



# **ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ І ЯКІСТЬ ЖИТТЯ ЛЮДИНИ**

*Збірник тез доповідей  
III Міжнародної науково-практичної конференції*



**Східноєвропейський національний університет  
імені Лесі Українки (м. Луцьк, Україна)**



**Природничо-гуманітарний університет  
імені Яна Длугоша в Ченстохові (Польща)**



**Університет імені Павла Йозефа Шафарика  
в Кошицях (Словаччина)**



**Університет Яна Евангеліста Пуркіне  
в Усті-над-Лабем (Чехія)**



**Поліський державний університет (Пінськ, Білорусь)**

**ЗА ПІДТРИМКИ**

**Міністерства освіти і науки України;  
секції з фізичної культури і спорту Відділення вищої освіти  
Національної академії педагогічних наук України**

## **ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ І ЯКІСТЬ ЖИТТЯ ЛЮДИНИ**

*Збірник тез доповідей  
III Міжнародної науково-практичної конференції  
(11–13 червня)*

### Редакційна колегія

**Цьось А. В.** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, головний редактор).

#### *Фізичне виховання і спорт*

- Андрійчук О. Я.** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, заступник головного редактора);
- Альошина А. І.** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);
- Балько С.** – доктор філософії (університет імені Яна Евангеліста Пуркіне в Усті-над-Лабем, Чехія);
- Вонцік Я.** – доктор габілітований, професор (Академія імені Яна Длугоша в Ченстохові, Польща);
- Давидов В. Ю.** – доктор біологічних наук, професор (Поліський державний університет, Пінськ, Білорусь);
- Єдинак Г. А.** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Львівський державний університет фізичної культури, Львів, Україна);
- Кутек Т. Б.** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Житомирський державний університет імені Івана Франка, Житомир, Україна);
- Ніколаєва А.** – доктор філософії (Університет Фракії, медичний факультет, Фракія, Болгарія);
- Павлова Ю. О.** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Львівський державний університет фізичної культури, Львів, Україна);
- Перрі Д.** – доктор філософії, професор (Університет Лідса, Велика Британія);
- Ровний А. С.** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Харківська державна академія фізичної культури, Харків, Україна);
- Томенко О. А.** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка, Суми, Україна);
- Фернандес-Труан Я. К.** – доктор філософії (Університет Пабло де Олавіде, Севілья, Іспанія);
- Індика С. Я.** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, відповідальний секретар).

#### *Педагогічні науки*

- Белікова Н. О.** – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, заступник головного редактора);
- Блекінг Д.** – доктор історичних наук, професор (Університет Фрайбурга, Фрайбург, Німеччина);
- Вільчковський Е. С.** – доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент АПН України (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);
- Галаманжук Л. Л.** – доктор педагогічних наук, професор (Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Кам'янець-Подільський, Україна);
- Гусак П. М.** – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);
- Джеральд Д.** – доктор філософії, професор (Мерілендський університет, Коледж-Парк, США);
- Завидівська Н. Н.** – доктор педагогічних наук, доцент (Львівський державний університет фізичної культури, Львів, Україна);
- Зускова К.** – доктор педагогіки, доцент (Університет Павла Йозефа Шафарика, Кошице, Словаччина);
- Кондаков В. Л.** – доктор педагогічних наук, професор (Белгородський державний університет, Белгород, Росія);
- Малліару М.** – доктор філософії (Грецький відкритий університет, Патри, Греція);
- Малолєнши Е.** – доктор габілітований, професор (Академія імені Яна Длугоша в Ченстохові, Польща);
- Мулик К.** – доктор педагогічних наук, професор (Харківська державна академія фізичної культури, Харків, Україна);
- Пріма Р. М.** – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);
- Смолюк І. О.** – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);
- Фіріка Ж.** – доктор філософії (Університет Тімішоара, Румунія);
- Фратріц Ф.** – доктор філософії, професор (Об'єднаний університет Ніколи Тесла, факультет спорту, Белград, Сербія);
- Юнгер Я.** – доктор педагогіки, професор (Університет Павла Йозефа Шафарика, Кошице, Словаччина).

