

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПРОБЛЕМ ВИХОВАННЯ НАПН УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКА НАЦІОНАЛЬНА ФЕДЕРАЦІЯ ХОРТИНГУ

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ХОРТИНГУ

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

Випуск 7



НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПРОБЛЕМ ВИХОВАННЯ НАПН УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКА НАЦІОНАЛЬНА ФЕДЕРАЦІЯ ХОРТИНГУ

ISSN 2410-5317

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ХОРТИНГУ

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

Засновано в 2014 р.

Випуск 7



Київ
Видавець Паливода А. В.
2017

УДК 37.02 : 796.85 (08)

ББК 74.202 : 75.715

Т 33

*Рекомендовано до друку вченою радою
Інституту проблем виховання НАПН України
(протокол № 7 від 29 червня 2017 р.)*

**Збірник наукових праць входить до Переліку наукових фахових видань України,
в яких можуть публікуватися результати дисертаційних робіт
на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата педагогічних наук
(наказ МОН України від 07 жовтня 2015 р. № 1021)**

Редакційна колегія:

- | | |
|---------------------|--|
| Бех І. Д. | – дійсний член НАПН України, доктор психологічних наук, професор
(головний редактор) |
| Петрочко Ж. В. | – доктор педагогічних наук, професор (заступник головного редактора) |
| Артюшенко А. О. | – доктор педагогічних наук, професор |
| Беленька Г. В. | – доктор педагогічних наук, професор |
| Бойко В. Ф. | – кандидат педагогічних наук, професор, Заслужений тренер України,
майстер спорту України з вільної боротьби |
| Болтівець С. І. | – доктор психологічних наук, професор |
| Діхтяренко З. М. | – кандидат педагогічних наук, майстер спорту України з хортингу |
| Єрьоменко Е. А. | – кандидат педагогічних наук, Заслужений тренер України,
майстер спорту України міжнародного класу,
президент Всесвітньої федерації хортингу |
| Зубалій М. Д. | – кандидат педагогічних наук |
| Коновець С. В. | – доктор педагогічних наук, професор |
| Круцевич Т. Ю. | – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор |
| Литвиненко А. М. | – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент |
| Малинський І. Й. | – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор, Заслужений
тренер України, майстер спорту України з вільної боротьби |
| Приступа Є. Н. | – доктор педагогічних наук, професор |
| Пустолякова Л. М. | – кандидат педагогічних наук |
| Тимошенко О. В. | – доктор педагогічних наук, професор |
| Тимчик М. В. | – кандидат педагогічних наук, майстер спорту України з хортингу |
| Федорченко Т. Є. | – доктор педагогічних наук, професор |
| Хатько А. В. | – кандидат педагогічних наук, майстер спорту України з хортингу |
| Чобітько М. Г. | – доктор педагогічних наук, професор |
| Півоварський Юліуш | – почесний професор, PhD, ректор Вищої школи публічної і
індивідуальної безпеки „Апейрон“ (Польська Республіка) |
| Порада Віктор | – професор, доктор юридичних наук,
ректор Вищої школи в Карлових Варах (Чеська Республіка) |
| Шортт Джеймс Джордж | – президент Всесвітньої асоціації особистих охоронців (Ірландія) |
| Кастлшортський | |
| Юрчак Войтех | – професор, PhD, Академія збройних сил ген. М. Р. Штефаника в
Ліптовському Мікулаші (Словацька Республіка) |

Рецензенти:

- | | |
|-------------------|--------------------------------------|
| Волков Л. В. | – доктор педагогічних наук, професор |
| Єжова О. О. | – доктор педагогічних наук, професор |
| Оржеховська В. М. | – доктор педагогічних наук, професор |
| Присяжнюк С. І. | – доктор педагогічних наук, професор |
| Сичов С. О. | – доктор педагогічних наук, професор |

Т 33 **Теорія і методика хортингу** : зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. :
Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – 157 с.

ISBN 978-966-437-427-6.

До збірника ввійшли наукові праці вітчизняних учених, аспірантів, тренерів із хортингу. Автори спрямували свій науковий пошук на багатоаспектне висвітлення шляхів щодо реалізації сучасних підходів у теорії і методики хортингу.

УДК 37.02 : 796.85 (08)

ББК 74.202 : 75.715

© ІПВ НАПН України

© УФХ

ISBN 978-966-437-427-6

ЗМІСТ	CONTENT
ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ДОПРИЗОВНОЇ МОЛОДІ, КУРСАНТІВ І ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ, ПРАЦІВНИКІВ СИЛОВИХ СТРУКТУР	MILITARY-PATRIOTIC EDUCATION AND PHYSICAL TRAINING OF PRE- MILITARY YOUTH, CADETS AND MILITARY OFFICERS OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE AND SECURITY SERVICE STRUCTURES OFFICERS 6
Зоя Діхтяренко <i>Пропаганда школярам про готовність до захисту Вітчизни, активну життєву позицію та тверезий спосіб життя в процесі занять хортингом</i>	Zoya Dihtyarenko <i>Propaganda for schoolchildren about readiness to protect the Fatherland, active life position and a sober life in the process of Horting</i> 6
Жанна Петровичко, Ірина Білоцерківська <i>Хортинг як система патріотичного виховання та формування ціннісно- моральних якостей особистості</i>	Zhanna Petrochko, Iryna Bilotserkivets <i>Horting as a system of patriotic education and forming value-moral personal qualities</i> 14
ІСТОРІЯ СТАНОВЛЕННЯ, РОЗВИТКУ ХОРТИНГУ ЯК НАЦІОНАЛЬНОГО ВИДУ СПОРТУ УКРАЇНИ ТА ЙОГО ФІЛОСОФСЬКЕ І ПСИХОЛОГІЧНЕ ПІДґРУНТЯ ЯК ВИДУ БОЙОВОГО МИСТЕЦТВА	THE HISTORY OF CREATION AND DEVELOPMENT OF HORTING AS A NATIONAL KIND OF SPORT IN UKRAINE, ITS PHILOSOPHY AND PSYCHOLOGICAL BACKGROUND AS A KIND OF MARTIAL ART 22
Сергій Болтівець, Олена Галушко <i>Інституційна свідомість праобразу Хортицької Січі в молодіжному відродженні автентичного українського військово-патріотичного спорту</i>	Sergii Boltivets, Olena Halushko <i>Institutional consciousness of the Khortytska Sich's fortnight in youth rebirth authentic Ukrainian military- patriotic sports</i> 22
Ніна Зубалій <i>Особливості становлення професійності хортингістів у процесі фахової підготовки</i>	Nina Zubalii <i>Peculiarities of Forming Professionalism of Horting Sportsmen in the Process of Special Training</i> 32
МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ХОРТИНГУ: РЕКРЕАЦІЯ, ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ; ОРГАНІЗАЦІЯ ТА КОНТРОЛЬ ПІД ЧАС ТРЕНУВАНЬ	MEDICAL AND BIOLOGICAL BACKGROUND OF HORTING: RECREATION, PHYSICAL REHABILITATION; ORGANIZATION AND CONTROL OF THE TRAINING CLASSES 38
Вероніка Єрмоменко <i>Профілактика основних стоматологічних захворювань у хортингістів дитячо-юнацького віку</i>	Veronica Yeromenko <i>Preventive care of major dental diseases among young and adolescent Horting athletes</i> 38
Станіслав Присяжнюк <i>Самоконтроль під час навчально- тренувального процесу у групах спортивного удосконалення з хортингу</i>	Stanislav Prysiazhnyuk <i>Self-control during the training process in groups of horting sport improvement</i> 48

**МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ХОРТИНГУ:
РЕКРЕАЦІЯ, ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ;
ОРГАНІЗАЦІЯ ТА КОНТРОЛЬ ПІД ЧАС ТРЕНУВАНЬ**

УДК 614.2:616.31–057.87(043.3)

*Вероніка Єрмоєнко,
м. Київ*

**ПРОФІЛАКТИКА ОСНОВНИХ СТОМАТОЛОГІЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ У
ХОРТИНГІСТІВ ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОГО ВІКУ**

Актуальність. Профілактика стоматологічних захворювань – одне з найважливіших завдань охорони здоров'я. Висока поширеність й інтенсивність карієсу зубів і захворювань пародонту у дітей свідчать про недостатній рівень та ефективність традиційних профілактичних заходів, що здійснюються як на комунальному державному, так і на індивідуальному рівнях [3; 10; 11]. Проте існує група пацієнтів, яка через специфіку виконання професійних обов'язків, заняття контактними видами спорту, наявність супутньої патології й інших чинників, особливо піддається ризику ураження як твердих тканин зубів, так і пародонту. Такою сферою діяльності є навчально-тренувальна діяльність дітей та юнацтва у національному виді спорту України – хортингу. Саме ці обставини вимагають пошуку та розробки додаткових засобів і методів покращення гігієни порожнини рота, спрямованих на зменшення патогенного впливу мікрофлори, покращення мінералізувальних властивостей ротової рідини, стимуляцію пародонтопротекторних механізмів і стабілізацію результатів ортодонтичного лікування для юних спортсменів, які займаються хортингом у гуртках і спортивних секціях загальноосвітніх та позашкільних навчальних закладах, а також у дитячо-юнацьких спортивних школах України [3; 4; 6].

Епідеміологічні обстеження дитячого населення України показали незадовільний стан гігієни порожнини рота у дітей усіх вікових груп [13]. Як відомо, погана гігієна порожнини рота є додатковим чинником ризику виникнення високої ураженості карієсом зубів і гінгівітом дитячого населення (Н. В. Біденко, А. В. Копчак, В. О. Маланчук, Л. М. Яковенко та ін.). На сьогодні в арсеналі профілактичних засобів, наявних у лікаря стоматолога, існує дефіцит лікувально-профілактичних засобів комплексної дії, які ефективно видаляють зубний наліт і зубну бляшку, одночасно перешкоджаючи її утворенню, чинять ремінералізувальну дію на емаль зубів і протизапальну дію на тканини пародонту, стабілізують отримані позитивні результати [14]. Крім того, досліджень щодо системного вивчення питань профілактики та лікування карієсу зубів, гінгівіту й інших стоматологічних захворювань при ортодонтичному лікуванні дітей, які займаються хортингом, нами не виявлено.

У зв'язку з викладеним, розробка і перевірка ефективності методів профілактики основних стоматологічних захворювань у хортингістів дитячо-юнацького віку, а також вивчення реакцій дитячого організму на ортодонтичне лікування за допомогою основних стоматологічних засобів є актуальним завданням стоматології дитячого віку.

Перші зафіксовані дані про стоматологів були ще 2 тис. років до н. е., а перші згадки з'явилися в Древньому Єгипті на надгробках лікарів, які займалися лікуванням зубів. Днем Стоматолога, який відзначається 9 лютого, вважається День Св. Аполонії Олександрійської. Історія розпочалась в 3-му столітті н. е. Стоматологія як наука є відносно молодого дисципліною в медицині: як окрема галузь вона сформувалася тільки у 20-х рр. XX ст. Її назва походить від двох грецьких коренів „stoma“ – рот, отвір і „logos“ – вчення, і в буквальному перекладі означає – „наука про органи порожнини рота“ [4]. У сучасному розумінні стоматологія визначається як область клінічної медицини, що займається вивченням хвороб зубів, слизової оболонки порожнини рота, щелеп, обличчя та частково шиї, і яка розробляє методи їх діагностики, лікування і профілактики [8]. З розширенням і зміцненням теоретичної бази та накопиченим практичним досвідом з'явилися передумови для злиття лікування зубів і щелепно-лицевої хірургії в єдину дисципліну на основі подібності патологічних процесів і підходів до лікування. З розвитком стоматології як дисципліни в ній сформувалися самостійні розділи: терапевтична,

хірургічна, дитяча й ортопедична стоматологія [15]. Наукові дослідження в цих напрямках успішно проводить стоматологічний факультет, що є структурним підрозділом Національного медичного університету імені О. О. Богомольця, який очолює ректор К. М. Амосова. Головою Вченої ради стоматологічного факультету НМУ імені О. О. Богомольця є видатний вчений і дослідник, доктор медичних наук Н. В. Біденко – декан факультету, професор кафедри дитячої терапевтичної стоматології та профілактики стоматологічних захворювань. Свій шлях на цій відповідальній посаді Наталія Василівна розпочала ще з 26 березня 2016 року. На стоматологічному факультеті НМУ ім. О. О. Богомольця працює великий професорсько-викладацький колектив професіоналів своєї справи, які за різними напрямками навчають студентів – майбутніх стоматологів, прагнуть, щоб факультет був популярним та конкурсним, щоб студенти вступали, розуміючи, що вони отримають теоретичні і практичні знання, що вони працюватимуть з пацієнтами, матимуть можливість розвиватися. Базові знання студенти отримують на теоретичних і клінічних кафедрах упродовж перших двох курсів. Початкові медичні навички студенти засвоюють під час виробничої практики на базах клінічних кафедр та закладів охорони здоров'я в більшості областей України. Великий внесок у розвиток стоматології в Україні зробили В. П. Неспрядько, М. Ф. Данилевський, Ю. В. Опанасюк, А. В. Борисенко, К. М. Косенко, О. В. Павленко, М. М. Угрин й ін.

Організація профілактичних заходів стоматологічного характеру серед спортсменів, які займаються хортингом, неможлива без попереднього аналізу стану здоров'я органів і тканин ротової порожнини. Загальноприйнято оцінювати стоматологічне здоров'я за критеріями, розробленими Всесвітньою організацією охорони здоров'я і рекомендованими Міністерством охорони здоров'я України та Асоціацією стоматологів України [1], яку на даний час очолює доктор медичних наук Мазур Ірина Петрівна. Аналіз літератури, присвяченої епідеміології основних стоматологічних захворювань, свідчить про те, що в сучасних умовах, внаслідок дії ряду несприятливих соціально-економічних, екологічних і аліментарних факторів, а також техногенних і ятрогенних впливів, спостерігається високий рівень стоматологічної захворюваності серед дитячого населення України [9], що, у свою чергу, обумовлює характер і рівень хвороб порожнини рота у хортингістів дитячо-юнацького віку (О. П. Васюк, І. Й. Малинський, В. Б. Нечерда, Ж. В. Петрочко, Б. Б. Шаповалов та ін.).

