

Научное издание

ВЕСТНИК

Луганского национального университета
имени Тараса Шевченко

Серия 2

Физическое воспитание и спорт

№2 (29)
2019



КНИГА

Издатель ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет
имени Тараса Шевченко»
«Книга»
ул. Оборонная, 2, г. Луганск, 91011, т/ф (0642)58-03-20

№2 (29) • 2019 ВЕСТНИК ЛУГАНСКОГО НАЦИОНАЛЬНОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ ТАРАСА ШЕВЧЕНКО



Министерство образования и науки
Луганской Народной Республики
Государственное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
Луганской Народной Республики
«Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко»

ВЕСТНИК



Луганского
национального
университета
имени Тараса Шевченко

Серия 2

Физическое воспитание и спорт

№ 1(29) • 2019

Сборник научных трудов

**КНИГА**

Луганск
2019

УДК 796(062.552)+8:378.4(477.61)ЛНУ
ББК 95.43(4Укр-4Луг)+75я5
В38

Учредитель и издатель
ГОУ ВПО «ЛНУ имени Тараса Шевченко»

Основан в 2015 г.

*Свидетельство о регистрации средства массовой информации
ПИ 000089 от 13 февраля 2017 г.*

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

Главный редактор

Трегубенко Е.Н. – доктор педагогических наук, профессор

Заместитель главного редактора

Сорокина Г.А. – доктор педагогических наук, профессор

Выпускающий редактор

Вострякова Н.В. – заведующий редакционно-издательским отделом

Редактор серии

Павлова Н.А. – кандидат педагогических наук, доцент

Состав редакционной коллегии серии:

- Вовк В.М.** – доктор педагогических наук, профессор
Германов Г.Н. – доктор педагогических наук, профессор
Горащук В.П. – доктор педагогических наук, профессор
Латышев С.В. – доктор наук по физическому воспитанию и спорту, профессор
Максименко Г.Н. – доктор педагогических наук, профессор
Максименко И.Г. – доктор наук по физическому воспитанию и спорту, профессор
Матвеев А.П. – доктор педагогических наук, профессор
Никитушкин В.Г. – доктор педагогических наук, профессор
Олейник В.А. – доктор медицинских наук, профессор
Ротерс Т.Т. – доктор педагогических наук, профессор
Собянин Ф.И. – доктор педагогических наук, профессор
Сышко Д.В. – доктор наук по физическому воспитанию и спорту, профессор

В38 **Вестник Луганского национального университета имени Тараса Шевченко** : сб. науч. тр. / гл. ред. Е.Н. Трегубенко; вып. ред. Н.В. Вострякова; ред. сер. Н.А. Павлова. – Луганск : Книта, 2019. – № 2(29) : Серия 2, Физическое воспитание и спорт. – 104 с.

Настоящий сборник содержит оригинальные материалы ученых различных отраслей наук и групп специальностей, а также результаты исследований научных учреждений и учебных заведений, обладающие научной новизной, представляющие собой результаты проводимых или завершенных исследований теоретического или научно-практического характера.

Адресуется ученым-исследователям, докторантам, аспирантам, соискателям, педагогическим работникам, студентам и всем, интересующимся проблемами развития научного знания.

*Издание включено в РИНЦ, в Перечень рецензируемых научных изданий
(приказ МОН ДНР № 433 от 8 мая 2018 г.).*

*Печатается по решению Ученого совета Луганского национального университета
имени Тараса Шевченко (протокол № 11 от 28 июня 2019 г.)*

УДК 796(062.552)+8:378.4(477.61)ЛНУ
ББК 95.43(4Укр-4Луг)+75я5

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

СОДЕРЖАНИЕ

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

- Бабешко А.П.** К вопросу формирования чувства «мышечной радости» после занятий физическими упражнениями.....5
- Елецкий С.Н.** Некоторые особенности организации контроля в процессе многолетней подготовки тхеквондистов.....10
- Ерёменко И.В., Ерёменко В.В.** Роль технического мастерства в футболе.....14
- Игнатова Т.А.** Формирование и сохранение физического здоровья у студенческой молодежи на занятиях по физической культуре.....19
- Лавренчук А.А., Ушаков А.В., Фалькова Н.И., Чернец Г.А.** Обоснование системного подхода к психофизической подготовке студентов в процессе прикладной физической подготовки.....25
- Павлова Н.А., Игнатова Т.А.** Критерии и оценка эффективности формирования здорового образа жизни студенческой молодежи.....31
- Попелухина С.В.** Роль народного учителя П.М. Седашова в становлении и развитии спорта Луганска.....38
- Ротерс Т.Т., Завадич В.Н.** Сравнительный анализ результатов развития чувства ритма у студентов групп спортивно-педагогического совершенствования по спортивной и художественной гимнастике.....43
- Слепцов В.Н., Лимонченко А.С., Асташова Е.Н.** Физическое воспитание как часть культуры студентов.....48
- Шинкарев С.В., Шкурин А.И.** Особенности планирования тренировочных нагрузок на этапах многолетней тренировки, у девушек прыгуний в высоту.....53

