УДК 371.134-615.825;616.233
DOI https://doi.org/10.32840/1992-5786.2021.75-1.20

Г. Ф. Горпинич
викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
факультету № 2
Харківського національного університету внутрішніх справ

В. А. Шемчук
кандидат педагогічних наук,
начальник науково-дослідного відділу розвитку фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту
навчально-дослідного центру проблем фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту
Навчально-наукового інституту фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій
Національного університету оборони імені Івана Черняховського

Г. О. Коник
старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту
Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна

О. А. Суровов
старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання
КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради

Д. В. Аксьонов
викладач кафедри фізичного виховання
КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради

МЕТОДИКА ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ВИКЛАДАЧІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗІ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ ПІСЛЯ ЛІКУВАННЯ КОРОНАВІРУСНОЇ ХВОРОБИ

Враховуючи наслідки всесвітньої пандемії коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2), яка за своїми масштабами охопила всі групи населення, зокрема й представників інституцій сектору безпеки й оборони України (СБОУ), сьогодні важливим є пошук нових форм, методів і засобів фізичної реабілітації правоохоронців і військовослужбовців різних категорій і вікових груп після лікування коронавірусної хвороби, що підкреслює актуальність обраного напряму наукової розвідки та практичну її спрямованість.

Узявши до уваги результати моніторингу науково-методичної та спеціальної літератури (інтернет-джерел), ми встановили, що питанням розроблення та впровадження в систему лікувальної фізичної культури представників різних груп населення (службової підготовки поліцейських і професійної підготовки військовослужбовців СБОУ різних вікових груп і категорій) ефективних методик фізичної терапії присвячено недостатню кількість робіт, що потребує подальших наукових досліджень.

Головною метою дослідження є розроблення та апробація методики фізичної терапії викладачів фізичної та спеціальної фізичної підготовки закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання Національної поліції України, вищих військових навчальних закладів Національної гвардії України після лікування коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2).

Відповідно до статистики Всесвітньої організації охорони здоров'я щодо боротьби зі всесвітньою пандемією COVID-19 (SARS-CoV-2), ми встановили, що в переважної більшості хворих на зазначене вище захворювання спостерігається запалення легенів (пневмонія). Узявши до уваги цей факт, а також довідкову інформацію щодо наслідків (ускладнень) після перенесення зазначеного вище захворювання, члени науково-дослідної групи (НДГ) розробили методику фізичної терапії викладачів спеціальної фізичної підготовки закладів вищої освіти (ЗВО) зі специфічними умовами навчання Національної поліції України (НПУ), а також зазначених вище фахівців вищих військових навчальних закладів (ВВНЗ) Національної гвардії України (НГУ) після лікування коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2).

Порівнюючи показники до та після використання розробленої членами науково-дослідної групи методики фізичної терапії встановлено, що результати, отримані наприкінці педагогічного експе-

© Горпинич Г. Ф., Шемчук В. А., Коник Г. О., Суровов О. А., Аксьонов Д. В., 2021

рименту в досліджуваних викладачів кафедр (фізичної підготовки та спорту Національної академії Національної гвардії України, тактичної та спеціальної фізичної підготовки Харківського національного університету внутрішніх справ), суттєво підвищилися порівняно з вихідними даними, і ці відмінності переважно достовірні (Ег, P≤0,05).

Ключові слова: *викладачі, відновлення, компетентності, коронавірус, лікувальна фізична культура, методика, службова підготовка, спеціальна фізична підготовка, фізична терапія, фізичне виховання.*

Постановка проблеми. Зухвалим викликом для фізичного виховання різних груп населення, а зокрема системи фізичної та спеціальної фізичної підготовки представників інституцій сектору безпеки й оборони України, стала коронавірусна пандемія COVID-19 (SARS-CoV-2). Не оминула коронавірусна хвороба COVID-19 (SARS-CoV-2) й викладачів кафедр фізичної та спеціальної фізичної підготовки закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання Національної поліції України (НПУ), вищих військових навчальних закладів Національної гвардії України (НГУ) та інших інституцій сектору безпеки й оборони України (СБОУ).