**Фізична активність і якість життя людини** [текст]: зб. тез доп. II Міжнар. наук.-практ. конф. Ф 50 (11–13 черв. 2019 р.) / уклад.: А. В. Цьось, С. Я. Індика. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2019. – 98 с.

Збірник містить наукові роботи учасників III Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична активність і якість життя людини». Матеріали представляють узагальнені результати досліджень у напрямку теоретичних та практичних аспектів обґрунтування місця і значення фізичної активності в поліпшенні якості життя людини.

Матеріали подаються мовою оригіналу.

За достовірність фактів, статистичних та інших даних, точність формулювань і висновки несуть відповідальність автори матеріалів.

УДК 796.011.1(063)

© Цьось А. В., Індика С. Я. (укладання), 2019

© Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, 2019

## ПЕРСОНІФІЦІРОВАННИЙ ФІТНЕС

Татьяна Лебедь

*Заведующий отраслевой лаборатории «Лонгитудинальные исследования» УО «Полесский государственный университет» г. Пинск, Республика Беларусь, hlebus@mail.ru*

**Вступление.** Здоровый образ жизни (далее ЗОЖ) – это концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек. Популярным направлением ЗОЖа является фитнес – комплексное восстановление и поддержание здоровья с помощью правильного питания и физических нагрузок с учетом индивидуальных способностей.

В Белоруссии в каждом городе существуют специальные оздоровительные центры-фитнес клубы, предоставляющие комплекс услуг включающих в себя популярные фитнес-программы, которые имеют большое количество разновидностей. Эти программы основаны на базе новейших научных разработок и современных технологий в области физической культуры и спорта западных стран. Однако они не учитывают, что на здоровье человека оказывает влияние целая группа различных факторов, в том числе и наследственность. Так результаты занятий фитнесом у некоторых можно увидеть спустя несколько месяцев, однако есть виды физической активности, которые подходят не всем.

**Методы исследования:** молекулярно-генетическое тестирование полиморфизмов генов семейства PPARs, вовлеченных регуляцию углеводного и жирового обмена.

**Результаты исследования.** Диапазон биологических функций PPARs очень широк. PPARs регулируют экспрессию генов, участвующих в процессе стероидогенеза, ангиогенеза, ремоделирования тканей, регуляции клеточного цикла, апоптоза и метаболизма липидов и углеводов.

Экспрессия различных изоформ PPARs в тканях неодинакова. PPARA, как значимый регулятор метаболизма жирных кислот, присутствует в печени, тонком кишечнике, почках, сердце, бурой жировой ткани и участвует в процессе воспаления. PPARs модулируют процессы пролиферации и дифференциации клеток иммунной системы, включая макрофаги, В-лимфоциты и Т-лимфоциты. PPARA играет ключевую роль в формировании полового диморфизма и пол-специфических метаболических особенностей. Высокий уровень экспрессии PPARD отмечается в коже, печени, почках, бурой жировой ткани. У животных с врожденным отсутствием этого типа рецепторов наблюдается замедленное заживление ран, снижение миелинизации нервных волокон. Экспрессия изоформ PPARG тканеспецифична. PPARG1 обнаружены практически во всех тканях, PPARG2 локализуется преимущественно в адипоцитах, а PPARG3, кроме адипоцитов, присутствует в эпителии толстого кишечника и макрофагах. PPARG играет важную роль в дифференцировке адипоцитов, метаболизме жиров и углеводов, регуляции клеточного цикла, канцерогенеза и воспаления.

**Выводы.** Носительство определенных аллелей позволяет спрогнозировать нарушение метаболизма, а также индивидуализировать вид физической активности. Так тренировки, направленные на развитие выносливости либо скоростно-силовых качеств, представляют собой разные по стимулам внешние воздействия, которые приводят к специфическим структурным и метаболическим сдвигам в клетках скелетных мышцах.