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

- Клименко И.В., Коваленко Ю.М.** Влияние дифференцированной коррекции осанки дошкольников на уровень их физической подготовленности.....60
- Кобелев С.Ю.** Методы физической реабилитации при повреждении мягких тканей детей школьного возраста.....66
- Никулина А.А., Клименко И.В.** Применение Войта-терапии у детей 4 – 6 месяцев с дисфункцией сенсо-моторного развития70

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

УДК 37.01/09

Клименко И.В.,
канд.мед.наук, доцент
кафедры адаптивной физической
культуры и физической реабилитации,
зам. директора Института физического воспитания и спорта
ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный
университет имени Тараса Шевченко»
trainrehab@mail.ru

Коваленко Ю.М.,
магистрант кафедры адаптивной физической
культуры и физической реабилитации
ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный
университет имени Тараса Шевченко»
trainrehab@mail.ru

Влияние дифференцированной коррекции осанки дошкольников на уровень их физической подготовленности

В статье обосновано и экспериментально проверено влияние дифференцированных средств коррекции осанки на уровень физической подготовленности детей дошкольного возраста. В исследовании приняли участие 50 детей в возрасте 5–6 лет с нарушениями осанки. Приводятся эмпирические данные, доказывающие целесообразность использования дифференцированных средств коррекции специальной направленности в дошкольных образовательных учреждениях.

Ключевые слова: коррекция, нарушение осанки, физическая подготовленность, дошкольники.

Исследования М.В. Антроповой (1999), А.А. Шабуновой (2010), Е.В. Тюриной, Т.М. Параничевой (2012), Е.М. Ревенко (2017) показали, что уже в периоде 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.

В последние годы случаи нарушений опорно-двигательного аппарата регистрируются у 65% детей дошкольного возраста (Mrozkowiak M., 2014). По литературным данным 96% отклонений, связанных с дефектами в осанке, происходят за счет дисфункций и патологических процессов в скелетной мускулатуре [2; 3; 5]. Отмечено, что в каждом возрастном периоде осанка имеет свои особенности. Устойчивая вертикаль положения ребенка достигается за

счет мышечных усилий разного уровня и разного взаимного расположения частей тела в процессе онтогенеза. Развитие двигательных навыков происходит нелинейно – по прерывистой траектории. Именно поэтому нормальная осанка детей дошкольного возраста имеет различную характеристику в пределах одной возрастной группы.

Эти же данные подтверждаются автором Л.Ф. Васильевой (2009, 2016), которая отметила, что патобиомеханические перестроения мышечно-скелетной системы отображены в виде функциональных (обратимых) нарушений разных структур организма [3; 4]. Существуют три позиции взаимодействия между поструральным контролем и моторными действиями:

– положение I: поструральный контроль и моторика являются полностью независимыми процессами развития, требующими абсолютного таксономического разделения при оценке эффективности (Henderson and Barnett, 1998);

– положение II: поструральный контроль и моторика являются сильно коррелированными атрибутами, которые отражают основную способность (постулируемая конструкция «двигательная способность»);

– позиция III: поструральный контроль и мелкая моторика – это отдельные процессы, которые, тем не менее, влияют на развитие друг друга посредством их взаимозависимой функциональной комбинации в различных задачах (Haddad et al., 2013).

В связи с этим, особую роль приобретает внедрение образовательных программ по организации, содержанию и методам коррекции нарушений осанки у детей дошкольного возраста с различным уровнем взаимодействия пострурального контроля и моторики.

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 между уровнем физической подготовленности и степенью моторного развития детей дошкольного возраста с нарушением осанки подтвердило целесообразность включения в реабилитационный процесс средств и методов дифференцированной коррекции.

Целью данной работы стало обоснование и экспериментальная проверка влияния дифференцированных средств коррекции нарушений осанки на физическую подготовленность 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. 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 изменения количества и структуры учебных занятий. Количество учебных занятий с применением дифференцированных программ коррекции осанки у детей 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, пострурального контроля, билатерального взаимодействия и др..

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 «Бег 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±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).

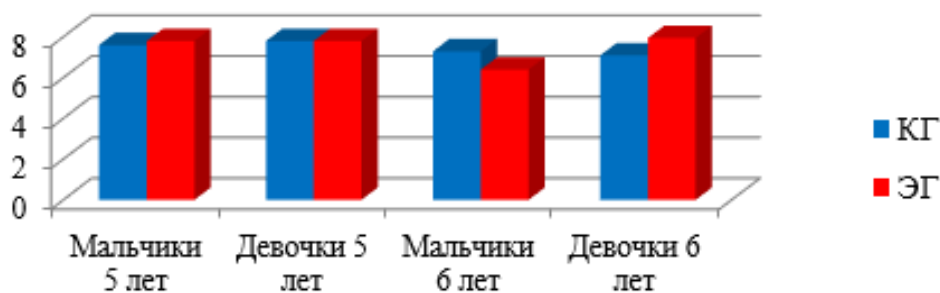


Рис. 1. Оценка скоростных качеств (сек) дошкольников после проведения эксперимента

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 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 $M \pm m$			
	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 достоверная положительная динамика (Рис. 3).