Гарне здоров'я – основна умова для виконання людиною його біологічних і соціальних функцій, фундамент самореалізації особистості [1; 2; 5; 15]. Здоров'я представляє собою досить складне явище, характерні та значущі сторони якого не можна висловити коротко й однозначно. Але, своєчасний догляд за порожниною ротою, зубами та яснами сприятиме стоматологічному здоров'ю юних спортсменів, які займаються хортингом [7, с. 124].

Проведений аналіз науково-методичної літератури щодо профілактики основних стоматологічних захворювань хортингістів дитячо-юнацького віку дозволяє зробити висновок про те, що найчастіше профілактика захворювань зубів і ясен у юних хортингістів відбувається стихійно. За результатами констатувального експерименту, що проводиться на базі Української федерації хортингу (УФХ), цілеспрямованої роботи з формування у спортсменів позитивного ставлення до необхідності профілактики стоматологічних захворювань як спортивно-професійної цінності, постійно приділяють увагу 70 % тренерів і спортсменів, 10 % – лише іноді, 20 % – не надають цій проблемі значення. На жаль, інформація про стоматологічну захворюваність хортингістів України вивчається фахівцями недостатньо (С. А. Карасевич, Р. В. Кібличський, С. І. Федоров, В. В. Шубка, О. С. Ясінський та ін.), і це не дозволяє провести чітке планування та організацію надання лікувально-профілактичної допомоги даній категорії населення.

Безумовно, в основі розвитку стоматологічних захворювань (карієсу зубів і хвороб пародонту) лежать загальні патогенетичні механізми, серед яких провідну роль відіграє мікробний фактор (Н. В. Біденко, В. П. Неспрядько, В. В. Філоненко, Л. М. Яковенко та ін.). В останні роки на підставі багатьох наукових досліджень виникло уявлення про наявність у порожнині рота фізіологічної мікробної системи, яку можна розглядати як окремий мікробний орган, життєво необхідний макроорганізму, оскільки забезпечує захист організму від патогенних бактерій, приймає участь в обміні речовин, підтримує належний рівень нейроендокринної регуляції, забезпечує антимутагенний і протираковий захист [8; 9].

Однак, роль фізіологічної мікробної системи як одного з ведучих факторів антимікробного захисту, в патогенезі стоматологічних захворювань вивчена недостатньо. Не визначені в належній мірі механізми її регуляції та можливості використання різних засобів, що впливають на цю систему, для профілактики й лікування захворювань порожнини рота. А, щодо профілактики стоматологічних захворювань спортсменів хортингу дитячо-юнацького віку, то дослідження у цьому напрямі тільки починаються.

Таким чином, розуміння та усвідомлення цінностей здорового життя, необхідності дотримання правил гігієни згідно всіх стоматологічних параметрів, відіграє ключову роль у становленні особистості спортсмена хортингу дитячо-юнацького віку, а формування ставлення до стоматологічного здоров'я й здорового життя як цінності взагалі, виступає найважливішим компонентом спортивного зростання юного хортингіста [2; 7; 12].

Мета дослідження – визначення та наукове обґрунтування засобів і методів профілактики основних стоматологічних захворювань у хортингістів дитячо-юнацького віку; підвищення ефективності профілактики й лікування карієсу зубів і захворювань пародонту; розробка комплексу організаційно-профілактичних заходів із застосуванням загальнодоступних препаратів і засобів гігієни.

Об'єкт дослідження – основні стоматологічні захворювання і засоби гігієни порожнини рота в хортингістів дитячо-юнацького віку.

Предмет дослідження – комплексна профілактика основних стоматологічних захворювань у хортингістів дитячо-юнацького віку.

Наукова новизна одержаних результатів. Вперше визначено основні теоретико-методичні засади профілактики стоматологічної захворюваності в дітей та юнаків, що займаються у спортивних секціях хортингу – національного виду спорту України.

Виклад основного тексту та результатів дослідження. Формування цінностей стоматологічного здоров'я, гігієнічного навчання і виховання, профілактика основних стоматологічних захворювань у спортсменів дитячо-юнацького віку, які займаються хортингом, призводить як до загального здорового стану організму, так і до свідомої дисциплінованості учнів, необхідної для успішного тренувального процесу [2; 7]. Найвищим виявом свідомої дисциплінованості хортингіста є відповідальна поведінка – самостійне з'ясування умотивованості та виконання вимог гігієни й етикету спорту, норм поведінки й принципів загальної життєдіяльності [7, с. 127]. Спортсмен, яких своєчасно проводить заходи щодо особистої профілактики стоматологічних захворювань, береже не тільки своє здоров'я, а ще й дає для цього приклад товаришам по спортивній секції і навіть однокласникам у школі. Це є не тільки медичним аспектом, а ще й виховним [2].

Гігієна порожнини рота є одним із розділів особистої гігієни людини. Вона спрямована на підтримку високого рівня здоров'я та профілактику захворювань. Однією з найважливіших завдань гігієни є очищення порожнини рота від залишків їжі, детриту, мікрофлори. Іншим завданням гігієни – є внесення в порожнину рота засобів, що позитивно впливають на її стан, зміцнюють захисні властивості та функціональні можливості. З позицій цих завдань і створюються різні засоби догляду за порожниною рота. Одне з важливих завдань гігієни порожнини рота – запобігти карієсу зубів. Поверхня емалі зубів покрита плівкою, що має назву „пеллікула“ (лат. – плівка). Коли бактерії, що становлять нормальну флору порожнини рота, виявляються приклеєними до цієї плівки, формується бактеріальна маса, звана нальотом. Бактерії нальоту (особливо, *Streptococcus mutans* і лактобацили) перетворюють прийняті з їжею цукор за допомогою гліколізу в слабкі органічні кислоти (наприклад: молочну, оцтову, пропіонову). Кислоти, вироблені цими бактеріями, дифундують крізь наліт і всередину зуба, вимиваючи кальцій і фосфор із зубної емалі, і згодом викликають руйнування структур зуба й утворення порожнини. Каріозне руйнування зуба не відбувається раптово, а зазвичай – упродовж декількох місяців або років. Між періодами утворення кислот унаслідок прийняття їжі буфери, такі як бікарбонати, що є присутніми в слині, дифундують у наліт і нейтралізують наявні кислоти. Це зупиняє подальшу втрату кальцію та фосфору до наступного періоду вироблення кислот.

