

**ГОУ ВПО ЛНР «ЛУГАНСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ ТАРАСА ШЕВЧЕНКО»**

**ФГБОУ ВО «КЕРЧЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МОРСКОЙ  
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**



**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ РЕАБИЛИТАЦИИ,  
АДАПТИВНОЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**Материалы  
III Международной научно-практической конференции  
23 – 24 апреля 2019  
(в двух частях)**



**г. Луганск**

**LUHANSK TARAS SHEVCHENKO NATIONAL UNIVERSITY**

**FSBEI HE «KERCH STATE MARITIME TECHNOLOGICAL  
UNIVERSITY»**



**ACTUAL REHABILITATION ISSUES,  
ADAPTIVE AND HEALTH  
PHYSICAL CULTURE**

**Materials**

**III International Scientific and Practical Conference**

**23 - 24 April 2019**

**(in two parts)**



**Luhansk**

УДК [615.8+615.825 ](06)

ББК 53.54я43

А43

**Рецензенты:**

- Ляпин В.П. - доктор биологических наук, профессор, заслуженный работник образования Украины, заведующий кафедрой физического воспитания ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Даля»
- Сиротченко Т.А. - доктор медицинских наук, профессор, заведующая кафедрой педиатрии ФПО ГУ ЛНР «Луганский государственный медицинский университет имени Святителя Луки»
- Бойченко П.К. - доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой лабораторной диагностики, анатомии и физиологии ГОУ ВПО «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко».

А43

**Актуальные вопросы реабилитации, адаптивной и оздоровительной физической культуры:** Сборник научных статей по материалам III Международной научно-практической конференции. г. Луганск, 23 – 24 апреля 2019 года// отв. редактор: Клименко И.В. [и др.] Луганск, 2019. – 223 с.

Материалы печатаются в авторской редакции. Оргкомитет оставляет за собой право на рецензирование, редактирование, сокращение и отклонение статей. За достоверность фактов, статистических данных и другой информации ответственность несет автор.

В данном сборнике представлены материалы международной научно-практической конференции «Актуальные вопросы реабилитации, адаптивной и оздоровительной физической культуры», в статьях которой обобщены результаты исследований и практический опыт работы специалистов в области реабилитации, адаптивной и оздоровительной физической культуры. Сборник предназначен для специалистов по лечебной физкультуре, физической реабилитации и адаптивной физической культуре.

*Рекомендовано к печати Научной комиссией  
Луганского национального университета имени Тараса Шевченко  
(протокол № 10 от 18.06.2019 г.)*

УДК [615.8+615.825 ](06)

ББК 53.54я43

А43

© Коллектив авторов, 2019  
© ГОУ ВПО ЛНР «ЛНУ имени  
Тараса Шевченко», 2019

# СОДЕРЖАНИЕ

## ЧАСТЬ I

### «АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СОВРЕМЕННОЙ НАУКИ»

#### РАЗДЕЛ I. МЕДИЦИНСКАЯ, ФИЗИЧЕСКАЯ И СОЦИАЛЬНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ

<i>Бергина Р.Н., Репринцева А.А.</i> Новые подходы в комплексной реабилитационной терапии детей, страдающих ДЦП.....	10
<i>Букша С.Б.</i> Методы психорелаксации для поддержания здоровья студентов.....	16
<i>Коваль С.Я., Хомякова О.В.</i> Влияние иппотерапии на детей, страдающих детским церебральным параличом на поликлиническом этапе.....	23
<i>Колмакова Т.С., Беликова Е.А., Шнак Л.И.</i> Сравнительная характеристика адаптационных резервов студентов учебного военного центра ростгму 1-го и 2-го года обучения.....	29
<i>Колмакова Т.С., Дергоусова Т.Г., Беликова Е.А.</i> Применение «адаптовита» и «компливита» как средств профилактики дезадаптоза у обучающихся вузов.....	33
<i>Моргуль Е.В., Колмакова Т.С., Белик С.Н., Моргуль А.Р.</i> Профилактика десинхронозов у студентов .....	38
<i>Яковлев А.Н.</i> Социально-философские аспекты телесных и сенсорных потребностей.....	42