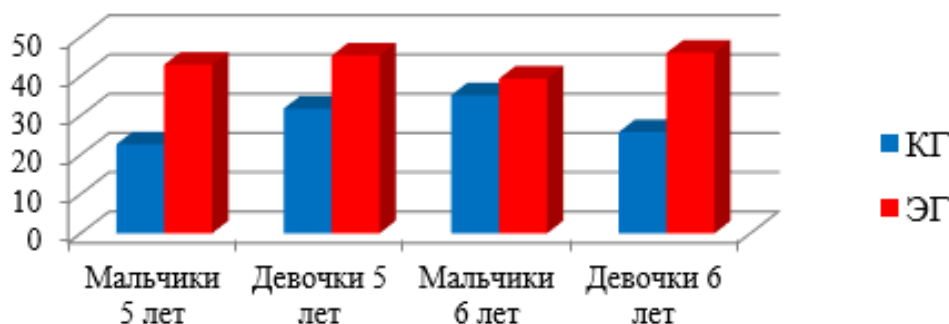


Рис. 3. Оценка координационных качеств (сек) дошкольников после проведения эксперимента

Полученные показатели сравнивались с данными возрастно-половых показателей физической подготовленности детей по В.Е. Шебеко и др., 1996 г.

Таким образом, предложенный комплекс дифференцированной коррекции нарушения осанки у детей дошкольного возраста с учетом уровня развития двигательных навыков и постурального управления способствует улучшению показателей физической подготовленности у детей 5–6 лет.

Результаты этого исследования имеют практическое значение, особенно в отношении оценки двигательных способностей у детей дошкольного возраста. Лучшее понимание взаимосвязи между дефицитом осанки, моторным управлением и уровнем физической подготовленности позволило бы более специализированные вмешательства для детей с проблемами движения при нарушениях осанки.

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.
6. **Mrozowskiak, Mirosław; Pośluszny, Mariusz; sukowska, Hanna; Iermakov, Sergii; & Szark-Eckardt, Mirosława.** (2014). The correlations among the complex of spine-pelvis traits and the feet traits in boys aged 4 to 6 years. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 8, 46–50. doi:10.6084/m9.figshare.1022955
7. **Haddad J.M., Rietdyk S., Claxton L.J., Huber J.E.** Task-dependent postural control throughout the lifespan. *Exerc Sport Sci Rev.* 2013;41:123–132. doi: 10.1097/JES.0b013e3182877cc8.
8. **Henderson S.E., Barnett A.L.** The classification of specific motor coordination disorders in children: some problems to be solved. *Hum Mov Sci.* 1998;17:449–469. doi: 10.1016/S0167-9457(98)00009-8.

**Кліменко І.В.,
Коваленко Ю.М.**

**Вплив диференціювання корекції постави дошкільнят
на рівень їх фізичної підготовленості**

У статті обґрунтовано і експериментально перевірено вплив диференційованих засобів корекції постави на рівень фізичної підготовленості дітей дошкільного віку. У дослідженні взяли участь 50 дітей віком 4–6 років з порушеннями постави. Наводяться емпіричні дані, що доводять доцільність використання диференційованих засобів корекції спеціальної спрямованості в дошкільних освітніх установах.

Ключові слова: корекція, порушення постави, фізична підготовленість, дошкільнята.

**Klimenko I.V.,
Kovalenko J.M.**

**Influence of differentiated correction of postal school position
on the level of their physical preparation**

The article substantiates and experimentally verifies the effect of differentiated means of posture correction on the level of physical fitness of children of preschool age. The study involved 50 children in the age of 4–6 years with poor posture. Empirical data are presented to prove the feasibility of using differentiated means of correcting a special focus in preschool educational institutions.

Key words: correction, poor posture, physical fitness, preschoolers.

Научное издание

Коллектив авторов

ВЕСТНИК

ЛУГАНСКОГО НАЦИОНАЛЬНОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ ТАРАСА ШЕВЧЕНКО

Сборник научных трудов

Главный редактор – *Е.Н. Трегубенко*
Выпускающий редактор – *Н.В. Вострякова*
Редактор серии – *Н.А. Павлова*
Дизайн обложки – *Р.В. Дьяченко*
Компьютерная верстка – *Р.В. Жила*

Подписано в печать 06.11.2019. Бумага офсетная. Гарнитура Times New Roman.
Печать ризографическая. Формат 70×100 1/16. Усл. печ. л. 8,45.
Уч.-изд. л. 10,92. Тираж 400 экз. Заказ № 90.

Издатель

ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет
имени Тараса Шевченко
«Книга»
ул. Оборонная, 2, г. Луганск, 91011. Т/ф: (0642)58-03-20
e-mail: knitaizd@mail.ru