Кожному спортсмену, який займається контактним видом спорту, а особливо для хортингіста, має бути відома інформація щодо стоматологічної захворюваності. Підвищена

чутливість тканин зуба до механічних, хімічних і температурних подразників (гіперестезія зубів) супроводжує багато стоматологічних захворювань, наприклад: хвороби пародонту, карієс, некаріозні ураження зубів (гіпоплазію зубної емалі, клиновидний дефект, ерозії зубів). Чутливість шийок зубів завжди пов'язана з оголенням пришийкової області (перехідної області між коронковою частиною та коренем зуба), що стає результатом ретракції ясен (оголення частки кореня).

Всі зазначені фактори можуть призводити до гіперестезії через дві основні причини: емаль зуба або цемент кореня перестають захищати дентин (внаслідок збільшення мікропористості, оголення дентину); збільшується ступінь відкриття дентинних каналців (в дентині з підвищеною чутливістю є у 8 разів більше дентинних каналців, і їх діаметр стає приблизною у 2 рази більше звичайного).

Внаслідок цього з'являється прямий контакт із пульпою зуба за допомогою дентинної рідини. Тому, зовнішні фізичні та температурні подразники, а також деякі рідини можуть впливати на нервові волокна зуба та приводити до больових відчуттів.

Історично склалося так, що в населення України зуби не повністю білі, а мають жовтий відтінок, але це зовсім не говорить про те, що наші люди є хворими. В деяких людей це не дуже естетично виглядає, і, тим не менш, це їхній нормальний стан. А от, наприклад, у американців зуби мають сірі відтінки, і це теж для них норма. Навіть, якщо зуби у людини здорові і вона дотримується всіх правил догляду за порожниною рота, раз на півроку їй необхідно проводити професійну чистку зубів – видаляти всі відкладення, що скупчилися на поверхні зубів. Сьогодні стоматологічні клініки володіють великим арсеналом найрізноманітніших методик не тільки лікування, а ще й чищення та відбілювання зубів, що враховують найменші нюанси: чутливість зубів, наявність і розташування зубних пломб та багато інших моментів.

Правильний догляд за зубами. Головна роль у збереженні зубів належить нам самим. Поряд із правильним харчуванням передумовою для здорових зубів служить гігієна порожнини рота. Взагалі, людині починати чистити зуби необхідно відразу після їх проростання, тобто – з раннього дитинства. Чистити зуби слід не рідше 2-х разів на день: після сніданку, та ввечері – перед сном. А в ідеалі чистку зубів потрібно проводити після кожного прийому їжі. Особливу увагу при чищенні слід приділяти внутрішнім поверхням нижніх різців і зовнішній стороні верхніх корінних зубів у крайовій області ясен. Правильно обрана зубна паста та гарна зубна щітка – це ще не гарантія здорового стану зубів, їх абсолютної чистоти та сяючої білизни. Величезне значення в цьому процесі має правильна техніка чищення зубів. Правшам слід починати чистку зубів з правого боку верхньої щелепи, а лівшам – із лівого. Сам процес чищення має проходити не менше 3-х хвилин. Чистку слід проводити за трьома напрямками: зовні, зсередини та по жувальній поверхні зуба.

Чищення зубних проміжків шовковою ниткою. Крім самих зубів необхідно доглядати і за зубними проміжками. Прочищати їх найкраще ввечері, перед чищенням зубів. Спеціальні щітки для прочистки зубних проміжків слід використовувати, коли ці проміжки досить великі. А якщо зуби щільно притиснуті один до одного, то прочищати проміжки можна лише за допомогою спеціальної шовкової нитки. Починати треба з вощеної нитки, тому що її легше ввести у зубний проміжок. Однак, у зубних проміжках можуть застрягати шматочки воску від нитки, адже, її очищувальний ефект нижче, ніж у не вощеної нитки.

Зубочистка. Для видалення застряглих у зубах залишків їжі можна скористатися дерев'яними зубочистками. Але для цих цілей більш пристосовані медичні зубочистки, оскільки їх форма правильно узгоджена з формою зубних проміжків.

Жувальна гумка. Якщо для чищення зубів щіткою у людини немає часу, тоді можна скористатися жувальною гумкою, але вона повинна бути спеціальною (для очищення зубів). До складу такої жувальної гумки входить ксиліт, який здатний захистити зуби від карієсу. Її жування допоможе знизити розвиток бактерій, але не зніме бляшок із поверхні зубів. Однак, цей спосіб не йде ні в яке порівняння з чищенням зубів зубною щіткою.

Зубний еліксир. Для гігієни порожнини рота можна також використовувати зубний еліксир для освіження дихання. Але це не означає, що його використання може знизити утворення нальотів, зубного каменю і пародонтозу.

Група рекомендованих зубних паст для хортингістів від 6 до 13 років. Дитячі зубні паста. Від дорослих вони відрізняються меншою концентрацією активних компонентів, низькою абразивністю, а також смаком. На відміну від дорослих людей, які вважають за краще м'ятний смак, у дітей він часто викликає блювотний рефлекс. Тому в дитячих зубних пастах частіше використовуються нейтральні або фруктові ароматизатори.

Дитячі зубні паста поділяються на дві групи: зубні паста для дітей до 6 років, у яких концентрація фтору знижена; зубні паста для дітей від 6 до 12–13 років, у яких концентрація фтору наближена до дорослої зубної паста, але абразивність зберігається зниженою.

Група рекомендованих зубних паст для хортингістів від 14 до 17 років. Протикарієсні зубні паста. В профілактиці карієсу найефективнішим агентом вважається іон фтору. Часто фтор використовується у поєднанні зі сполуками кальцію. Цей препарат сприяє підвищенню мінералізувальних властивостей слини. У назві таких зубних паст часто присутнє слово „комплекс“. Також, існують паста з кальцієм, але без фтору. Вони підходять людям, які живуть у регіонах ендемічного флюорозу, там, де в питній воді надлишок фтору.

Рекомендовані форми профілактики основних стоматологічних захворювань хортингістів дитячо-юнацького віку

Відмова від куріння. Куріння викликає звуження судин у слизовій оболонці порожнини рота, що призводить до погіршення кровопостачання та дефіциту поживних речовин. Відмова від ніотинової залежності повинна стати обов'язковим етапом у профілактиці стоматологічних захворювань зубів і ясен, а тим більше, що спортсмени, які займаються хортингом, значно підвищують свої спортивні успіхи, якщо взагалі не будуть курити. Тут можна зазначити, що куріння є шкідливою звичкою людини, якої необхідно позбавлятися.

Правильне харчування. Недолік поживних речовин, переважання борошняної, солодкої, занадто гарячої або холодної їжі, відсутність свіжих овочів і фруктів може стати чинником, що провокує розвиток захворювань ясен і порожнини рота.

Правильна чистка зубів. Регулярний і правильний догляд за порожниною рота – це перше, що допомагає запобігти хворобам зубів і ясен. Використання щітки зі щетиною необхідної жорсткості, застосування „цільових“ зубних паст (знижують чутливість зубів, вірогідність протизапальних процесів тощо) і зубної нитки значно зменшує ймовірність розвитку запальних й інфекційних процесів.

