

Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України  
Державний заклад  
„Луганський національний університет  
імені Тараса Шевченка”  
Інститут фізичного виховання і спорту

**КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ,  
РЕАБІЛІТАЦІЯ В СУЧАСНИХ УМОВАХ**

*Матеріали*

*X Всеукраїнської науково-практичної конференції*

29 – 30 листопада 2012 р.,  
м. Луганськ

Луганськ  
ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”  
2012

УДК 613 + 615.8 + 796  
ББК 51.204.0 + 53.54 +75  
К90

Редакційна колегія:

Горашук В. П., д-р пед. наук, професор  
(головний редактор)  
Будаг'янець Г. М., к-т пед. наук, професор  
Самойлович В. А., д-р мед. наук, професор  
Максименко Г. М., д-р пед. наук, професор  
Зюзін В. О., д-р мед. наук, професор  
Ворожбіян М. І., д-р техн. наук, професор  
Ротерс Т. Т., д-р пед. наук, професор  
Виноградов О. А., д-р мед. наук, професор  
Іванюра І. О., д-р біол. наук, професор

К90 **Культура здоров'я, фізичне виховання, реабілітація в сучасних умовах: матеріали X Всеукр. наук.-практ. конф., 29 – 30 листопада 2012 р., м. Луганськ / за заг. ред. В. П. Горашука.** – Луганськ : Вид-во ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2012. – 260 с.

У збірнику представлено статті з проблем культури здоров'я, реабілітації, фізичного виховання та спорту.

Матеріали конференції адресовано фахівцям з фізичного виховання та спорту, фізичної реабілітації, валеології, викладачам та студентам вищих навчальних закладів.

УДК 613 + 615.8 + 796  
ББК 51.204.0 + 53.54 +75

Рекомендовано до друку Вченою радою  
Луганського національного університету імені Тараса Шевченка  
(протокол № 5 від 21 грудня 2012 року)

© ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2012

ЗМІСТ

Культура здоров'я, фізичне виховання, реабілітація в сучасних умовах

<i>Горашук В. П.</i> Здоров'я населення регіона: проблеми, пути вихода.....	8
<i>Аверкієва К. О.</i> Сучасні підходи до фізичної реабілітації при захворюваннях шлунково-кишкового тракту.....	14
<i>Абдалла Фади, Бугеря Т. Н.</i> Комплексная физическая реабилитация у детей при бронхиальной астме.....	18
<i>Бабич В. І, Зуєва А. О.</i> Вплив реабілітаційних методів на перебіг сколіозу у дітей.....	23
<i>Барабаш Е. В., Лизус С. А.</i> Воздействие вредных привычек на организм человека.....	27
<i>Бердников К. О.</i> Комплексная физическая реабилитация больных, перенесших инфаркт миокарда.....	32
<i>Богданова Е. В., Зубюк Л. В.</i> Профилактика и коррекция железодефицитных состояний у девушек и женщин репродуктивного возраста.....	37
<i>Бугеря О. О.</i> Роль духовно-морального виховання при підготовці майбутніх слідчих у вищих навчальних закладах системи МВС України.....	42
<i>Бугеря Т. Н., Аль Хешуш Баха</i> Комплексная физическая реабилитация больных при бронхите...	46
<i>Букша С. Б., Рокачук І. С.</i> Гирудотерапия в комплексной реабилитации больных, перенесших ишемический инсульт.....	51

4. Постепенное нарастание нагрузки в процессе курса.  
5. Разнообразие и новизна в проведении занятий (10–15 % упражнений обновляются, а 85–90 % повторяются для закрепления достигнутых успехов).

6. Умеренность воздействия, т.е. умеренная, но более продолжительная или дробная нагрузка более оправдана, чем усиленная и концентрированная.

7. Соблюдение цикличности – чередование более интенсивных нагрузок с относительным отдыхом.

8. Учет возрастных особенностей.

Достичь положительных результатов можно только в результате многократного повторения элементарных упражнений [2]

Таким образом, процесс реабилитации больных, страдающих ДЦП, носит длительный характер, требующий настойчивости и целеустремленности от детей и их родителей. Занятия иппотерапией позволяют избежать развития ранних контрактур суставов у больных ДЦП и увеличивать возможности их двигательной активности.