З огляду на той факт, що сьогодні наявні вакцини проти COVID-19 (SARS-CoV-2), такі як: «Aifa», «Pfizer та BioNTech», «Moderna», «Спутнік V», «QazCovid-in», «CoronaVac (Sinovac)», «Novavax» та «Johnson & Johnson» [1] – малоефективні, лікування уражених зазначеним вище вірусом людей здійснюється відповідно до спеціальних медичних протоколів, які не досить дієві та спричиняють різноманітні побічні ефекти, що негативно впливає на відновлення організму представників різних груп населення.

Враховуючи вищевикладене та наявний стан справ боротьби людства проти всесвітньої пандемії, спричиненої коронавірусом COVID-19 (SARS-CoV-2) та його новими мутованими штамами, простежується важливість пошуку нових ефективних і надійних ліків, а також відповідних форм, методів і засобів фізичної реабілітації (терапії, ерготерапії) представників різних груп населення, зокрема викладачів кафедр фізичної та спеціальної фізичної підготовки закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання (інших вищих військових навчальних закладів інституцій СБОУ) після лікування коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2), що підкреслює актуальність обраного напряму наукової розвідки та практичну її спрямованість.

Дослідження виконано відповідно до плану науково-дослідної роботи й дослідно-конструкторських робіт кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету № 2 (кримінальної поліції) Харківського національного університету внутрішніх справ (ініціативна тема, 2020–2021 р.р.).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Моніторинг науково-методичної та спеціальної літератури (інтернет-джерел) в напрямі організації системи фізичної терапії (ерготерапії) представників різних груп населення, (1-й етап дослідження, вересень-жовтень 2020 р.) дав нам змогу визначити низку вчених і практиків: Ю. Копочинську [2], Л. Андрійчук [3], П. Віндюка [4], Л. Рубан [5] та інших фахівців (О. Беспалову, О. Скомороха, О. Стасюка, О. Толкачова, Г. Туміловича).

Цікавими за своїм змістом і сутнісними характеристиками є теоретико-методичні праці вчених: В. Зюзя, Т. Бабич, В. Балухтіної [6], С. Старікова, В. Юдіна, С. Калашнікова, П. Мохова, С. Ткаченка, Є. Косухіна [7], М. Костінова [8], Y. Xiaobo, Y. Yuan, X. Jiqian, S. Huaqing, X. Jia'an, L. Hong [9] та інших фахівців (В. Амбросімова, Б. Кіндзера, Г. Пономаренко, А. Разумова, О. Хацаюка, А. Чучаліна), у яких висвітлено актуальні питання використання сучасних програм (методик) фізичної терапії, ерготерапії представників різних груп населення після лікування коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2) та супутніх бронхо-легеневих захворювань. Окремі напрями фізичної терапії представників різних груп населення, які наведено в наукових працях зазначених вище учених і практиків, доцільно використати під час розроблення сучасних методик (педагогічних моделей), спрямованих на фізичну терапію викладачів фізичної та спеціальної фізичної підготовки закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання інституцій СБОУ після одужання від коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2).

Враховуючи результати моніторингу науково-методичної та спеціальної літератури (інтернет-джерел), ми встановили, що питанням розроблення та впровадження в систему лікувальної фізичної культури представників різних груп населення (службової підготовки поліцейських різних вікових груп і категорій) ефективних методик фізичної терапії присвячено недостатню кількість робіт, що потребує подальших наукових досліджень і підкреслює актуальність і практичний складник обраного напряму наукової розвідки.

Метою статті є розроблення та апробація методики фізичної терапії викладачів фізичної та спеціальної фізичної підготовки закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання НПУ, вищих військових навчальних закладів НГУ після лікування коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2).

Для досягнення мети дослідження планувалося розв'язати такі завдання:

− здійснити моніторинг науково-методичної та спеціальної літератури (інтернет-джерел) в напрямі організації системи фізичної терапії (ерготерапії) представників різних груп населення;

− провести аналіз сучасних програм (методик) фізичної терапії, ерготерапії представників різних груп населення після лікування коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2) (супутніх бронхо-легеневих захворювань);

− розробити й апробувати методику відновлення рівня фізичної та спеціальної фізичної підготовленості (прикладних професійних компетентностей) атестованих і цивільних викладачів кафедр: тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету № 2 Харківського національного університету внутрішніх справ (ХНУВС); фізичної підготовки і спорту Національної академії Національної гвардії України (НАНГУ) на етапі фізичної терапії після лікування коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2) (супутніх бронхо-легеневих і серцевих захворювань).