Використання ополіскувачів. Ополіскувачі займають важливе місце в профілактиці стоматологічних захворювань зубів, ясен і порожнини рота. Їх незаперечною перевагою є здатність проникати в міжзубний простір і видаляти частинки їжі, які не завжди доступні навіть при чищенні зубною щіткою. Крім того, ополіскувач, завдяки специфічному складу, сприяє збереженню необхідного рівня кислотності в порожнині рота, спричиняє антисептичну дію і перешкоджає розмноженню бактерій. Ополіскувачі зручно використовувати навіть у випадках, коли чистка зубів із яких-небудь причин неможлива, що дозволяє забезпечити додатковий захист порожнини рота.

Користування капою під час проведення двобоїв хортингу. Капа – це пристрій із м'якого пластику, що носять спортсмени під час занять хортингом, коли проводять контактні навчальні та змагальні двобої, щоб захистити ротову порожнину (зуби, щоки, язик і щелепу) під час ударів у обличчя та голову. Спортивні капи та протектори порожнини рота – це різні назви одного захисного пристосування, яке вдягається на зуби і захищає їх під час ударів по обличчю та по голові під час тренувань і змагань. Капа є предметом гігієни особистого користування, яку надягають поверх зубів, і вона виконує свою головну функцію – захист зубів. Особисту капу категорично забороняється давати в користування іншому спортсмену.

За даними Медичної колегії Всесвітньої федерації хортингу (World Horting Federation – WHF), під час міжнародних змагань, чемпіонатів світу і Європи, велика кількість усіх травмувань ротової порожнини відбувається у результаті отримання ударів руками в рукавицях 10 унцій у першому раунді двобою, а також у момент здійснення захватів під час проведення задушливих прийомів. У цей момент атакуючий хортингіст чинить здавлювальну дію не тільки на шию суперника, а також на нижню щелепу, і навіть ясна та зуби. Таким чином, системне використання капи для занять хортингом може допомогти запобігти більшості травм ротової

порожнини усіх членів національних збірних команд з хортингу багатьох країн світу. Види стоматологічних травм, що часто трапляються у випадку нехтування спортсменами використанням капи під час занять хортингом, це зламані або сколоті зуби, тріснуті зубні протези і мости, пошкоджені губи та щоки, отримані травми коренів зубів, не кажучи вже про важкі травмування, такі як переломи щелеп, що в хортингу трапляється дуже рідко.

Будь-який хортингіст дитячо-юнацького віку може наражатися на ризик травми ротової порожнини, отриманню якої можна запобігти використанням правильно підібраної спортивної капи для занять хортингом. Захисні капи входять в основну частину спортивного екіпірування для тих, хто займається хортингом професійно, тобто, тим видом спорту, що припускає жорсткий тілесний контакт, при якому можна одержати травму обличчя. Діти і юнаки від 6 до 13 років, які згідно офіційних правил змагань з хортингу в Україні, розділені на вікові групи (молодші юнаки 6–7 та 8–9 років, юнаки 10–11 та 12–13 років), займаються на тренуваннях і змагаються без ударів руками в голову. В змаганнях серед учасників даних вікових груп тілесний контакт між спортсменами не є таким частим і жорстким як у кадетів (14–15 років) та юніорів (16–17 років), але все одно є постійним і стабільним. Ці учасники змагань, також, можуть користуватися капою дитячого розміру та з призначенням – для уникнення можливих травм ротової порожнини.

Обстеження учнів гуртків хортингу середнього шкільного віку 5–9 класів показало, що 80 % травм порожнини рота і зубів під час змагань сталося у випадку нехтування захисною капою, з них 30 % погіршили стан несвоєчасним реагуванням на попередню травму, чим посилили ефект стоматологічного захворювання. Приблизно 10 % спортсменів-хортингістів дитячо-юнацького віку одержали травму ротової порожнини та зубів нехтуючи зауваженнями тренера й лікаря команди, а ще деякі спортсмени взагалі знепритомніли після отримання ушкодження.

Серед дорослих спортсменів хортингу, які займаються професійно, 50 % усіх струсів відбулося при наявності капи, що підібрана неправильно і не по розміру, який був потрібен даному спортсмену для ефективного захисту зубів. Капа для занять хортингом необхідна для всіх спортсменів – дорослих і дітей. Для правильного та кваліфікованого підбору захисної капи для занять хортингом можна, також, звернутися до стоматолога, який професійно допоможе та пояснить усі фактори можливих травмувань і можливих стоматологічних захворювань.

Капа – важлива частина спортивного інвентарю хортингіста, при проведенні кидків, інших прийомів при виконанні яких можливі падіння, фізичний контакт або потрапляння жорстких частин кінцівок суперника в обличчя. До таких розділів змагань хортингу відносяться: „Двобій“, „Боротьба“, „Сутичка“, „Нокдаун“, „Фулл контакт“, „Рукопашний хортинг“, „Поліцейський хортинг“, „Військовий хортинг“ і будь-які інші розділи змагань хортингу, що можуть призвести до травми порожнини рота.

Які типи кап існують? Незалежно від того, якому виду капи хортингіст віддає перевагу, вона має обов'язково щільно прилягати до зубів, бути еластичною та повністю захищати зуби. Капа не повинна порушувати мову або дихання спортсмена. Існує декілька різновидів кап, як професійного спортивного, так і суто лікарського стоматологічного використання.

Стандартні капи. Випускаються за одним зразком і готові до носіння. Вони бувають маленького, середнього і великого розміру і можуть бути куплені в магазинах спортивних товарів. Такі капи зазвичай швидко зношуються, тому протягом спортивного сезону активному спортсмену-хортингісту їх потрібно міняти кілька разів. Стандартні капи – самий економічний варіант. Дані пристрої виготовляються масово і не враховують індивідуальних особливостей щелепи людини.

Термопластичні капи. Виготовляються із гнучкого матеріалу, який здатний приймати потрібну форму при нагріванні в гарячій воді. Їх необхідно кип'ятити у воді протягом декількох годин, після чого надягнути на зуби, щільно притискаючи їх. Такі капи можна придбати у більшості магазинів спортивних товарів. Вони також швидко зношуються. Даний вид кап може трохи ефективніше захистити зуби при проведенні змагальних двобоїв хортингу, оскільки виготовляється зі спеціального матеріалу, який розм'якшується під дією температури, і при накладанні на зуби приймає необхідну форму. В

стоматологічній практиці термопластичні капи застосовуються зазвичай після носіння брекетів, як завершальна фаза ортодонтичного лікування.

Індивідуальні капи. Цей варіант капи може бути виготовлений тільки стоматологом. Стоматолог робить зліпок зубів людини, після чого виготовляє капу відповідно до цього зліпку. Такі капи ідеально підходять людині (пацієнтові) за індивідуальними особливостями будови зубного ряду. Індивідуальні капи захищають усі зуби та можуть коштувати набагато дорожче, ніж звичайні капи, які продаються в магазинах. Даний вид кап передбачає те, що лікар-стоматолог вивчає особливості щелепи людини, будову зубів, попередньо проводить кропітку підготовчу роботу та виготовляє зліпок зубів. Капа моделюється індивідуально для даного спортивного клієнта (медичного пацієнта). Даний вид кап відрізняється підвищеною вартістю, так як виготовляється індивідуально. Індивідуальні капи комфортні, практично непомітні і, завдяки високій точності, ефективні навіть у лікуванні щелепних дефектів.