#### РАЗДЕЛ II. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ, ФИТНЕС

<i>Виноградов О.А., Андреева И.В., Симакова Е.С., Симаков Р.Ю.</i> Неспецифическая адаптация к физической нагрузке.....	50
<i>Даянова М.А.</i> Влияние физкультурно-оздоровительных технологий на формирование человека.....	56
<i>Камаев П.П., Камаева В.В.</i> Профилактика профессионального стресса сотрудников ОВД посредством физических нагрузок (упражнений).....	62
<i>Камаев П.П., Камаева В.В.</i> Совершенствование методики специальной физической подготовки в системе первоначального обучения сотрудников полиции.....	69
<i>Осипов В.Н., Зинченко П.К., Михайлусов Е.П.</i> Особенности травматизма в спортивных играх.....	79
<i>Пономарева И.А., Дудко В.В.</i> Развитие физических качеств и повышение уровня функционального состояния у старшеклассников в секционной работе по гандболу.....	84

## РАЗДЕЛ III. АДАПТИВНАЯ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

<i>Асташова Е. Н., Лимонченко А. С.</i> Адаптивная физическая культура для людей с ограниченными возможностями.....	89
<i>Безуглая Л. И.</i> Адаптивная физическая культура при близорукости .....	94
<i>Демерков С.В., Горбенко Н.И., Горячев М.В.</i> Реферативная форма обучения студентов с ограниченными физическими возможностями по физическому воспитанию.....	100
<i>Донченко А.В., Гарькавченко Н.Г., Цыцора С.В., Демерков С.В.</i> Мотивы студентов к спортивно-оздоровительным занятиям.....	106
<i>Захаров В. И.</i> Пропедевтика адаптивной физической культуры: сущность, роль и средства.....	113
<i>Зефирова Е.В.</i> Повышение эффективности физического воспитания студентов специальной группы.....	121
<i>Игнатова Т. А., Кузят Е. А., Халапурдин Д. А., Уразова В.С.</i> Современные подходы к формированию здорового образа жизни у студенческой молодежи.....	124
<i>Клименко И.В., Коваленко Ю.М.</i> Влияние средств коррекции неоптимальной статичности на физическую подготовленность дошкольников.....	130
<i>Колчина Е.Ю.</i> Особенности полового воспитания подростков, и практика гендерного подхода на занятиях физической культурой.....	136
<i>Лаптиева Л.Н.</i> Организация научно-исследовательской работы студентов в рамках дисциплины «теория и организация адаптивной физической культуры».....	143
<i>Лимонченко А. С., Симонова М.С., Ковшарь А.В.</i> Самовоспитание здорового образа жизни студенческой молодежи в ЛНУ имени Тарса Шевченко.....	149
<i>Петрученя Н.В.</i> Ценностный потенциал оздоровительной физической культуры в образовательном пространстве вуза.....	155
<i>Прихода И. В.</i> Историческая роль отечественных педагогов в теории и практике здравотворчества.....	166
<i>Уварова Л. И., Каирова Е.А.</i> Возможности бега и ходьбы при реализации современных оздоровительных методик.....	173

### CONTENTS

#### PART I

#### "ACTUAL QUESTIONS OF MODERN SCIENCE"

#### SECTION I. MEDICAL, PHYSICAL AND SOCIAL REHABILITATION

## ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ КОРРЕКЦИИ НЕОПТИМАЛЬНОЙ СТАТИКИ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ДОШКОЛЬНИКОВ

## THE EFFECT OF CORRECTION OF NON-OPTIMAL STATICS ON PHYSICAL PREPAREDNESS OF PRESCHOOL CHILDREN

**Аннотация.** В статье обосновано и экспериментально проверено влияние средств коррекции неоптимальной статики на физическую подготовленность детей дошкольного возраста. Приводятся эмпирические данные, доказывающие целесообразность использования средств коррекции специальной направленности в дошкольных образовательных учреждениях.

