

Булєєв М.В.

студент 3 курсу факультету фізичного виховання
Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів
ORCID: 0000-0001-5831-7076

Ткаченко С.В.

кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри спорту
Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів
ORCID: 0000-0002-8930-9850

Жара Г.І.

доктор педагогічних наук, доцент,
професор кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту
Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів
ORCID: 0000-0002-8092-542X

ЗАПОБІГАННЯ ТРАВМАТИЗМУ В ДЗЮДО ЯК ОЗНАКА ПРОФЕСІОНАЛІЗМУ ТРЕНЕРА-ВИКЛАДАЧА

Під час занять дзюдо проблема травматизму залишається нагально актуальною, оскільки цей вид спорту передбачає велику кількість складнокоординованих рухів, кидків, підніжок тощо. Внаслідок отриманих травм знижується рівень досягнень спортсмена, а у спортсменів-початківців часто виникає демотивація до занять. **Мета** статті полягає у визначенні причин травматизму і виявленні факторів ризику, що призводять до травматизму під час занять дзюдо, а також пошуку ефективних профілактичних заходів, механізмів запобігання травматизму. Завдання дослідження обумовлені поставленою метою: з'ясувати основні види травм у спортивній боротьбі, дослідити причини травматизму на заняттях з дзюдо, визначити способи та засоби уникнення травм на тренуваннях, встановити роль тренера-викладача у запобіганні травматизму. **Методологія.** Для вирішення завдань дослідження використано теоретичний аналіз та узагальнення даних вітчизняних та зарубіжних літературних джерел; опитування тренерів; узагальнення експериментальних даних. Наукова новизна статті полягає у тому, що подальшого розвитку набули знання про причини виникнення травм під час занять дзюдо та окреслено напрямки запобігання травматизму під час тренувального процесу. У статті опрацьовані дані наукових досліджень таких видатних науковців, як В.Н. Платонов, А.Д. Новиков, О.С. Микитчик та ін. щодо аспектів травматизму під час тренувального процесу в дзюдо. Продемонстровані види травм, причини, механізми та способи профілактики травматизму. **Висновки.** У роботі на основі аналізу спеціалізованої літератури та опитування тренерів СК «Сівер» з дзюдо та самбо класифіковано основні види травм, які зустрічаються у спортсменів на тренуваннях; узагальнено причини їх виникнення; ранжовано способи запобігання травматизму під час тренувального процесу за ефективністю. Низький рівень травмувань спортсменів є ознакою професіоналізму тренера-викладача.

Ключові слова: дзюдо, травматизм, спортсмени, тренувальний процес, професійність, профілактика.

Bulieiev M., Tkachenko S., Zhara H. Prevention of judo injury as a sign of professionalism of coach-teacher.

The problem of injuries during judo classes remains urgent, as this sport involves a large number of complex movements, throws, footboards, et. Injuries cause reducing the level of athletes' achievements, and novice athletes often have demotivation to exercise because of them. **The purpose** of the article is to determine the causes of injuries and identify risk factors that lead to injuries during judo classes, as well as to find effective preventive measures, mechanisms to prevent injuries. The objectives of the study are to determine the main types of injuries in wrestling, to investigate the causes of injuries in judo, to identify ways and means to avoid injuries in training, to establish the role of coach-teacher in injury prevention. **Methodology.** Theoretical analysis and generalization of data from domestic and foreign literature sources; survey of trainers; generalization of experimental data were used to solve the research tasks. **The scientific novelty** of the article is that the knowledge about the causes of injuries during judo classes was further developed and the directions of injury prevention during the training process were outlined. The article deals with the data of scientific researches of such outstanding scientists as V.N. Platonov, A.D. Novikov, O.S. Mykytchuk and others on aspects of injuries during the training process in judo. Types of injuries, causes, mechanisms and methods of injury prevention are established. **Conclusions.** In the work on the basis of the analysis of the specialized literature and trainers poll of Sport Club "Siver" on judo and sambo the main types of injuries which meet at sportsmen on trainings are classified; the reasons of their occurrence are generalized; ranked ways to prevent injuries during the training process by effectiveness. The low level of injuries of athletes is a sign of professionalism of the coach-teacher.