## ЗМІСТ

### Секція 1. Компоненти якості життя людини

<b>Ольга Андрійчук, Наталія Грейда, Тетяна Масікова, Ігор Андрійчук</b> Вплив болю на якість життя осіб, які потребують реабілітації .....	3
<b>Jan Hnízdí<sup>1</sup>, Štefan Balkó, Martin Škopek</b> Criterion-validity of photoplethymography heart rate monitoring by garmin forerunner 735XT at rest, walking and running at varying velocities .....	4
<b>Eligiusz Małolepszy, Teresa Drozdek-Małolepsza</b> Turystyka i rekreacja w powiecie krzemienieckim w świetle czasopisma “Życie Krzemienieckie” (1932–1939) .....	5
<b>Teresa Drozdek-Małolepsza, Eligiusz Małolepszy</b> Działalność Wołyńskiej Szkoły Szybownictwa (1934–1939) .....	6
<b>Микола Носко, Наталія Терентьєва, Олександр Проніков</b> Якість життя як мета підготовки фахівців у контексті реалізації цілей стратегічного розвитку .....	7
<b>Iuliia Pavlova, Dmytro Zikrach</b> Hidden patterns in young male population based on clustering analysis in quality of life research .....	8
<b>Олександр Сабіров</b> Актуалізація національних цінностей в сучасній освіті: оздоровчі виміри .....	9
<b>Maciej Tadeusz Kulak, Marija Fenko, Zoriana Maciuk</b> Panie turek, czyli parafrazy w języku dziennikarzy sportowych .....	10
<b>Анатолій Цьось, Анна Галицька, Вадим Смолюк, Петро Герасимюк, Володимир Захожий</b> Особливості фізичного і психічного компонентів здоров'я в якості життя студентів з різною фізичною активністю .....	11
<b>Юрій Цюпак, Тетяна Цюпак, Іван Васкан, Юрій Цюпак, Олександр Швай, Леонід Гнітецький</b> Рівень сформованості мотиваційно-ціннісних орієнтацій до рухової активності у дітей середнього шкільного віку .....	12

### Секція 2. Фізична активність і здоров'я

<b>Наталія Белікова, Світлана Індіка, Оксана Мордик, Олена Королюк</b> Вплив навчального навантаження на емоційний стан і стресостійкість студентів факультету фізичної культури .....	13
<b>Анастасія Вільчковська</b> Музика на заняттях фізичної культури і спорту учнів польських шкіл .....	14
<b>Едуард Вільчковський</b> Організація рухової активності школярів у США .....	15
<b>Agata D. Horbacz, Alena Vuková, Ladislav Kručanica, Dana Dračková</b> Lifestyle and diseases of affluence in older adults in the context of physical activity .....	16
<b>Тетяна Гнітецька, Надія Ковальчук, Оріся Бобилева</b> Проблема передчасного старіння населення молодіжного віку країни .....	17
<b>Олег Дикий</b> Мотиваційні пріоритети старшокласників до занять фізичною культурою .....	18
<b>Михайло Дудко, Інна Хрипко, Уляна Катерина</b> Формування мотивації студентів закладів вищої освіти до рекреаційно-оздоровчої рухової активності .....	19
<b>Віталій Кашуба, Наталія Гончарова, Ірина Жарова</b> Концептуальні засади формування здоров'я дітей молодшого шкільного віку .....	20
<b>Віталій Кашуба, Алла Альошина, Жанна Мудрик, Світлана Савчук</b> Теоретичні аспекти розвитку рівноваги тіла людини .....	21