**Ключевые слова:** коррекция, неоптимальная статика, физическая подготовленность дошкольники.

**Abstract.** The article substantiates and experimentally tested the influence of means of correction of non-optimal statics on the physical fitness of preschool children. The empirical data proving expediency of use of means of correction of a special orientation in preschool educational institutions are given.

**Keywords:** correction, non-optimal statics, physical preparedness, preschoolers.

В настоящее время одними из актуальнейших проблем в педиатрии и реабилитации являются нарушения статики и деформации позвоночника дошкольников. По литературным данным 96% отклонений, связанных с дефектами в осанке происходят за счет дисфункций и патологических процессов в скелетной мускулатуре [2; 3; 5].

Эти же данные подтверждаются автором Л.Ф. Васильевой (2009), которая отметила, что патобиомеханические перестроения мышечно-скелетной системы отображены в виде функциональных (обратимых) нарушений разных структур организма [3; 4].

В связи с этим, особую роль приобретает внедрение образовательных программ по организации, содержанию и методам коррекции нарушений статики детей в дошкольных образовательных учреждениях.

Исследования Антроповой М.В. (1999), Шабуновой А.А. (2010), Тюриной Е.В., Параничевой Т.М. (2012), Ревенко Е.М. (2017) показали, что уже в период дошкольного возраста количество практически здоровых детей колеблется в пределах 10%, а у большинства обследованных детей (70%) наблюдается немалое количество функциональных нарушений. Первое место среди множества заболеваний занимают отклонения в костно-мышечной системе.

По мнению С.П. Сидорова (2005), Г.В. Коробейникова (2015) формирование правильной статики достигается, прежде всего, за счет укрепления мышечной системы ее многообразной физиологической и физической тренировкой.

Наряду с этим, установление взаимосвязи и взаимодействия процессов повышения физической подготовленности и формирования правильной статики дошкольников подтвердило целесообразность включения в исследование средств и методов физической подготовки.

Целью данной работы стало обоснование и экспериментальная проверка влияния средств коррекции неоптимальной статики на физическую подготовленность детей дошкольного возраста.

Объектом исследования явился: процесс коррекции неоптимальной статики моторной системы детей дошкольного возраста.

Предмет исследования: методы и средства коррекции неоптимальной статики моторной системы детей дошкольного возраста.

Данная научно–исследовательская работа проводилась на базе ГУ ЛНР «ЦРР «Росток» города Луганска. В исследовании принимали участие 50 детей возрастом 5-6 лет. Методом случайной выборки нами были сформированы две группы дошкольников, контрольная и экспериментальная

группы. Достоверно группы не отличались по возрастным и антропометрическим показателям.

Дети контрольной группы (n=25) посещали учебные занятия по физической культуре, согласно Типовой образовательной программе дошкольного образования Луганской Народной Республики [1]. Учебные занятия по физической культуре проводились трижды в неделю, в утренние часы. На каждое занятие отводится по 30–35 минут. По структуре в физкультурное занятие входит вводная, основная и заключительная части.

В план коррекции экспериментальной группы (n=25) были внесены некоторые изменения количества и структуры учебных занятий. Количество учебных занятий по физической культуре увеличилось до пяти раз в неделю. Длительность осталась прежней – 30–35 минут. В основной части занятия помимо комплекса общеразвивающих упражнений также были использованы специальные упражнения, направленные на коррекцию неоптимальной статики детей дошкольного возраста. В заключительной части учебного занятия выполнялись разнообразные игровые упражнения на неустойчивой опоре, способствующие улучшению координации. С целью оценки скоростных качеств дошкольников, нами был проведен тест «Без на 30 метров со старта» (Таб.1).