Key words: judo, injuries, athletes, training process, professionalism, prevention.

Постановка проблеми. Сучасний рівень розвитку спорту висуває підвищені вимоги до підготовки спортсменів. У дзюдо, яке є одним із популярних видів спорту, усе більше сил приділяється пошуку засобів і методів підвищення інтенсифікації тренувального процесу. Успішне вирішення цього завдання багато у чому залежить від правильної організації спортивного тренування з етапу початкової підготовки. Як і в будь-якому іншому виді единоборств, у дзюдо велике значення має правильна організація заняття із дотриманням техніки безпеки. Тренеру необхідно стежити на заняттях як за функціональним станом спортсменів, так і за справністю обладнання й за багатьма іншими факторами, що впливають на навчально-тренувальний процес. Натомість проблема травматизму під час занять дзюдо залишається нагально актуальною, оскільки цей вид спорту передбачає велику кількість складно координованих рухів, кидків, підніжок тощо. Отримані травми знижують рівень тренувальних досягнень спортсмена, а спортсменів-початківців часто навіть демотивують до занять. Отже, дослідження травматизму у дзюдо та виявлення факторів ризику, які його спричиняють, вимагають пошуку ефективних профілактичних стратегій.

Мета статті полягає у визначенні причин травматизму та виявленні факторів ризику, що призводять до травматизму, під час занять дзюдо та пошуку ефективних профілактичних заходів, механізмів запобігання травматизму. Завдання дослідження обумовлені поставленою метою: з'ясувати основні види травм у спортивній боротьбі, дослідити причини травматизму на заняттях з дзюдо, визначити способи та засоби уникнення травм на тренуваннях, встановити роль тренера-викладача у запобіганні травматизму.

Методи дослідження. Для вирішення завдань дослідження використано теоретичний аналіз та узагальнення даних вітчизняних та зарубіжних літературних джерел; опитування тренерів; узагальнення експериментальних даних.

Наукова новизна статті полягає в тому, що подальшого розвитку набули знання про причини виникнення травм під час занять дзюдо та окреслено напрями запобігання травматизму під час тренувального процесу.

Виклад основного матеріалу. Для успішної реалізації профілактичних заходів необхідно мати чітке уявлення про види травм, причини та умови їх виникнення. При опрацюванні спеціалізованої літератури за темою дослідження встановлено:

– Платонов В. М. (2006) у практиці спортивної боротьби дзюдо виділяє такі різновиди травм: травми верхнього відділу хребтового стовпа; травми кульшового суглоба; травми колінних суглобів, (пошкодження менісків – до 40-45 % усієї патології); перенапруження міокарда; ушкодження м'язів (трапецієподібний м'яз, грудні м'язи, дельтоподібний, надостьовий м'яз, двоголовий м'яз плеча) [5];

– Шандригось В. І., Латишев С. В. (2014), у свою чергу, виділяють як такі, що найчастіше трапляються: травми ліктьових і плечових суглобів, вивихи плеча та передпліччя, переломи ключиці, розриви м'язів верхньої кінцівки в ділянці надпліччя, пошкодження пучків волокон м'язів спини і шиї, забої грудної клітки, травми колінного суглоба, переломи ребер, травми вуха [8];

– Лучко О., Альнікіна О. (2011), як основні види травм у спортсменів-борців називають: струси мозку, різні травми голови (удари, подряпини, переломи хрящів вух, переломи та вивихи щелепи, переломи носа), перелом кінцівок різного ступеня (плеча, передпліччя, пальців рук, ніг), розтягування і вивихи різного ступеня (вивихи у суглобах пальців рук і ніг, розтягування зв'язок, розриви сухожилків і суглобових сумок) [1];

– Микитчик О. С. (2015) серед травм під час занять спортивною боротьбою та дзюдо вказує: струси головного мозку, вушні гематоми, травми обличчя поблизу ока, травми плечових суглобів, спондильоз, бурсит надколінка; травми колатеральної зв'язки, травми передньої таранно-малогомілкової зв'язки, дерматологічні хвороби та інше [3].

