занять фізичними вправами.

**Перспективи подальших досліджень.** Планується дослідження факторної структури фізичної та функціональної підготовленості студентів з різними типами постави.

**Ключові слова:** факторна структура, порушення постави, студенти.

**Конфлікт інтересів:** значимість факторів у структурі відображає необхідність удосконалення фізичної та функціональної підготовленості студентської молоді з порушенням постави, однак відсотковий внесок показників потребує диференційованого підходу.