Таблица 1

Сравнительная оценка скоростных качеств дошкольников после проведения педагогического эксперимента (n=50)

Группа	Оценка скоростных качеств (сек) после проведения эксперимента $M \pm m$			
	Мальчики 5 лет	Девочки 5 лет	Мальчики 6 лет	Девочки 6 лет
КГ (n=25)	7,6±0,9	7,8±0,6	7,3±0,7	7,1±0,97
ЭГ (n=25)	7,8±0,6	7,8±0,4	6,4±0,7	7,95±0,6
t	0,40	0	2,25	1,21
P	>0,05	>0,05	<0,05	>0,05

\*M – среднее арифметическое; m – ошибка средней арифметической; t – критерий Стьюдента; P – критическое значение t.

При сравнении средних показателей скоростных качеств исследуемых групп, положительная динамика была отмечена только у мальчиков шести лет экспериментальной группы (Рис.1).

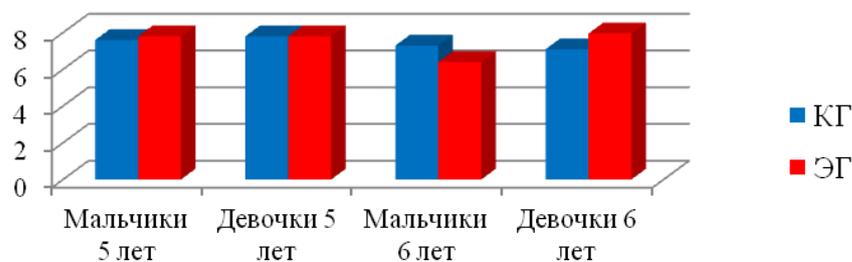


Рис. 1. Оценка скоростных качеств (сек) дошкольников после проведения эксперимента

Для оценки скоростно–силовых качеств был применен тест «Прыжок в длину с места» (Таб.2).

Таблица 2

Сравнительная оценка скоростно–силовых качеств дошкольников после проведения педагогического эксперимента (n=50)

Группа	Оценка скоростно–силовых качеств (см) после проведения эксперимента $M \pm m$			
	Мальчики 5 лет	Девочки 5 лет	Мальчики 6 лет	Девочки 6 лет
КГ (n=25)	102,7±10,0	104,0±11,6	102,0±13,0	117,0±7,3
ЭГ (n=25)	112,0±2,8	115,7±2,4	118,4±1,9	114,8±3,2
t	2,11	2,54	2,76	0,48
P	>0,05	<0,05	<0,05	>0,05

\*M – среднее арифметическое; m – ошибка средней арифметической; t – критерий Стьюдента; P – критическое значение t.

Анализируя показатели скоростно–силовых качеств дошкольников после проведения педагогического эксперимента у девочек пяти лет, и у мальчиков шести лет экспериментальной группы наблюдается достоверная разница показателей по сравнению с дошкольниками контрольной группы (Рис.2).

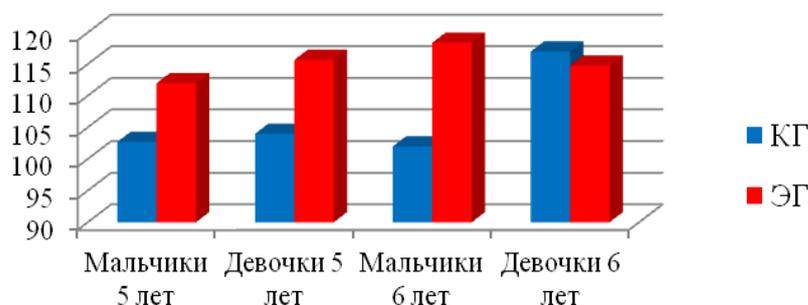


Рис. 2. Оценка скоростно–силовых качеств (см) дошкольников после проведения эксперимента

У мальчиков пяти лет экспериментальной группы после коррекции отмечается незначительная динамика скоростно–силовых качеств, у девочек шести лет положительной динамики не выявлено.

Координационные способности мы оценили по тесту «Удержание равновесия на одной ноге» (Таб.3).

Таблица 3.