За даними науковців з Австрії, Сербії, Польщі, Бразилії, Іспанії, Франції, Великобританії (Росессо, Ruedl, Stankovic, Sterkovic, Del Vecchio, Gutiérrez-García, Rousseau, Wolf, Kopp, Miarka, Menz, Krüsmann, Calmet, Malliaropoulos, & Burtscher, 2013), локалізація травм переважно залежить від віку спортсменів та стажу занять дзюдо. Так, у дзюдоїстів високого класу переважають вивихи та розтягнення зв'язок, а у спортсменів-початківців – переломи верхніх кінцівок [10].

Серед усіх основних причин травм можна виокремити дві основні групи: причини зовнішнього і внутрішнього характеру (рис. 1).

Конкретизуємо деякі фактори, що спричиняють травматизм. До недосконалості в організації та методиці проведення занять належать: нераціонально складений розклад і перевантаження місць занять тими, хто займається; допуск спортсменів до занять і змагань без

спеціального медичного огляду; допуск до участі у спортивних змаганнях учасників, які не пройшли необхідну попередню підготовку; недостатня розминка перед виконанням вправ і недотримання правил поступовості підвищення навантаження; недостатні індивідуальні можливості учнів [2].

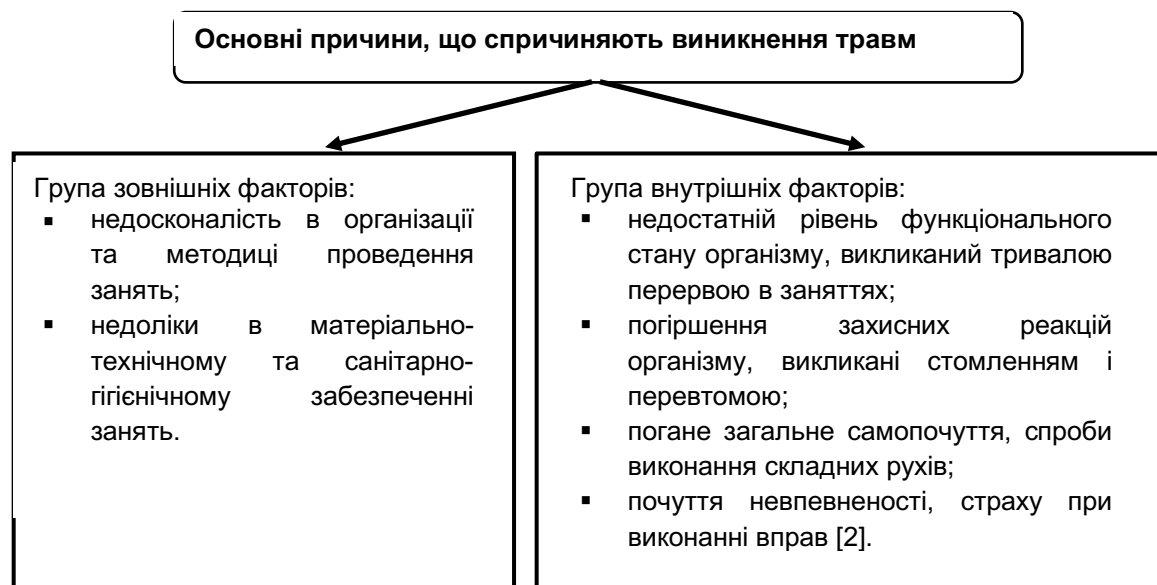


Рис. 1. Основні причини, що спричиняють виникнення травм.

Одним з факторів, що викликає ускладнення, є перевантаження дітей в закладах загальної середньої освіти та позаурочними заняттями, де у початкових класах буває по 5-6 уроків, а в старших класах – по 7-9 уроків; велика кількість домашніх завдань, заняття з репетиторами. Це виснажує дітей як фізично, так і психологічно. Це варто обов'язково враховувати тренерам при плануванні навантажень.

