

4. Д.Бурик, Х.Квик, Т.Вилсон Лечебные свойства эхинацеи //Провизор//, 2008,№3.
5. Сербін А.Г., Серета Л.О., Сіра Л.М., Куцик Г.В.,Картмазова Л.С. Фармакогносичне дослідження сировини ехінацеї пурпурової //Вісник фармації./-2016,№1-2.-[с.125-129.]
6. О.І. Корсунська, О.О. Нефьодов «ІМУНОТРОПНІ ПРЕПАРАТИ У РОБОТІ ЛІКАРЯ ЗАГАЛЬНОЇ ПРАКТИКИ» (фармакотерапевтичний довідник) .- [с.73-74.]
7. Журнал "Питання практичної педіатрії: ООО "Видавництво" Династія"-Москва.

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ЯКОСТІ ТА ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ**

*І. О. Бейгул, В. В. Гацура  
Дніпровський державний технічний університет  
bejippon@gmail.com  
I. Beigul, V. Gatsura*

**Annotation. Beigul I., Gatsura V. Psychological qualities and personality traits of volleyball players.** The paper analyzes the psychological qualities and personality traits of volleyball players. It has been established that the game of volleyball makes high demands on the psyche of a volleyball player: sensations, perceptions, attention, representation, imagination, memory, thinking, emotions and volitional qualities. To regulate emotional states, a set of measures is needed to prevent or eliminate already existing states. It has been shown that in order to achieve success in volleyball, an athlete must be able to control his emotions, actions, mental state under various conditions of the body, under conditions of fatigue, and the actions of confounding factors.

**Key words:** volleyball players, preparedness, qualities, personality traits, condition.

Досягнення високої фізичної, технічної, тактичної підготовленості та успішні виступи на змаганнях неможливі без високого рівня розвитку певних психологічних якостей та властивостей особистості волейболістів.

Більшість дій волейболісти виконують, ґрунтуючись на зорових сприйняттях. При безперервному потоці інформації про комплекс об'єктів, що рухаються (м'яч, партнер, суперник та ін.) в умовах протидії суперників, необхідно швидко і точно виконувати ігрові прийоми. Тому особливі вимоги пред'являються великого обсягу поля зору.

Волейболіст виконує рухи в умовах жорсткого ліміту часу, що висуває великі вимоги до максимальної швидкості реагування. Для волейболу типові нестандартність, невизначеність майбутньої дії та велика різноманітність способів вирішення однієї і тієї ж

рухової задачі. Більшість рухів волейболістів вимагають зорово-моторної координації, тонкого диференціювання м'язово-рухових відчуттів, простору та часу сприйняття різних рухів («почуття м'яча», «відчуття сітки», «почуття майданчика», «почуття часу») [3].

Висока швидкість польоту м'яча, швидкі переміщення гравців, швидкі та раптові зміни ігрових ситуацій висувають високі вимоги до обсягу, інтенсивності, стійкості, розподілу та перемикання уваги. Волейбол є динамічною грою, в якій потрібна напружена та інтенсивна увага. Інша важлива особливість уваги – перемикання, яке проявляється у швидкому переході від однієї діяльності до іншої чи зміні виконуваних дій у межах однієї діяльності. Великі вимоги пред'являються до розподілу уваги для успішного виконання декількох видів діяльності.

Будь-яка тактична дія протікає шляхом:

- 1) сприйняття та аналізу ігрової ситуації;
- 2) уявного розв'язання тактичного завдання;
- 3) рухового розв'язання тактичного завдання.

Тактичне мислення у волейболі характерно своєю наочністю: волейболіст бачить результат своїх вдалих та невдалих дій [1].

Для досягнення успіху у волейболі спортсмен повинен вміти керувати своїми емоціями, діями, психічним станом при різних станах організму, в умовах стомлення, діях факторів, що збивають.

Емоційний стан волейболістів у ході гри може бути позитивним та негативним. Негативний стан нерідко доходить до стадії афекту або повної апатії, що виявляються в невпевненості, тривожності, думках про наслідки невдалого виконання тієї чи іншої дії та ін.

Для регуляції емоційних станів необхідний комплекс заходів щодо попередження або ліквідації станів, що вже виникли.

Вольові зусилля – це активний прояв свідомості, спрямованої на саморегуляцію та мобілізацію можливостей спортсмена для успішного подолання труднощів у процесі гри. Провідною стороною вольової якості, як цілеспрямованість є вольова спрямованість досягнення поставлених цілей, свідоме ставлення до спортивної діяльності.

Удосконалення майстерності в умовах подолання труднощів, що виникають, і прагнення не зупинятися на шляху до досягнення мети характеризують таку вольову якість, як наполегливість.

Рішучість і сміливість виражаються у здатності приймати відповідальні рішення, пов'язані з ризиком, і навіть у своєчасності прийняття рішень на відповідальні моменти гри.

Витримка та самовладання допомагають долати несприятливі емоційні стани в екстремальних умовах.

Ініціативність та самостійність характеризуються

оригінальністю та своєчасністю самостійних рішень та способів їх здійснення у важких умовах тренування та змагань.

Залежно від особливостей прояву вольових зусиль можна будувати висновки про рівні розвитку вольових якостей волейболістів [2].

Отже, у волейболі, який вважається одним з найбільш популярних видів спорту у світі з початку його виникнення, вміння володіти своїм психічним станом є запорукою успішного виступу у змаганнях різного рівня, тому важливо вміти застосовувати прийоми особистісної саморегуляції в спортивній діяльності.

#### Список використаних джерел

1. Ахмеров Э.К. Волейбол: многолетняя тренировка: практическое пособие для тренеров / Э.К. Ахмеров, Л.И. Акулич, В.Н. Вертелко. – Минск: МГПТК полиграфии, 2010. – 292 с.
2. Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры / Под редакцией А.В. Беяева, М.В. Савина. – М.: «Физкультура, образование, наука», 2000. – 368с.
3. Носко М.О. Волейбол у фізичному вихованні студентів: [підручник] / М.О.Носко, О.А. Архипов, В.П. Жула. – К.: «МП Леся», 2015. – 396 с.

### **SPECIAL FEATURES OF PERMANENT TEETH CARIES PROPHYLACTIC IN CHILDREN WITH DIABETES MELLITUS**

*A.I. Maksymenko, O.V. Sheshukova, I.O. Kuz  
Poltava State Medical University  
0666272580a@gmail.com*

Annotation. The method of preventing permanent teeth caries in children with diabetes includes professional teeth cleaning, teaching the rules of oral hygiene, namely, BIOMED CALCIMAX toothpaste and mouthwash "Biorepair" 2 times a day, the use of dental cream applications "Tooth Mousse", prescribing means for individual oral hygiene, the dietary supplement "Rotavit Calcium" 1 sachet per day during meals, the probiotic "Baktoblis" 1 tablet per day.

Key words: caries, tooth, children, diabetes.

Diabetes mellitus is an endocrine disease characterized by a chronic increase of glucose in blood due to an absolute or relative deficiency of the pancreatic hormone insulin. The first signs and symptoms of diabetes mellitus can appear in the oral cavity, so you need to pay special attention to changes in the oral cavity, this can also contribute to the detection of early stages of endocrine disease, as well as the correct assessment of local manifestations of general pathology and the choice of treatment methods [1].

Decreased salivation (dry mouth) in persons with diabetes mellitus leads to disruption of tooth enamel remineralization