Подвійна капа. Такі капи прекрасно захищають всю порожнину рота. Вони товщі і дозволяють захистити зуби від травми або струсу. Однак, подвійні капи мають і недоліки: важко дихати, неможливо розмовляти.

Капи для вирівнювання зубів. Це конструкція знімного типу, що складається зі спеціальних тонких пластин із полімерного матеріалу. Завдяки тиску на зубний ряд, відбувається зміщення зубів, у результаті чого і домагаються того, що зуби займають правильне та рівне положення в ротовій порожнині. Якщо людина використовує капу для вирівнювання зубів, то їй необхідно розуміти, що таке пристосування підібрати може тільки досвідчений стоматолог. Лікар вкаже необхідний час носіння капи. Але загалом дане пристосування носять не менше 12 годин на день протягом досить тривалого періоду. Цей період визначить стоматолог, але в середньому, результат від носіння капи з'являється через 1–2 роки. При цьому для того, щоб домогтися максимально кращого результату, рекомендується часта заміна кап – раз на два тижні. Прозорий матеріал кап забезпечує їх непомітність. Тобто носіння капи не викличе дискомфорту. Принцип знімання капи дозволяє утримувати капу в чистоті й гарантує зручність у носінні. Полімери, з яких виготовляють капи, абсолютно нешкідливі для здоров'я людини. Вони не реагують із хімічними речовинами. Залежно від виду лікування, можна підібрати індивідуальну модель капи. Є можливість одночасно вирівнювати зуби й відбілювати їх. Носіння капи не шкодить зубній емалі та яснам.

Термін використання капи. Хортингістам слід міняти капи після кожного спортивного сезону, так як із часом вони зношуються і втрачають ефективність. Особливо важливо міняти капи спортсменам молодшого юнацького віку (6–7, 8–9 років), тому що у них порожнина рота продовжує активно рости, а зуби розвиваються. Багато спортсменів хортингу замовляють по декілька нових кап відразу. Вони роблять це кожного разу під час проходження чергового огляду у стоматолога (раз у шість місяців).

Догляд за капами. Хортингістам дитячо-юнацького віку спортивні капи достатньо промивати водою і чистити звичайною зубною щіткою. Не допускається чистити пластик у дуже гарячій воді, та й взагалі піддавати капу високим температурам. Для коректного зберігання капи необхідно використовувати футляр або спеціальний контейнер із вентиляційними отворами. Крім того, на практиці хортингістам доводиться міняти спортивні капи досить часто (наприклад, після кожного відповідального змагання), у будь-якому випадку в такому інтервалі їх необхідно оглядати на предмет механічних пошкоджень.

Узагальнення результатів дослідження дає можливість зробити такі **висновки**:

1. Теоретичний аналіз наукової літератури та практичний досвід щодо проблеми застосування ефективних засобів профілактики основних стоматологічних захворювань у хортингістів дитячо-юнацького віку доводить, що дана проблема є актуальною, адже, вона забезпечує подолання негативних тенденцій серед учнів гуртків і секцій хортингу, пов'язаних із підвищеним рівнем небезпеки отримання пошкоджень порожнини рота, зубів, ясен у процесі проведенні спортивних двобоїв, і можливим розвитком негативної мікрофлори в порожнині рота, що вказує на можливе підвищення захворюваності учасників тренувань і змагань з хортингу.

2. Визначено та проаналізовано загальнотеоретичні засади профілактики основних стоматологічних захворювань у хортингістів дитячо-юнацького віку, як ефективної складової частини навчально-виховного та тренувального процесу, спрямованої на

задоволення запитів, інтересів юних хортингістів через застосування правил гігієни у шкільних спортивних секціях і гуртках.

3. Рекомендовано учням спортивних секцій і гуртків загальноосвітніх навчальних закладів найбільш ефективні засоби та методи профілактики основних стоматологічних захворювань у хортингістів дитячо-юнацького віку.

4. Результати дослідження дають підстави стверджувати, що засоби та методи профілактики основних стоматологічних захворювань у хортингістів дитячо-юнацького віку мають високі потенційні можливості, як засіб формування цінностей здорового життя та гігієни, а розроблені рекомендації щодо профілактики стоматологічних захворювань виявилися ефективними, що дозволяє говорити про досягнення поставленої мети й вирішення основних завдань дослідження.

Перспективи подальшого дослідження. Подальша науково-дослідницька робота над упровадженням форм, засобів і методів профілактики основних стоматологічних захворювань у хортингістів дитячо-юнацького віку буде конкретизована в результатах дослідження та представлена у вигляді розмежування рекомендованих методів за віковими групами учнів гуртків хортингу шкільного віку, а саме: молодшого шкільного віку (1–4); середнього (5–9) та старшого шкільного віку (10–11 класи).

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Амосова К. М. Невідкладна медична допомога: навч. посіб. / К. М. Амосова, Б. Г. Безродний, О. А. Бур'янов, Б. М. Венцьковський; за ред. Ф. С. Глумчера, В. Ф. Москаленка. – К. : Медицина, 2006. – 632 с.
2. Бех І. Д. Вибрані наукові праці. Виховання особистості. Т. 1. / І. Д. Бех. – Чернівці : Букрек, 2015. – 840 с.
3. Біденко Н. В. Ранній карієс у дітей: стан проблеми в Україні та у світі / Н. В. Біденко // Современная стоматология. – 2007. – № 1. – С. 66–72.
4. Галузевий медико-економічний стандарт надання стоматологічної допомоги на I, II та III рівнях: Амбулаторна допомога / [К. М. Косенко, Ю. М. Бахуринський, В. Я. Скиба та ін.]. – Одеса: Астропринт, 2000. – 384 с.
5. Горзов І. П. Екологічні аспекти карієсу зубів та хвороб пародонту / І. П. Горзов, А. М. Потапчук. – ВАТ „Патент“ : Ужгород, 1998. – 225 с.
6. Данилевський М. Ф. Захворювання слизової оболонки порожнини рота / М. Ф. Данилевський, О. Ф. Несин, Ж. І. Рахній. – К., 1998. – 408 с.
7. Єрьоменко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України : метод. посіб. / Е. А. Єрьоменко. – К. : Паливода А. В., 2014. – 1064 с.
8. Мащенко І. С. Лікування і профілактика карієсу зубів : навч. посіб. / І. С. Мащенко, Т. П. Кравець. – Дніпропетровськ: АРТ-Прес, 2003. – 307 с.
9. Мельничук Г. М. Гінгівіт, пародонтит, пародонтоз: особливості лікування: навч. посіб. / Г. М. Мельничук, М. М. Рожко. – Івано-Франківськ, 2004. – 248 с.
10. Неспрядько В. П. Дентальная имплантология. Основы теории и практики. Изд. 2 / В. П. Неспрядько, П. В. Куц. – Харьков : ВПП Контраст, 2009. – 290 с.
11. Неспрядько В. П. Ортопедична стоматологія / В. П. Неспрядько, З. Е. Жегулович, В. В. Ботвинко та ін. / Підручник. За ред. проф. В. П. Неспрядька, доц. З. Е. Жегулович. – Житомир: Полісся, 2015. – 260 с.
12. Петрович Ж. В. Хортинг – школа сили і честі юного українця : метод. посіб. / Ж. В. Петрович, Е. А. Єрьоменко. – К. : Паливода А. В., 2015. – 544 с.
13. Стоматологічні захворювання: терапевтична стоматологія: підручник (ВНЗ I–III р. а.) / А. В. Борисенко, М. Ю. Антоненко, Л. В. Линовицька та ін.; за ред. А. В. Борисенка. – К. : ВСВ „Медицина“, 2017. – 664 с.
14. Терапевтична стоматологія: підручник у 4-х т. Захворювання слизової оболонки порожнини рота / [М. Ф. Данилевський, А. В. Борисенко, А. М. Політун та ін.] / За ред. А. В. Борисенка. Т. 4. – К.: Медицина, 2010. – 640 с.
15. Bidenko N. Matematical-Statistical Research of the Influence of Various Factors on Caries Development in Ukrainian Children up to 6 Years / Bidenko N., Hrynokh V. // Pol. J. Environ. Stud. – 2016. – Vol. 25, No. 6 A – P. 117–121.