В. Тищенко та Л. Мезенцева (2012) зазначають, що недооцінка розминки, застосування в кінці занять дуже важких, технічно складних елементів, відсутність страхування і самострахування або неправильне їх застосування під час виконання кидків, є причинами виникнення травм [6].

До недоліків у матеріально-технічному та санітарно-гігієнічному забезпеченні занять можна віднести: санітарно-гігієнічний стан місць занять; несправність обладнання, спортивних снарядів, інвентарю; незадовільний стан одягу, недостатність освітлення, вентиляції, неправильний температурний режим у спортивному залі; несприятливі метеорологічні умови під час занять на відкритих майданчиках (висока або низька температура повітря, вітер, атмосферні опади), незадовільний стан покриття; недисциплінованість на тренуванні; виконання вправ без дозволу тренера; спроби самостійно виконати незнайому або складну і недостатньо освоєну вправу; виконання вправ без страховки або з порушенням правил страховки; занадто близьке розташування учнів, які виконують вправу.

Педагог-тренер не повинен залишати без уваги будь-яке порушення дисципліни. Недисциплінованість спортсменів може проявлятися у вигляді емоційних зривів, викликаних труднощами вивчення вправи, порушення методики навчання, стомленням, відсутністю індивідуального підходу з боку тренера, у порушенні правил поведінки на заняттях і змаганнях, недостатньої вихованості учнів. Тренерові потрібно роз'яснювати значення дисципліни, як на заняттях, так і на змаганнях. Систематична виховна робота не тільки попереджає травматизм, а й формує свідоме й активне ставлення до занять, підвищує якість навчально-тренувального процесу.

Незадовільний стан місць занять, інвентарю та обладнання, тобто невідповідність вимогам, що пред'являються до проведення занять: малі розміри залу, нерівність підлоги, несправність снарядів, матів та іншого обладнання, а також їх недбала експлуатація. Необхідно стежити за справністю металевих кріплень, які часто виходять з ладу, ретельно перевіряти правильність установки і кріплення снарядів, укладання матів. Для усунення цих причин необхідна регулярна перевірка стану залу, якості інвентарю та обладнання, своєчасне усунення несправності приладів, що також входить до обов'язків тренера.

Недоліки медичного контролю за фізичним станом учнів проявляються у несвоєчасному і недостатньо ретельному огляді; недотриманні рекомендацій спортивного лікаря; перенапруженні під час занять в результаті зневажливого ставлення до індивідуального

дозування навантаження з урахуванням стану здоров'я, рівня фізичної працездатності; порушенні режиму сну, харчування. Для усунення цих причин необхідно суворе дотримання вимог лікарського контролю за станом учнів з боку медичних працівників, батьків юних спортсменів, а також тренерів. На необхідності тісної співпраці тренера і медичних працівників задля відвернення травматизму наголошують О. О. Панасюк, В. Д. Базюк, О. В. Гребік [4].

У системі засобів профілактики та попередження травматизму на заняттях фізичними вправами важливе місце посідає освоєння і вміле використання прийомів страхівки і самостраховки при їх виконанні. Кількість і специфічні особливості таких прийомів зумовлюються специфікою структури, ступенем складності техніки рухів, рівнем технічної та фізичної підготовленості учнів. Тому навіть при виконанні однієї і тієї ж вправи ці прийоми можуть бути різними [9].

Добре продумана, чітко спланована й добре організована робота тренером-викладачем з профілактики травм може призвести до позитивних змін у вирішенні цього питання. Ефективна профілактика вимагає розуміння функціональної анатомії; необхідно також враховувати вплив надмірних навантажень і порядок їх розподілу під час заняття; крім того, слід знати механізми виникнення травм та біохімічні реакції тканин організму [7].

Для порівняння отриманих результатів під час опрацювання літератури було проведено опитування тренерів спортивного клубу дзюдо та самбо «Сівер». На 4 поставлені питання було отримано такі відповіді тренерів з дзюдо.

Президент СК «Сівер» Бурнацев Ю. С., тренер з дзюдо Чернігівської обласної ШВСМ.