<b>Катерина Кострікова, Ольга Кольцова, Вікторія Коваль</b>	
Педагогічні умови формування ціннісного ставлення до здоров'я у школярів.....	22
<b>Тетяна Кравченко</b>	
Формування колективу в процесі оптимізації фізичної підготовки учнів початкових класів.....	23
<b>Світлана Нестерова, Алла Сулима, Марина Бойко</b>	
Визначення і оцінка рівня фізичного здоров'я молоді 18–20 років з різним соматотипом.....	24
<b>Василь Пантік, Олена Ішук, Ольга Іванюк</b>	
Рухова активність в інформаційному середовищі студентської молоді.....	25
<b>Володимир Пасічник</b>	
Фізичне виховання у педагогічній спадщині Анджея Снядецького.....	26
<b>Віталій Поліщук</b>	
Розвиток фізичних здібностей учнів середнього шкільного віку в процесі туристсько-краєзнавчої діяльності.....	27
<b>Tomasz Rutkowski, Krzysztof Sobiech, Agnieszka Chwalczyńska</b>	
The influence of karate training on body composition of overweight school aged children.....	28
<b>Сергій Савчук, Володимир Ковальчук</b>	
Характеристика функціональних можливостей кардіореспіраторної системи студентської молоді.....	29
<b>Наталія Семенова</b>	
Характеристика фізичної активності і соматичного здоров'я студентів і курсу медичного коледжу.....	30
<b>Марія Сибіль, Христина Шавель, Мар'яна Чеховська, Любов Чеховська, Алла Хохла</b>	
Оцінка стану здоров'я студентів-реабілітологів за даними біохімічного автотиторингу.....	31
<b>Юрій Фурман, Вячеслав Мірошніченко, Олександра Брезденюк</b>	
Оцінка функціональної підготовленості організму молоді 20–22 років.....	32
<b>Віктор Чижик</b>	
Теоретико-методичні основи профільної та рівневої диференціації фізичного виховання учнів.....	33
<b>Павло Чикида</b>	
Динаміка фізичного розвитку дітей середнього шкільного віку.....	34
<b>Наталія Чупрун</b>	
Оптимізація рухової активності жінок першого зрілого віку засобами танцювальної аеробіки.....	35
<b>Людмила Шебеко, Тат'яна Маринич, Вікторія Бульга</b>	
Оценка функционального состояния студентов как средство контроля занятий физической культурой.....	36
<b>Наталья Шепелевич, Віталій Маринич</b>	
Психогенетические особенности оценки стрессоустойчивости юниоров.....	37
<b>Oksana Shynkaruk, Lolita Denisova, Yuriy Yukhno, Elena Yakovenko</b>	
Computer games and their impact on the mental and physical development of the individual.....	38
<b>Інна Шнит</b>	
Можливості аквааеробіки для підвищення рівня здоров'я та фізичної активності студентів.....	40
<b>Людмила Шуба, Вікторія Шуба</b>	
Елементи тенісу, як засіб підвищення фізичної активності дітей початкової школи.....	41

### Секція 3. Фізична активність у способі життя людини

<b>Руслан Байрамов, Анастасія Бондар</b>	
Сумо в житті сучасних дітей та молоді.....	42
<b>Олена Боднарчук, Ольга Римар, Алла Соловей, Галина Маланчук</b>	
Взаємодія школи та сім'ї у фізичному вихованні учнів першого класу.....	43
<b>Анатолій Герасимук</b>	
Методика формування у школярів інтересу до фізкультурно-оздоровчої діяльності.....	44

<b>Юрій Грабовський, Інна Городинська, Світлана Степанюк</b> Особливості прояву мотивації до занять спортивним туризмом юних спортсменів різної спрямованості .....	45
<b>Błażej Cieślak, Anna Serweta, Joanna Szczepańska-Gieracha</b> A single session of virtual reality on acute postural stability in elderly woman .....	46
<b>Gerald R. Gems</b> Sport and aging: a cross-cultural investigation .....	47
<b>Олесь Пришва, Іван Глухов, Микола Круглик</b> Фізична активність високої інтенсивності у фізичному та психологічному стані чоловіків зрілого віку .....	48