REFERENCES

1. Amosova, K. M., Bezrodnyi, B. G., Buryanov, O. A., & Ventskovsky B. M. (2006). Nevidkladna medychna dopomoha [Emergency medical care]. In Glumcher F. S., Moskalenko V. F. *Navchalnyi posibnyk*. Kyiv: Medycyna.
2. Bekh, I. D. (2015). *Vybrani naukovi pratsi. Vychovannaia osobystosti*: Vol. 1. [Selected research papers. Educating the individual]. Chernivtsi: Bukrek.
3. Bidenko, N. V. (2007). *Ranniy karies u ditey: stan problemy v Ukraini ta u sviti* [Early caries in children: the state of the problem in Ukraine and in the world]. *Sovremennaya stomatologia [Modern dentistry]*, 1, 66–72.
4. Kosenko, K. M., Bakhurynskyi, Y. M., & Skyba, V. J. and other (2000). *Galuzeyvi medyko-economichnyi standart nadannya stomatologichnoi dopomogy na I, II ta III rivnyakh: Ambulatorna dopomoga* [Sectoral medical and economic standard for provision of dental care at levels I, II and III: Outpatient care]. Odesa: Astroprint.
5. Gorzov, I. P., & Potapchuk, A. M. (1998). *Ekolohichni aspekty kariesu zubiv ta khorob parodontu* [Environmental aspects of caries of teeth and periodontal diseases]. VAT „Patent“: Uzhgorod.
6. Danylevsky, M. F., Nesyn, O. F., & Rakhniy, J. I. (1998). *Zakhvoryuvannya slyzovoi obolonky porozhnyy rota* [Disease of the mucous membrane of the oral cavity]. Kyiv.
7. Yeromenko, E. A. (2014). *Khortynh – natsionalnyi vyd sportu Ukrainy* [Horting – National Sport of Ukraine]. Kyiv: Palyvoda A. V.
8. Maschenko, I. S., & Kravets, T. P. (2003). *Likuvannya i profilaktyka kariesu zubiv* [Treatment and prevention of caries of teeth]: navchalnyi posibnyk [tutorial]. Dnipropetrovsk: ART-Pres.
9. Melnychuk, G. M., & Rozhko, M. M. (2004). *Hinhivit, parodontyt, parodontoz: osoblyvosti likuvannya* [Gingivitis, periodontitis, periodontal disease: features of treatment]. Ivano-Frankivsk.
10. Nespryadko, V. P., & Kuts, P. V. (2009). *Dentalnaya implantologia. Osnovy teorii i praktiki*. [Dental implantology. Fundamentals of theory and practice]. Issue 2. Kharkov: BPP Kontrast.
11. Nespryadko, V. P., Zhegulovych, Z. E., & Botvynko, V. V. and other (2015). *Ortopedychna stomatologia* [Orthopedic dentistry]. *Pidruchnyk*. Zhytomyr: Polissya.
12. Petrochko, Zh. V., & Yeromenko, E. A. (2016). *Khortynh – shkola syly i chesti yunoho ukrainsia* [Horting – the school of strength and honor of young Ukrainian: methodical manual]. Kyiv: Palyvoda A. V.
13. Borysenko, A. V., Antonenko, M. J., & Lynovytska, L. V. and other (2017). *Stomatologichni zakhvoryuvannya: terapevtychna stomatologia: pidruchnyk (VNZ I–III r. a.)* [Dental Diseases: Therapeutic Dentistry: Textbook (Higher Educational Institutions of the I–III Level of Accreditation)]. Kyiv: VSV Medycyna.
14. Danylevskyi, M. F., Borysenko, A. V., & Politun, A. M. [2010]. *Terapevtychna stomatolohiia. Zakhvoryuvannya slyzovoi obolonky porozhnyy rota: Vol. 4*. [Therapeutic dentistry. Disease of the mucous membrane of the mouth]. Kyiv: Medytsyna.
15. Bidenko, N. & Hrynokh, V. (2016). *Matematical-Statistical Research of the Influence of Various Factors on Caries Development in Ukrainian Children up to 6 Years* // *Pol. J. Environ. Stud.* – Vol. 25, No. 6 A – P. 117–121.

Вероніка Єрмоєнко.

Профілактика основних стоматологічних захворювань у хортингістів дитячо-юнацького віку.

Метою дослідження є визначення та наукове обґрунтування засобів і методів профілактики основних стоматологічних захворювань у хортингістів дитячо-юнацького віку; підвищення ефективності профілактики й лікування карієсу зубів і захворювань пародонту; розробка комплексу організаційно-профілактичних заходів із застосуванням загальнодоступних препаратів і засобів гігієни. Викладено матеріал щодо концепції та підходів до класифікації засобів і методів гігієни порожнини рота, зубів й ясен у спортсменів хортингу. Проведено теоретичний аналіз проблеми формування цінностей здорового життя учнів і застосування оздоровчих технологій для підвищення ефективності виступів спортсменів хортингу на

змаганнях. Перевірено ефективність рекомендованої і впровадженної педагогічної системи залучення учнів гуртків хортингу до ведення здорового способу життя через профілактику стоматологічних захворювань. Подано результати дослідження ефективності рекомендованих засобів і методів профілактики стоматологічної захворюваності хортингістів дитячо-юнацького віку для використання в педагогічній практиці керівників гуртків, вчителів фізичної культури, тренерів-викладачів для підвищення спортивної підготовленості учнів гуртків і спортивних секцій хортингу позашкільних, загальноосвітніх і вищих навчальних закладів, а також учнів дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

Ключові слова: стоматологічні захворювання, хортинг, профілактика, організм людини, гігієна рота, постійні зуби, діти, карієс, юнаки, виховання, спорт, здібності, тренування, педагогічні умови, ціннісне ставлення до здоров'я, лікування.