1. Як часто травмуються спортсмени на ваших заняттях?

– На заняттях серйозні травми трапляються не часто (2-3 страхових випадки за рік). Дрібні травми в групі з 10-15 учнів трапляються частіше (2-3 рази на тиждень).

2. Які травми зустрічаються найчастіше на заняттях з дзюдо?

– Найчастіше садні, забої, розтягнення. Страждають в основному пальці верхніх і нижніх кінцівок, лікті, коліна, гомілковостопні суглоби, трапляються розтягування кисті, різноманітні вивихи. До переломів схильні ключиці, також фаланги пальців, рідше – променеві кістки.

3. З яких причин спортсмени отримують травми?

– Серед основних причин – недостатній рівень підтримки дисципліни, порушення методики підготовки спортсменів до тренувань, порушення правил техніки безпеки.

4. Які заходи Ви вживаєте для того, щоб на тренуваннях було менше травм?

– Я, як тренер, чітко ставлю завдання тренування на заняттях; підтримую дисципліну в групі, постійно приділяю увагу повторенню технік падіння (самострахування) і зміцненню опорно-рухового апарату.

Внуков В. М. тренер-викладач з боротьби самбо, дзюдо КПНЗ ДЮСШ «Україна» ЧМР.

1. Як часто травмуються спортсмени на ваших заняттях?

– Не часто. Приблизно 10% спортсменів на рік отримують якусь більш-менш серйозну травму.

2. Які травми зустрічаються найчастіше на заняттях з дзюдо?

– Різноманітні забої, садна, вивихи, переломи пальців рук і ніг. Рідше бувають перелом зап'ястка, перелом ліктьового суглобу, переломи ключиці зі зміщенням.

3. З яких причин спортсмени отримують травми?

– Найчастіше це неправильне виконання самостраховок при падінні; а також швидке анатомічне зростання кісток у юнаків 14-16 років, внаслідок чого м'язово-сухожилковий апарат не встигає стабілізувати кісткові структури, що підвищує ризик травматизму.

4. Які заходи Ви вживаєте для того, щоб на тренуваннях було менше травм?

– Ми з учнями якісно і дуже багато відпрацьовуємо самостраховки всіх видів, виконуємо вправи для розвитку м'язової маси тіла.

Порівнявши літературні дані та результати опитування, слід зазначити, що відповіді тренерів-практиків ілюструють дані, наведені в спеціальній літературі. При порівнянні та узагальненні співпали:

– види травм, а саме: садна, вивихи, забої, травми опорно рухового апарату;

– причини травмування: неправильне виконання самостраховки, порушення техніки безпеки на заняттях;

– засоби зменшення травматизму: повторення й дотримання техніки самостраховки.

Для профілактики спортивного травматизму тренери-викладачі повинні суворо дотримуватись правил раціональної методики навчання й тренування, враховувати індивідуальні особливості учнів, забезпечувати необхідну страховку при виконанні вправ, навчати учнів правилам страхівки та самостраховки.

Висновки. У роботі на основі аналізу спеціалізованої літератури та опитування тренерів СК «Сівер» з дзюдо та самбо з'ясовано основні види травм, які зустрічаються у спортсменів на

тренуваннях; причини їх виникнення; загальні способи запобігання травматизму, які слід використовувати на тренуваннях. Низький рівень травмувань учнів свідчить про професіоналізм тренера-викладача та є його відмінною ознакою. **Подальші дослідження** у цьому напрямі будуть спрямовані на знаходження ефективних способів безпечного навчання новим технічним діям з урахуванням ризику травмування, що допоможе знайти дієві засоби профілактики та реабілітації вже наявних у спортсменів травм, урізноманітнювати форми організації тренувань, удосконалювати спортивне обладнання та інвентар.