Під час емпіричного дослідження було використано такі методи: абстрагування, аналіз і синтез, індукція і дедукція, моделювання, математично-статистичні (кореляційного аналізу, факторного аналізу, шкалювання), власний досвід фізичної реабілітації після лікування бронхо-легеневих захворювань.

Виклад основного матеріалу. Для досягнення головної мети емпіричного дослідження було створено науково-дослідну групу у складі Г. Горпинича, В. Шемчука, О. Хацаюка, Г. Коника, О. Суровова, Д. Аксьонова (провідні учені та практики обраного напряму наукової розвідки).

Відповідно до результатів аналізу науково-методичної літератури, спеціальних науково-методичних інтернет-ресурсів ми встановили, що після лікування коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2) у деяких індивідів спостерігаються різного роду ускладнення, а саме: бронхо-легеневої та серцево-судинної систем, що негативно впливає на тривалість етапу відновлення (фізичної реабілітації) та час повернення до виконання службових обов'язків на посадах викладачів кафедр фізичної та спеціальної фізичної підготовки закладів вищої освіти (ЗВО) зі специфічними умовами навчання НПУ (вищих військових навчальних закладів НГУ).

Узявши до уваги вищезазначене, а також звітну статистику щодо боротьби зі всесвітньою пандемією COVID-19 (SARS-CoV-2) [10], ми встановили, що в переважної більшості хворих на вказане вище захворювання спостерігається запалення легенів (пневмонія); члени науково-дослідної групи (НДГ) розробили методику (2-й етап дослідження, листопад 2020 р.) фізичної терапії викладачів спеціальної фізичної підготовки ЗВО зі специфічними умовами навчання НПУ, а також зазначених фахівців вищих військових навчальних закладів (ВВНЗ) НГУ після лікування коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2) (табл.1).

Зазначена вище (табл. 1) методика забезпечує: поліпшення дренажної функції бронхів; нормалізацію легеневої гемодинаміки; прискорене розсмоктування запального пневмонічного вогнища; поліпшення функції апарату зовнішнього дихання; стимуляцію імунологічної та неспецифічної резистентності організму, прискорення регенеративних процесів; профілактику спаєчного процесу та інше – завдяки акцентованому використанню засобів фізичної та спеціальної фізичної підготовки (фізичної терапії) [11].

Варто також зауважити, що під час педагогічного моделювання члени НДГ передбачали, що зазначена вище методика (табл. 1) сприятиме ефективному та поетапному відновленню прикладних професійних компетентностей викладачів досліджуваної категорії, які забезпечують їхню високу педагогічну майстерність.

Крім того, варто підкреслити, що досліджувані викладачі ХНУВС, НАНГУ до початку педагогічного експерименту пройшли відповідні реабілітаційні курси: маніпуляційних втручань, дихальної гімнастики, водних процедур і навчання пацієнтів у відповідних умовах спеціалізованих лікувальних закладів системи МВС України м. Харкова.

Для підтвердження ефективності розробленої членами НДГ методики фізичної терапії (табл. 1) проведено педагогічний експеримент (3-й етап дослідження, грудень 2020 – березень 2021 р.р.). У дослідженні взяли участь викладачі кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету № 2 ХНУВС (n=8 ос.) та викладачі кафедри фізичної підготовки і спорту НАНГУ (n=5 ос.), які одужали після лікування коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2), ускладненої запаленням легенів (ураженням легенів різного ступеню), і які за рекомендаціями лікарів допущені до виконання службових обов'язків і фізичних навантажень.

Варто зауважити, що всі досліджувані викладачі зазначених вище кафедр ХНУВС, НАНГУ дали згоду на участь у педагогічному експерименті, що підтверджується відповідним актом. До початку педагогічного експерименту в досліджуваних викладачів фізичної та спеціальної фізичної підготовки рівень сформованості основних (індивідуальних) фізичних якостей і спеціальної фізичної підготовленості був на низькому рівні (рис. 1), що пов'язано з перенесеним ними захворюванням на коронавірусну хворобу COVID-19 (SARS-CoV-2).