#### Литература

1. Валеев Н. Поиск новых форм физкультурно-рекреативной деятельности в процессе реабилитации инвалидов с последствиями детского церебрального паралича / Н. Валеев, Л. Захарова, Н. Ганзина // Человек в мире спорта : Новые идеи, технологии, перспективы : Тез. докл. Междунар. конгр. – М., 1998. – Т. 2. – С. 524–525.
2. Гросс Н. А. Физическая реабилитация детей с нарушением функций опорно-двигательного аппарата / Гросс Н. А. – М., 2000. – 49 с.
3. Гурвич П. Т. Какие заболевания лечат верховой ездой / П. Т. Гурвич // Коневодство и конный спорт. – 1997. – № 1. – С. 22–23.
4. Денисенков А. И. Иппотерапия как одно из средств реабилитации больных с детскими церебральными параличами / А. И. Денисенков. – М.: Знание, 2000. – 200 с.
5. Денисенков А. Иппотерапия: возможности и перспективы реабилитации при ДЦП / А. Денисенков, И. Роберт, И. Шпицберг. – М., 2003. – 187 с.
6. Ионатамишвили Н. И. Особенности райттерапии при детском церебральном параличе / Н. И. Ионатамишвили, Ц. Щ. Чхиквишвили. – Л., 2001. – 125 с.
7. Маринуч В. В. Основные показатели инвалидности в Украине / В. В. Маринуч, А. В. Ипатова // Аналитико-статистический справочник. – Днепропетровск : Пороги, 2003. – С. 20–26.
8. Учебник инструктора по лечебной физической культуре : Учеб. для ин-тов физ. культ. / Под ред. В. П. Правосудова. – М. : Физкультура и спорт, 1985. – 256 с.
9. Штеренгерц А. Е. Лечебная физическая культура и массаж при заболеваниях и травмах нервной системы у детей / А. Е. Штеренгерц. – К. : Здоровье, 1989. – 128 с.

## К ВОПРОСУ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ ПРИ ОБУЧЕНИИ В УКРАИНЕ

*В статье приведен теоретический анализ подходов к изучению адаптации студентов. Определена необходимость исследования проблемы адаптации иностранных студентов в высших учебных заведениях Украины.*

*Ключевые слова: адаптация студентов к обучению, адаптация иностранных студентов.*

Потребность в адаптации у человека возникает при его взаимодействии с какой-либо системой в условиях определенного рассогласования с ней, что вызывает необходимость изменений. Эти изменения могут быть связаны с самим человеком или системой, с которой он взаимодействует, а также с характером взаимодействия между ними. Категория адаптации относится к числу наиболее общих понятий, определяющих связь живого организма со средой [1].

Интернационализация современного высшего образования актуализирует проблему адаптации иностранных студентов к чуждой им действительности высшей школы незнакомой страны. Примерно двое из ста обучающихся в высшей школе в мире на настоящий момент – иностранные студенты, среди которых в количественном отношении традиционно преобладают граждане развивающихся стран. Состояние здоровья студентов определяется их адаптационными резервами в процессе обучения. Физиологическую адаптацию рассматривают как устойчивый уровень активности и взаимосвязи функциональных систем, органов и тканей, а также механизмов управления, обеспечивающих нормальную жизнедеятельность организма студента [2, 7].

Абсолютное большинство иностранных студентов по приезду в Украину сталкивается со множеством трудностей физиологического характера (привыкание к климату, кухне) и социально-психологического характера (приспособление к бытовым условиям, нормам поведения и требованиям учебной деятельности). Самая сложная область адаптации – учебная деятельность, что обусловлено необходимостью достижения высокого уровня владения русским языком, достаточного для приобретения профессионально значимых знаний и навыков.

Условия учёбы в вузе ставят повышенные требования к адаптивным механизмам студентов. Большинство нервно-психических и психосоматических расстройств, которые возникают у студентов,

являются результатом нарушения процесса адаптации к условиям учёбы и выражают неустойчивость адаптивных механизмов в длительных и кратковременных экстремальных ситуациях [3]. Психологическая неподготовленность к новым социальным условиям негативно воздействует на общее состояние здоровья студентов, ослабляет внимание, память, мышление, волю. Возникает состояние эмоционального напряжения, которое, как известно, может стать патогенной основой различных заболеваний [2, 4].