Список використаних джерел

1. Лучко О., Альнікіна О. Травматизм у спортивних єдиноборствах. *Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура*. 2011. Випуск 14, С. 96–101.
2. Матвеев Л. П. Теория и методика физического воспитания. М.: Физкультура и спорт, 1991. 540 с.
3. Микитчик О. С. Рекомендації з техніки безпеки під час занять різними видами спорту : навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту. Дніпропетровськ : «Вета», 2015. 111 с.
4. Панасюк О. О., Базюк В. Д., Гребік О. В. Профілактика травматизму у процесі занять фізичним вихованням студентської молоді. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія: педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. 2016. 136. 160–163.
5. Платонов В. Н. Травматизм в спорте: проблемы и перспективы их решения. Спорт. медицина. 2006. № 1. С. 54–77.
6. Тищенко В., Мезенцева Л. Типові травми під час занять спортивними єдиноборствами: ознаки та перша допомога. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2012. № 3. С. 96–100.
7. Ткаченко С. В. Здоров'язбережувальна діяльність викладача під час занять спортивною боротьбою: Навчальний посібник для студентів педагогічних вузів спеціальності 7.010201 – фізичне виховання. Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет, 2013. 76 с.
8. Шандригось В., Латишев С. Травматизм та його профілактика у спортивній боротьбі. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2014. № 18(2). С. 228–233.
9. Шулика Ю. А., Коблев Я. К., Схаляхо Ю. М., Подоруев Ю. В. Дзюдо. Базовая технико-тактическая подготовка для начинающих. Ростов-на-Дону : Феникс, 2006. 543 с.
10. Посецо, Е., Ruedl, G., Stankovic, N., Sterkowicz, S., Del Vecchio, F., Gutiérrez-García, C., Rousseau, R., Wolf, M., Kopp, M., Miarka, B., Menz, V., Krüsmann, P., Calmet, M., Malliaropoulos, N., & Burtscher, M. Injuries in judo: A systematic literature review including suggestions for prevention. *British Journal of Sports Medicine*. 2013. 47, 1139–1143. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2013-092886>

References

1. Luchko, O., Alnikina, O. (2011). Travyatyzm u sportyvnykh yedynoborstvakh [Injuries in combat sports]. *Visnyk Prykarpatskoho universytetu. Fizychna kultura – Bulletin of the Precarpathian University. Physical Education*, 14, 96–101.
2. Matveev, L. P. (1991). Teoryia y metodyka fizycheskoho vospytanyia [Theory and methods of physical education]. Moscow: Fyzkultura i sport. 540.
3. Mykytchuk, O. S. (2015). Rekomendatsii z tekhniky bezpeky pid chas zaniat riznymy vydamy sportu [Recommendations from the safety technique for an hour to take up different sports]. Navch. posibnyk dlia studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv fizychnoi kultury i sportu. Dnipropetrovsk : «Veta». 111.
4. Panasiuk, O. O., Baziuk, V. D., Hrebik, O. V. (2016). Profilaktyka travmatyzmu u protsesi zaniat fizychnym vykhovanniam studentskoi molodi [Prevention of injuries in the process of engaging in physical development of student youth]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T. H. Shevchenka. (Serii: pedahohichni nauky. Fizychno vykhovannia ta sport) – Bulletin of the T.H. Shevchenko National Pedagogical University of Chernihiv*, 136, 160–163.
5. Platonov, V. N. (2006). Travyatyzm v sporte: problemy i perspektyvy ykh reshenyia [Injuries in sports: problems and prospects for their solution]. *Sport. medytyna – Sport Medicine*, 1, 54–77.
6. Tyshchenko, V., Mezentseva, L. (2012). Typovi travmy pid chas zaniat sportyvnyimi yedynoborstvami: oznaky ta persha dopomoha [Typical injuries for an hour to take up martial arts: signs that first help]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu – Theory and methods of physical education and sports*, 3, 96–100.
7. Tkachenko, S. V. (2013). Zdrov'iazberezhuvalna diialnist vykladacha pid chas zaniat sportyvnoiu borotboiu [Health-saving activity of a teacher during wrestling]: A manual for students of speciality 7.010201 – physical education. Chernihiv: Chernihivskiy natsionalnyi pedahohichniy universytet. 76.
8. Shandryhos, V., Latyshev, S. (2014). Travyatyzm ta yoho profilaktyka u sportyvni borotbi [Injuries and yoga prevention in sports wrestling]. *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii – Physical culture, sports and health of the nation*, 18(2), 228–233.
9. Shulyka, Yu. A., Koblev, Ya. K., Skhaliakho, Yu. M., Podoruiev, Yu. V. (2006). Dziudo. Bazovaia tekhniko-taktycheskaia podhotovka dlia nachynaiushchykh [Judo. Basic technical and tactical training for beginners]. Rostov-na-Donu:

Fenyks. 543.