#### Секція 4. Програми фізичної активності

<b>Stefan Balko, Radek Zakon, Jan Hnizdil, Martin Skorek</b> Influence of fatigue on reaction time in sport active students .....	49
<b>Ольга Бекас, Юлія Паламарчук, Анатолій Корольчук, Сергій Ломинога</b> Моделі фізичної підготовки дзюдоїстів 10–12 років з урахуванням їхніх соматотипів .....	50
<b>Богдан Виноградський, Алі Абдулкарім Джасім Аль-Убайді</b> Особливості фізичного виховання старшокласників в Іраку .....	51
<b>Марія Гоголь, Віра Ткачук, Любомир Пасічняк, Світлана Степанюк, Катерина Юськів, Ніна Голенко</b> Програма міні-тенісу «Грай і залишайся назавжди» («Play&Stay») в організації рекреаційної діяльності молодших школярів .....	52
<b>Вікторія Головкина, Юрій Фурман</b> Вплив занять плаванням із застосуванням елементів аквафітнесу й інтервального гіпоксичного тренування на функцію зовнішнього дихання дівчат 11–12 років .....	53
<b>Ніна Деделюк, Надія Ковальчук, Олена Томащук, Тетяна Гнітецька, Людмила Ващук</b> Педагогічна практика як основа формування професійної компетентності студентів .....	54
<b>Олена Дем'янчук, Ірина Єрко, Олена Томащук, Ірина Янюк</b> Оцінка рівня техніко-тактичної підготовленості у спортивному туризмі .....	55
<b>Ірина Євстігнеєва, Євгенія Захаріна</b> Теоретичні та прикладні проблеми психологічної підготовки спортсмена .....	56
<b>Богдан Задворний</b> Фізичне виховання школярів в умовах школи .....	57
<b>Erika Zemková</b> New developments in functional performance testing of core strength and power .....	58
<b>Klaudia Zusková, Zuzana Küchelová, Klaudia Szatmariová</b> Subjective well-being of Slovak archers .....	59
<b>Hana Kabešová, Jitka Vaněčková, Pavel Caitaml, Lenka Černá</b> The effect of application of static and dynamic stretching in warm up to performances in selected physical abilities of secondary school pupils .....	60
<b>Віталій Кашуба, Анна Дяченко, Інна Асаулюк</b> Інформаційні технології як засіб підвищення мотивації студентів до регулярної фізичної активності .....	61
<b>Віктор Костюкевич</b> Методичний підхід до побудови тренувальних занять спортсменів командних ігрових видів спорту на основі моделювання .....	62
<b>Татьяна Лебедь</b> Персоналіфіцированный фитнес .....	63
<b>Нінель Мацкевич, Анатолій Цюсь, Ігор Бичук, Юлія Хильчук, Петро Глушко</b> Технологія залучення студентів до самостійних занять фізичними вправами .....	64

<b>Світлана Подубінська</b> Мотиваційний фактор використання анімаційних програм у гуртковій роботі з фізичної культури .....	65
<b>Ольга Рода, Світлана Калитка</b> Обґрунтування структури та змісту базових мезоциклів спортсменів, які спеціалізуються з бігу на середні дистанції.....	66
<b>Віктор Романюк, Віктор Чижик</b> Компонентний склад маси тіла футболістів 11–17 років .....	67
<b>Оксана Саволайнен, Валерій Кузнецов, Олександр Валькевич, Роман Черкашин, Людмила Черкашина</b> Застосування сучасних напрямів в процесі силової підготовки легкоатлетів-метальників у групах підвищення спортивної майстерності.....	68
<b>Andrzej Soroka, Agnieszka Godlewska</b> Motives of sports competition participants behind doing Nordic Walking.....	69
<b>Євгеній Стрикаленко, Олег Шалар, Регіна Андрєєва, Ігор Жосан, Оксана Швець</b> Заняття сусле як засіб покращення фізичного стану жінок першого зрілого віку .....	70