Таблиця 1

Методика фізичної терапії досліджуваних викладачів ХНУВС та НАНГУ після лікування коронавірусної хвороби COVID-19 (*SARS-CoV-2)*

№ з/п	Розділ	Тривалість заняття ЛФК (хв.)	Кількість тренувальних занять ЛФК (заг. час тренувань (хв.)	Зміст тренувальних завдань ЛФК
І. Загальна фізична підготовка				
1.1	Гімнастика та атлетична підготовка	30	6 (180)	Загальнорозвивальні вправи, розтягнення, вправи з власною вагою (гантелями), комплекси вільних вправ
1.2	Ходьба (спортивна ходьба)	40	5 (200)	Ходьба (спортивна ходьба) в помірному темпі до 2–2,5 км, ходьба вгору до 250–300 м
1.3	Біг (помірним темпом)	20	5 (100)	Біг у помірному темпі до 2,5–3 км
1.4	Спортивні ігри (міні-футбол, баскетбол, волейбол)	20	4 (80)	Футбол, міні-футбол, волейбол
1.5	Плавання (вільним стилем)	30	3 (90)	Вільним стилем до 1,2–1,7 км
1.6	Комплексне тренування	35	2 (70)	Комплекси вільних вправ, підтягування на перекладині, ходьба до 800 м, біг у помірному темпі до 1–1,5 км, розтягнення, жим лежачи, робота з гумовим амортизатором
Усього за 1 блок (3 етапу дослідження)			19 (720)	--------
ІІ. Спеціальна фізична підготовка (заходи фізичного впливу, сили)				
2.1	Спеціальні вправи (акробатика, дихальні вправи, комплекси рукопашного бою, кати)	50	5 (250)	Дихальні вправи з Кіокушинкай карате «Ногаре», ката «Санчін», самострахування, акробатичні вправи, імітація технічних дій застосування заходів фізичного впливу без, відпрацювання ударів руками, ногами, відпрацювання ударів руками та ногами на боксерських мішках, вправи із затримкою дихання
2.2	Технічна підготовленість	50	7 (350)	Відпрацювання прийомів застосування заходів фізичного впливу з партнером
2.3	Тактична підготовленість	50	7 (350)	Відпрацювання тактичних комбінацій у стійці і партері (комплексне тренування)
2.4	Функціональна підготовленість	50	8 (400)	Виконання функціональних комплексів системи кросфіт (колове тренування)
Усього за 2 блок (3 етапу дослідження)			27 (1350)	--------
Усього за 3 етап підготовки (1, 2 блоки)			46 (2070)	--------

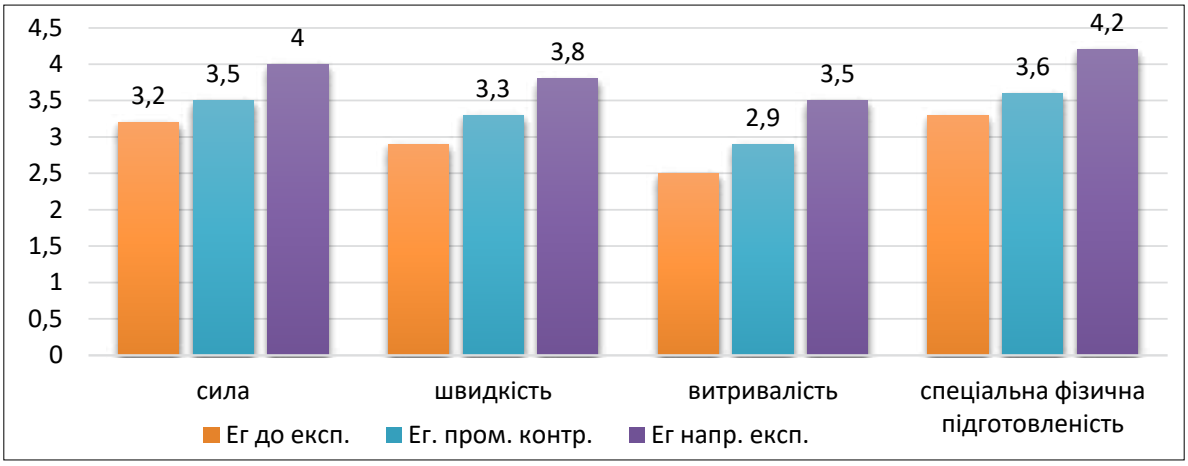

Рис. 1. Результати визначення рівня сформованості основних фізичних якостей і спеціальної фізичної підготовленості досліджуваних викладачів ХНУВС, НАНГУ упродовж педагогічного експерименту