10. Posocco, E., Ruedl, G., Stankovic, N., Sterkowicz, S., Del Vecchio, F., Gutiérrez-García, C., Rousseau, R., Wolf, M., Kopp, M., Miarka, B., Menz, V., Krüsmann, P., Calmet, M., Malliaropoulos, N., & Burtcher, M. (2013). Injuries in judo: A systematic literature review including suggestions for prevention. *British Journal of Sports Medicine*, 47, 1139–1143. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2013-092886>

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.3K(147).15

УДК 373:61

Васильчук Г.В.

аспірант кафедри теорії та методики фізичного виховання
факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Національного педагогічного
університету імені М.П. Драгоманова, м. Київ
ORCID: 0000-0002-5817-2820

Редькіна М.А.

кандидат педагогічних наук,
старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Національного педагогічного
університету імені М.П. Драгоманова, м. Київ
ORCID: 0000-0002-2474-1001

Малечко Т.А.

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання
факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Національного педагогічного
університету імені М.П. Драгоманова, м. Київ
ORCID: 0000-0001-9430-6745

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ РУХІВ В УЧЕНИЦЬ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ З ПОРУШЕННЯМИ ПОСТАВИ

Мета роботи: визначити сучасні підходи до формування культури рухів в учениць основної школи на уроках фізичної культури, враховуючи порушення постави. **Методологія:** аналіз і узагальнення методологічної, психолого-педагогічної та навчально-методичної літератури, що дали можливість вивчити сучасні підходи до формування культури рухів учениць з порушеннями постави на уроках фізичної культури, систематизувати та узагальнити інформацію про досліджуваний об'єкт. **Наукова новизна:** розглянуто трактування фахівцями культури рухів та її складових у спеціальних джерелах, визначено її роль у загальній системі цінностей особистості дівчат закладів загальної середньої освіти, які мають порушення опорно-рухового апарату. Виявлено низку найбільш значущих для них мотивів на заняттях фізичною культурою. У результаті дослідження визначено основні компоненти формування культури рухів. **Висновки:** таким чином, в ході дослідження встановлено, що культура рухів є важливою складовою загальної культури особистості, а її формування – невід'ємним компонентом виховання інтелігентної людини та найбільш привабливим мотивом для занять фізичною культурою учениць з порушеннями постави. Крім того, культура рухів – це показник виконавської майстерності, а її основними компонентами є: зовнішній вигляд і манера триматися, пластичність, амплітуда рухів, чистота виконання, узгодженість рухів різними частинами тіла, гармонійність поєднання рухів з музикою та їх виразність. У формуванні культури рухів найбільш ефективними вважаються гімнастичні засоби: художня гімнастика, спортивна гімнастика, спортивна аеробіка, ритмічна гімнастика та методичні прийоми, що потребують творчого, неординарного підходу і при цьому, врахування особливостей порушень постави.

Ключові слова: культура рухів, фізичні вправи, учениці закладів загальної середньої освіти, порушення постави.

Vasilchuk G., Redkina M., Malechko T. Modern approaches to the formation of the culture of movements in primary school students with positional disorders. Purpose: to identify modern approaches to the formation of movement culture in primary school students in physical education lessons, taking into account posture disorders. **Methodology:** analysis and generalization of methodological, psychological-pedagogical and educational-methodical literature, which gave the opportunity to study modern approaches to the formation of culture of movements of students with postural disorders in physical education lessons, systematize and summarize information about the object. **Scientific novelty:** the article considers the interpretation of movement culture and its components in special literature, as well as