Veronica Yeromenko.

Bogomolets National Medical University (Tarasa Shevchenka boulevard, 13, Kyiv, Ukraine).

Preventive care of major dental diseases among young and adolescent Horting athletes.

The purpose of the study is to identify and substantiate the methods and means for major dental diseases prevention among young and adolescent Horting athletes; to increase effectiveness of prophylaxis measures and treatment of dental caries and periodontal disease; to develop a complex of organizational preventive measures with the use of common available medicines and hygiene products. The authors represent the materials of a concept and approaches to classification of the methods and means for oral cavity, teeth and gums hygiene for Horting athletes. Theoretical analysis of the methods for a healthy lifestyle values formation in students was performed as well as the ways of application of health-improving technologies to increase efficiency of athletes' performances in Horting competitions. The effectiveness of recommended and implemented pedagogical system involving Horting sportsmen to follow the healthy lifestyle through prevention of dental diseases has been tested. The study results of the recommended methods and means effectiveness for prevention of dental diseases of young and adolescent Horting sportsmen can be used in pedagogical practice by the coaches, trainers and teachers of physical culture to increase athletic performance of sportsmen in out-of-school Horting circles or sections, in public schools and higher educational institutions, as well as for pupils of children sports schools.

Key words: dental diseases, horting, prevention, human organism, mouth hygiene, permanent teeth, children, caries, youth, upbringing, sports, abilities, training, pedagogical conditions, value attitude to health, treatment, prevalence of caries, intensity of caries.

Вероника Ерєменко.

Профилактика основных стоматологических заболеваний у хортингистов детско-юношеского возраста.

Целью исследования является определение и научное обоснование средств и методов профилактики основных стоматологических заболеваний у хортингистов детско-юношеского возраста; повышение эффективности профилактики и лечения кариеса зубов и заболеваний пародонта; разработка комплекса организационно-профилактических мероприятий с применением общедоступных препаратов и средств гигиены. Изложен материал по концепции и подходам к классификации средств и методов гигиены полости рта, зубов и десен у спортсменов хортинга. Проведен теоретический анализ проблемы формирования ценностей здорового образа жизни учащихся и применения оздоровительных технологий для повышения эффективности выступлений спортсменов хортинга на соревнованиях. Проверена эффективность рекомендуемой и внедренной педагогической системы привлечения учащихся кружков хортинга к ведению здорового образа жизни через профилактику стоматологических заболеваний. Представлены результаты исследования эффективности рекомендованных средств и методов профилактики стоматологической заболеваемости хортингистов детско-юношеского возраста для использования в педагогической практике руководителей кружков, учителей физической культуры, тренеров-преподавателей для повышения спортивной подготовленности учащихся кружков и спортивных секций хортинга внешкольных, общеобразовательных и высших учебных заведений, а также учащихся детско-юношеских спортивных школ.

Ключевые слова: стоматологические заболевания, хортинг, профилактика, организм человека, гигиена рта, постоянные зубы, дети, кариес, юноши, воспитание, спорт, способности, тренировка, педагогические условия, ценностное отношение к здоровью, лечение.

НАШІ АВТОРИ

- Білоцерківець Ірина** молодший науковий співробітник лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя Інституту проблем виховання НАПН України
- Богуслав Марія** Начальник Управління профорієнтації, профнавчання та навчальних закладів Державної Служби Зайнятості України, керівник проекту „Академія навичок“, заступник голови Асоціації інноваційної та цифрової освіти, аспірант Інституту підготовки кадрів Державної служби зайнятості України
- Бойко Валерій** кандидат педагогічних наук, професор, завідувач кафедри фітнесу, рекреації та реабілітації Навчально-наукового інституту спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації Університету державної фіскальної служби України, Майстер спорту України міжнародного класу, Заслужений тренер України, заслужений працівник фізичної культури і спорту України
- Болтівець Сергій** доктор психологічних наук, професор, завідувач Відділу розвитку молодіжної політики Державного інституту сімейної та молодіжної політики України; голова Бюро ЮНЕСКО „Освіта дорослих України“
- Галушко Олена** кандидат історичних наук, старший науковий співробітник Відділу розвитку молодіжної політики Державного інституту сімейної та молодіжної політики України
- Дерев'янко Вікторія** завідувач сектору Інституту модернізації змісту освіти Міністерства освіти і науки України, відмінник освіти, майстер спорту України з хортингу
- Діхтяренко Зоя** кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя Інституту проблем виховання НАПН України, майстер спорту України з хортингу, академік міжнародної Академії культури безпеки, екології та здоров'я – „МАКБЕЗ“, голова НМК УФХ, голова ГО „Об'єднання педагогів і науковців України“
- Єрмоменко Вероніка** студентка стоматологічного факультету Національного медичного університету імені О. О. Богомольця, член національної збірної команди України з хортингу, кандидат у майстри спорту України, срібний призер Кубку України з хортингу
- Єрмоменко Едуард** кандидат педагогічних наук, професор кафедри фітнесу, рекреації та реабілітації, завідувач наукової лабораторії кафедри фізичного виховання і спорту Навчально-наукового інституту спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації Університету ДФС України, президент Всесвітньої федерації хортингу, майстер спорту України міжнародного класу, Заслужений тренер України, учасник бойових дій у Республіці Афганістан, Кавалер ордена Червоної Зірки
- Зубалій Микола** кандидат педагогічних наук, кандидат у майстри спорту України, доктор філософії, член-кореспондент УАН, старший науковий співробітник лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя Інституту проблем виховання НАПН України

Наукове видання

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ХОРТИНГУ

(українською, російською та англійською мовами)

Збірник наукових праць

Засновано в 2014 р.

Випуск 7

*Літературний редактор Ю.Г. Морозов
Англомовний редактор О. О. Бережний
Технічний редактор Ю. С. Стіпон
Дизайн обкладинки Ю. О. Ліщук*

*Відповідальний секретар збірника,
науковий редактор
і комп'ютерна верстка З. М. Діхтяренко*

Підписано до друку 18.07.2017 р. Формат 70х108/16 Умов. друк. арк. 12,20	Папір офсетний Друк офсетний Гарнітура Times	Зам. № 0064 Наклад 300 пр.
Видавець – Паливода Алла Володимирівна 03061, м. Київ, пр-т Відрадний, 95/Е; тел./факс (044) 351-21-91 Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до Державного реєстру видавців, виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції (серія ДК № 283 від 18.12.2000 р.)		

Віддруковано в друкарні ФОП ПАЛИВОДА А. В.
03061, м. Київ, пр-т Відрадний, 95/Е; тел./факс (044) 351-21-90