Сравнительная оценка координационных качеств дошкольников после проведения педагогического эксперимента (n=50)

Группа	Оценка координационных качеств (сек) после проведения эксперимента M±m			
	Мальчики 5 лет	Девочки 5 лет	Мальчики 6 лет	Девочки 6 лет
КГ (n=25)	22,7±10,0	31,8±7,7	35,2±9,5	25,8±9,2
ЭГ (n=25)	43,0±1,3	45,3±3,6	39,4±5,2	46,0±3,95
t	4,38	3,97	0,88	3,54
P	<0,01	<0,01	>0,05	<0,01

\*M – среднее арифметическое; m – ошибка средней арифметической; t – критерий Стьюдента; P – критическое значение t.

При сравнении средних показателей координационных способностей в обеих исследуемых группах была отмечена положительная динамика (Рис.3).

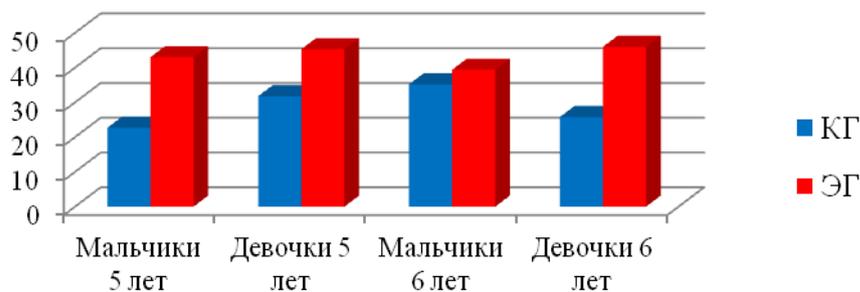


Рис.3. Оценка координационных качеств (сек) дошкольников после проведения эксперимента

Мы сравнивали полученные показатели с данными возрастно–половых показателей физической подготовленности детей по В.Е. Шебеко и др., 1996 года.

Можно предположить, что предложенный комплекс специальной направленности с учетом индивидуальных отклонений в формировании осанки может способствовать улучшению физических качеств детей 5–6 лет, но это требует дальнейшего изучения.

Таким образом, результаты тестов свидетельствуют о том, что дошкольники, которые занимались учебным процессом по физической культуре с одновременным применением комплекса специальной направленности, показывали результаты выше, чем дети, которые занимались только общей физической подготовкой.

Результаты нашей работы подтверждают, что разработанная методика имеет значительные потенциальные возможности для развития физических качеств дошкольников, а также имеет комплексный характер воздействия используемых средств при коррекции нарушений статики детей дошкольного возраста.

#### Список литературы

1. «Типовая образовательная программа дошкольного образования Луганской Народной Республики», 2017.
2. Абольмасова Е.А. Позвоночные боли у детей и подростков и их причины: учеб. пос. / Е.А. Абольмасова, Э.Я. Корепанова, А.П. Свинцов. – М.: Астрель, 2005. – 102 с.
3. Васильева Л.Ф. Визуальная диагностика нарушений статики и динамики опорно–двигательного аппарата человека / Л.Ф. Васильева, И.В. Калюжный. – Иваново: Феникс, 2000. – 48 с.
4. Васильева Л.Ф. Визуальная и кинезиологическая диагностика патобиомеханических изменений мышечно–скелетной системы [Текст] : учеб. пособие для врачей / Л.Ф. Васильева. – М.: ГМУ, 2009. – 87 с.
5. Гришин Т.В. Методы профилактики нарушений осанки у детей в дошкольных учреждениях [Текст] / Т.В. Гришин, С.В. Никитин // Вестник гильдии протезистов–ортопедов. – 2000. – № 3. – С. 38–42.

© Клименко И.В., Коваленко Ю.М., 2019

Научное издание

Коллектив авторов

**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ РЕАБИЛИТАЦИИ,  
АДАПТИВНОЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Сборник научных статей по материалам  
III Международной научно-практической конференции  
23 – 24 апреля 2019

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
«ЛУГАНСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ ТАРАСА  
ШЕВЧЕНКО»**