Примітка: вивчення ефективності сформованості професійних компетентностей (рівня фізичної та спеціальної фізичної підготовленості) у досліджуваних Ег здійснювалося шляхом експертної оцінки за 4-бальною шкалою оцінювання, де 5 – максимальний бал, а 2 – мінімальний відповідно до чинної нормативної бази НПУ[12], НГУ [13]

Тривалість періоду відновлення досліджуваних викладачів зазначених вище кафедр ХНУВС, НАНГУ із використанням розробленої членами НДГ методики фізичної терапії (табл. 1) становить 3,5 місяця (грудень 2020 – березень 2021 р.р.). Практичні заняття лікувальною фізичною культурою (ЛФК) за розробленою нами методикою (табл. 1) з досліджуваними викладачами ХНУВС, НАНГУ організовувалися відповідно до індивідуальних планів, а також з обов'язковим медичним контролем (на всіх блоках педагогічного експерименту 3-го етапу; кількість практичних занять ЛФК, тривалість і зміст вказано в табл. 1).

Наприкінці педагогічного експерименту (березень 2021 р.) члени НДГ провели контрольно-перевірочне заняття (тестування рівня сформованості основних фізичних якостей і спеціальної фізичної підготовленості досліджуваних експериментальної групи (Ег, викладачів ХНУВС, НАНГУ; результати тестування наведено на рис. 1).

Порівнюючи показники до та після використання розробленої членами НДГ методики фізичної терапії (табл. 1) встановлено, що результати, отримані наприкінці педагогічного експерименту в досліджуваних викладачів кафедр (фізичної підготовки та спорту НАНГУ, тактичної та спеціальної фізичної підготовки ХНУВС), суттєво підвищилися порівняно з вихідними даними, і ці відмінності переважно достовірні (Ег, $P \leq 0,05$).

Висновки і пропозиції. Відповідно до результатів педагогічного експерименту, члени науково-дослідної групи підтвердили високу ефективність і функціональність методики фізичної терапії викладачів фізичної та спеціальної фізичної підготовки ЗВО зі специфічними умовами навчання НПУ, ВВНЗ НГУ після лікування коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2). Крім того, ми встановили, що акцентоване використання методики фізичної терапії (табл. 1) забезпечило підвищення рівня фізичної та спеціальної фізичної підготовленості в досліджуваних викладачів ХНУВС та НАНГУ.

Отже, головної мети дослідження – розроблення та апробація методики фізичної терапії викладачів фізичної та спеціальної фізичної підготовки ЗВО зі специфічними умовами навчання НПУ, ВВНЗ НГУ після лікування коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2) – досягнено, а завдання – виконано.

Члени науково-дослідної групи пропонують впровадити результати дослідження в систему лікувальної фізичної культури (службової підготовки НПУ, професійної підготовки НГУ) представників ЗВО зі специфічними умовами навчання МВС України та ВВНЗ інституцій СБОУ. Перспективи подальших досліджень в обраному напрямі наукової розвідки передбачають розроблення програми терапії (ерготерапії) майбутніх офіцерів інституцій СБОУ після лікування коронавірусної хвороби COVID-19 (SARS-CoV-2) з акцентованим використанням засобів фізичної підготовки.

Список використаної літератури:

1. Вакцина проти COVID-19. 2021. URL: https://uk.wikipedia.org/wiki/Вакци-на_проти_COVID-19 (дата звернення: 12.03.2021).
2. Копочинська Ю.В. Фізична реабілітація студенток з ожирінням та низьким рівнем фізичної підготовленості : автореф. дис. … канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.03. Львів, 2012. 20 с.
3. Андрійчук О.Я. Теоретико-методичні основи фізичної реабілітації хворих на гонартроз : автореф. дис. … канд. наук із фіз. виховання і спорту : 24.00.03. Львів, 2013. 40 с.
4. Віндюк П.А. Шляхи підвищення функціональних можливостей кардіореспіраторної системи у підлітків з церебральним паралічем засобами фізичної реабілітації : автореф. дис. … канд. наук із фіз. виховання і спорту : 24.00.03. Львів, 2014. 20 с.
5. Рубан Л.А. Диференційований підхід до призначення комплексу засобів фізичної реабілітації студентам за хронічного обструктивного захворювання легенів на поліклінічному етапі : автореф. дис. … канд. наук із фіз. виховання і спорту : 24.00.03. Львів, 2014. 20 с.
6. Зюзь В.М., Бабич Т.М., Балухтіна В.В. Фізична активність – засіб зміцнення та реабілітації під час пандемії COVID-19. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова.* Вип. 8 (128). НПУ імені М.П. Драгоманова, 2020. С. 74–79.
7. Стариков С.М., Юдин В.Е., Калашников С.В., Мохов П.А., Ткаченко С.А., Косухин Е.С. Физическая реабилитация больных пневмонией, ассоциированной с коронавирусной инфекцией (COVID-19) : учеб. пособ. Москва : Издательство «Перо», 2020. 75 с.
8. Костинов М.П. Основы иммунореабилитации при новой коронавирусной инфекции (COVID-19) : пособ. Москва : Группа МДВ, 2020. 112 с.
9. Xiaobo Yang, Yuan Yu, Jiqian Xu, Prof Huaqing Shu, Prof Jia'an Xia, Prof Hong Liu. Clinical course and outcomes of critically ill patients with SARS-CoV-2 pneumonia in Wuhan, China: a single-centered, retrospective, observational study : a.rev. China. Lancet Respir. Med., 2020. 118 p.
10. Всемирная организация здравоохранения. 2021. URL: https://www.who.int-/ru/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019 (дата звернення: 02.03.2021).
11. Моргунов О.А., Забора А.В., Соколов В.В. Спеціальна фізична підготовка : роб. прог. навч. дисц. Харків : ХНУВС, 2020. 24 с.
12. Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України : Наказ міністра внутрішніх справ України від 26 січня 2016 р. № 50. 2016. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/sho-w/z0260-16#Text (дата звернення: 12.03.2021).
13. Інструкція з організації фізичної підготовки в Національної гвардії України : Наказ МВСУ від 13 жовтня 2014 р. № 1067. 2019. URL: https://zakon.ra-da.gov.ua/laws/show/z1375-14#Text (дата звернення: 12.03.2021).

Horpynych H., Shemchuk V., Konyk H., Surovov O., Aksonov D. Methods of physical therapy for teachers of special physical training of higher education institutions with specific learning conditions after treatment of coronavirus disease

Given the consequences of the global coronavirus pandemic COVID-19 (SARS-CoV-2), which covered all groups of the population, including representatives of the institutions of the Security and Defense Sector of Ukraine (SDSU), today it is important to find new forms and methods and means of physical rehabilitation of law enforcement officers and servicemen of different categories and age groups after treatment of coronavirus disease, which emphasizes the relevance of the chosen area of scientific intelligence and its practical orientation.

Taking into account the results of monitoring of scientific-methodical and special literature (Internet sources) we found that the development and implementation of the system of therapeutic physical culture of different groups (police training and training of SDSU servicemen of different ages and categories) effective methods of physical therapy insufficient number of works is required, which requires further research.

The main purpose of the study is to develop and test methods of physical therapy for teachers of physical and special physical training of higher education institutions with specific training conditions of the National Police of Ukraine, higher military educational institutions of the National Guard of Ukraine after treatment of coronavirus COVID-19 (SARS-CoV-2).

According to the World Health Organization's statistics on the global pandemic COVID-19 (SARS-CoV-2), we have found that the vast majority of patients with the above disease have pneumonia (pneumonia). Taking into account this fact, as well as background information on the consequences (complications) after the transfer of the above disease, members of the research group (RG) developed a method of physical therapy for teachers of special physical education institutions (HEI) with specific training conditions of the National Police of Ukraine (NPU), as well as the above specialists of higher military educational institutions (HMEI) of the National Guard of Ukraine (NGU) after treatment of coronavirus COVID-19 (SARS-CoV-2).

Comparing the indicators before and after using the method of physical therapy developed by members of the research group, it was found that the results obtained at the end of the pedagogical experiment in the studied teachers (physical training and sports of the National Academy of National Guard of Ukraine, tactical and special physical training of Kharkiv National University of Internal Affairs) increased compared to the original data and these differences are mostly significant (Eg, P≤0.05).

Key words: *teachers, recovery, competencies, coronavirus, therapeutic physical culture, methods, in-service training, special physical training, physical therapy, physical education.*