В целом этапы адаптации иностранных студентов к новой языковой, социокультурной и учебной среде складываются из вхождения в студенческую среду, усвоения основных норм интернационального коллектива, выработки собственного стиля поведения, формирования устойчивого положительного отношения к будущей профессии, преодоления „языкового барьера”, усиления чувства академического равноправия [5, 6].

Таким образом, обучение иностранных граждан в Украине имеет много аспектов, что диктует необходимость изучения адаптационных возможностей студентов при обучении в высших учебных заведениях.

#### Литература

1. Адаптация первокурсников: проблемы и тенденции / Л. Н. Боронина, Ю. Р. Вишневецкий, Я. В. Дидковская и др. // Университетское управление: практика и анализ. – 2001. – № 4. – С. 87–94. 2. Антонова В. Б. Психологические особенности адаптации иностранных студентов к условиям жизни и обучения в Москве / В. Б. Антонова // Вестник ЦМО МГУ. – 1998. – № 1. – С. 125–133. 3. Барко В. І. Психологічна діагностика / І. В. Барко, О. В. Шаповалов, В. Г. Панок // Практична психологія та соціальна робота. – 1998. – № 9. – С. 27–30. 4. Березовин Н. А. Адаптация студентов к жизнедеятельности вуза: психолого-педагогические аспекты / Н. А. Березовин // Выбранные научные работы БДУ. – Минск. – 2001. – С. 11–25. 5. Бойко І. І. Психологічна адаптація підлітка до нових умов навчання / І. І. Бойко // Психологія. Зб. наук. праць. – Вип. 2. – К.: НПУ. – 1999. – С. 92–96. 6. Георгиевский А. Б. Эволюция адаптаций. Историко-методологическое исследование / А. Б. Георгиевский. – Л.: Наука, 1989. – 188 с. 7. Данияров С. Б. Взаимосвязь физиологических и психологических показателей в процессе адаптации у студентов / С. Б. Данияров, В. В. Соложенкин, И. Г. Краснов // Психологический журн. – 1989. – Т. 10. – № 1. – С. 98–106.

## ВИКОРИСТАННЯ ІГРОВОЇ ТЕХНОЛОГІЇ НА УРОКАХ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я

*Статтю присвячено впровадженню ігрової технології під час проведення уроків основ здоров'я у 5-9 класах загальноосвітньої школи. Визначено особливості педагогічної гри, її функції, виявлено цілі використання ігрових методів на уроках основ здоров'я.*

*Ключові слова: ігрова технологія, педагогічна гра, урок основ здоров'я, методика викладання основ здоров'я.*

Нові цілі освіти зумовлюють актуальність та пріоритетність досліджень інноваційних технологій навчання та виховання. Нагальним завданням сучасної школи є активізація й інтенсифікація навчально-виховного процесу. Такий напрямок зумовлено гуманізацією освіти, що спрямована на формування сильної особистості, творчої, з активною життєвою позицією людини, яка здатна до саморозвитку та самореалізації. Тому сама модернізація системи освіти виводить на перший план використання активних технологій під час навчання, виховання та розвитку школярів [1, 352]. Однією з таких технологій є іграва.

За визначенням Г. К. Селевко, „ігрова технологія – це вид діяльності в умовах ситуацій, спрямованих на відтворення і засвоєння суспільного досвіду, в якому складається й удосконалюється самоврядування поведінкою” [4, 50].

Ігрові технології мають різну спрямованість:

- 1) дидактичні – формування певних умінь і навичок, необхідних у практичній діяльності;
- 2) виховні – виховання самостійності, формування певних позицій, співпраці, комунікабельності;
- 3) розвивальні – розвиток уваги, мовлення, мислення, рефлексії, мотивації навчальної діяльності;
- 4) соціальні – залучення до норм і цінностей суспільства; адаптація до умов середовища, саморегуляція.

Мета статті – визначити цілі використання ігрової технології на уроках основ здоров'я.

Результати дослідження. Більшість учених визначає багатоспрямованість функцій педагогічної гри. Найчастіше виділяють такі функції:

- 1) навчальна (спонукає до закріплення знань, формування вмінь та навичок, розвитку пам'яті, уваги, мислення);