## Секція 5. Фізична активність як чинник якості життя людини

<b>Інна Галімска</b> Наукові підходи до аналізу проблеми фізичної підготовки курсантів-пілотів .....	71
<b>Василь Мазін, Вікторія Бицюк</b> Залежність фізичного та психологічного здоров'я жінок України та Австралії від занять фітнесом .....	72
<b>Олег Мазурчук, Олександр Панасюк, Олександр Митчик, Петро Герасимюк</b> Міні-футбол як особливий вид фізичного вдосконалення студенток у процесі навчання .....	73
<b>Наталія Москаленко, Антоніна Полякова, Ольга Микитчик</b> Методичні основи організації рухової діяльності дітей молодшого дошкільного віку в залежності від рівня фізичного стану.....	74
<b>Ольга Ображей, Ірина Маляренко, Іван Глухов, Борис Кедровський</b> Дослідження вмотивованості молодших школярів до занять з плавання .....	75
<b>Gertrud Pfister</b> Body, health and physical activity: opinions, attitudes and practices of migrant women, an intervention with female cleaners in Denmark .....	76

## Секція 6. Фізична активність у фізичній реабілітації та соціальній адаптації

<b>Алла Альошина, Олександр Бичук, Вікторія Петрович, Роман Іваніцький</b> Корекція прорухень сагітального профілю постави школярів у процесі адаптивного фізичного виховання.....	77
<b>Alena Vuková, Magdaléna Hagořská, Klaudia Zusková, Agata D. Horbacz, Ladislav Kruřanica</b> Awareness of patients suffering from selected chronic diseases of the importance of physical activity in treating their disorders .....	78
<b>Анатолій Вольчинський, Ярослав Смаль, Олександр Малімон, Андрій Ковальчук</b> Адаптивна фізична культура та її основні функції у житті дітей з порушенням фізичного та психічного розвитку .....	79
<b>Андрій Базілевський, Іван Глазирін, Валентина Глазиріна, Олена Лугіна</b> Самооцінка та тривожність дітей з порушеннями слуху і мовлення .....	80
<b>Ludmila Zapletalová, Gabriela Luptáková</b> Musculoskeletal condition and adaptation as the predictors of low back pain in sports games.....	81



<b><i>Ірина Козут, Вікторія Маринич, Єлизавета Шитікова</i></b> Можливості організації інклюзивного середовища в спортивно-технічних видах спорту.....	82
<b><i>Ірина Козут, Вікторія Маринич, Катерина Чебанова</i></b> Підготовка спортсменів з інвалідністю для участі у змаганнях з карате у розділі «Ката».....	83
<b><i>Яна Копитін, Юрій Лянної</i></b> Методика розвитку просторового орієнтування засобами фізичної терапії в осіб із особливими потребами, які мають патологію органів зору.....	84
<b><i>Юрій Лях, Оксана Усова, Олена Якобсон, Наталія Ульяницька, Альона Романюк, Марина Лях, Вікторія Мельничук</i></b> Комп'ютерна стабілографія в практичній роботі фізичного терапевта, ерготерапевта .....	85
<b><i>Татьяна Маринич, Людмила Шебеко</i></b> Влияние физических упражнений на показатели качества жизни у больных с артериальной гипертензией .....	86
<b><i>Ігор Мисула, Ігор Попович, Густав Вуйчик, Мар'яна Мисула, Наталя Сидлярчук</i></b> Вплив бальнеотерапії на курорті Трускавець на фізичну активність та стійкість до гіпоксії дітей шкільного віку.....	87
<b><i>Вікторія Онищук, Наталія Гаврилова</i></b> Комплексна фізична реабілітація дітей 10–11 років з короткозорістю .....	88
<b><i>Світлана Ступницька, Лідія Завацька</i></b> Диференційна діагностика вродженої м'язової кривошиї .....	89
<b><i>Катерина Тимрук-Скоропад, Оксана Дуб, Любов Ціж</i></b> Фізична активність осіб із хронічним обструктивним захворюванням легень .....	90
<b><i>Тетяна Цюпак, Юрій Цюпак, Юрій Цюпак, Фелікс Філак</i></b> Стан фізичного і функціонального розвитку хлопців 11–12 років з сутулістю.....	91
<b><i>Леонид Гершберг, Раиса Чаланова</i></b> Нейрографика как эффективный метод психо-реабилитации .....	92