

**ГОУ ВПО ЛНР «ЛУГАНСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ТАРАСА ШЕВЧЕНКО»
ФГБОУ ВО «КЕРЧЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МОРСКОЙ
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МЕДИЦИНСКАЯ АКАДЕМИЯ ИМЕНИ С.И. ГЕОРГИЕВСКОГО
ФГАОУ ВО «КРЫМСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
В.И.ВЕРНАДСКОГО**



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

Материалы

**II Международной научно-практической конференции
25 – 26 апреля 2018**



г. Луганск

LUHANSK TARAS SHEVCHENKO NATIONAL UNIVERSITY



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

**Materials
II International Scientific and Practical Conference
25 - 26 April 2018**



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 II Международной научно-практической конференции. г. Луганск, 25 – 26 апреля 2018 года// отв. редактор: Клименко И.В. [и др.] Луганск, 2018. – 185 с.

Материалы печатаются в авторской редакции

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 № 13 от 19 июня 2018 г.)*

УДК [615.8+615.825](06)

ББК 53.54я43

А43

© Коллектив авторов, 2018
© ГОУ ВПО ЛНР «ЛНУ имени
Тараса Шевченко», 2018

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ I. МЕДИЦИНСКАЯ И ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ

Бобрик Ю.В., Шпаковский В.Н., Мороз Г.А. Сравнительная характеристика эффективности реабилитации пациентов с полисегментарным остеохондрозом позвоночника с использованием суховоздушных тепловых и аэрозольных пантовых ванн и традиционной сауны.....	7
Букиа С.Б. Социальные аспекты реабилитации.....	11
Букиа С.Б. Комплексная программа физической реабилитации при артритах.....	16
Виенко М.И., Кузьменко Е. Современные подходы к реабилитации остеохондроза.....	21
Плякина В.В., Юницкая Д. Реабилитация двигательных нарушений при детском церебральном параличе в условиях специализированного центра.....	27
Клименко И.В. Алгоритм использования образовательно – абилитационных технологий в процессе обучения студентов с инвалидностью.....	32

РАЗДЕЛ II. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ, ФИТНЕС

Асташова Е. Н., Лимонченко А. С. Положительное влияние развития гибкости на организм человека.....	38
Бурлакова Т.Л. Значение современных оздоровительных систем для физического воспитания школьников.....	47
Вовк Л.В. Влияние физкультурно-спортивной информации на отношение студентов к занятиям физическими упражнениями	54
Горбенко Н.И., Зинченко П.К., Михайлугов Е.П. Обучение студентов методам самоконтроля в процессе физической нагрузки.....	59
Драгнев А. А., Драгнев А.М. Инновационные технологии физического воспитания в учебных учреждениях	64

Клименко И.В., Коваленко Ю.М.	
Состояние программно – методического обеспечения занятий физического воспитания детей дошкольного возраста в дошкольных образовательных учреждениях.....	67
Колпаков Д.А.	
Особенности выполнения броска подкласса «прогибаясь» высококвалифицированными борцами греко-римского стиля	73
Кострыкин В.Я , Хвостиков И.П.	
Факторы эффективности влияющие на занятия по физическому воспитанию студентов в высших учебных заведениях.....	78
Лицоева Н.В.	
Анализ показателей иммунного статуса у спортсменов, как условие оптимизации тренировочного процесса.....	84
Максимова Н.В.	
Юношеский спорт в системе развития физической культуры и здравоохранения учащейся молодежи.....	89
Олефир А.В.	
Пропаганда здорового способа жизни: фитнес, как социальное явление.....	93
Попелухина С.В.	
Инновационные фитнес технологии в спорте высоких достижений.....	99
Прищепина Н.Н., Полещук Е.В., Кобелев С.Ю.	
Формирование навыков здорового образа жизни детей школьного возраста, способами игровой и соревновательной деятельности.....	104
Твердохлебова Ю.М., Сероштан В.М.	
Методология повышения адаптационных возможностей студентов, девушек на занятиях силовой аэробикой.....	109
Хорьяков В.А., Соколова В.Ю.	
Повышение функциональных возможностей студенток с помощью круговой тренировки	113
Шимкевичус В.В., Клименко И.В., Чехова В.Е.	
Влияние оздоровительного фитнеса на физическое развитие студенток педагогического университета.....	118

Вывод. В связи с приоритетами здорового образа жизни в обществе, стремлением противостоять патогенным факторам и отрицательным явлениям окружающей среды (природным, техногенным и экологическим аномалиям) существует необходимость улучшения качества физического воспитания с целью повышения уровня физической подготовленности и достижения планируемого результата в кондиционной и спортивной подготовке.

Список использованной литературы

1. Васенков Н.В. Динамика состояния физического здоровья и физической подготовленности студентов // Теория и практика физической культуры. - 2008. - №5. - С. 91 - 92.
2. Гилев Г.А. Физическое воспитание в вузе: Учебное пособие // -М.:МГИУ, 2007. - 376 с.
3. Поляков С.Д. В поисках педагогической инноватики // М.: Творческая педагогика, 1993. - 66 с.
4. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебное пособие /Авторы составители О.Э. Аксёнова, С.П. Евсеев / Под ред. проф.С.П. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2005.- 296 с.
5. Лазарев В.С. понятие педагогической и инновационной системы школы/ В.С. Лазарев // Сельская школа. - 2003. - № 1.

© Драгнев А. А., Драгнев А.М.

УДК [373.2.091.214:796]

Клименко И.В.,

канд.мед.наук, доцент,

Коваленко Ю.М.,

студентка 4 курса,

ГОУ ВПО «Луганский национальный университет
имени Тараса Шевченко», г. Луганск

СОСТОЯНИЕ ПРОГРАММНО – МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Клименко И.В., Коваленко Ю.М. Состояние программно – методического обеспечения занятий физического воспитания детей дошкольного возраста в дошкольных образовательных учреждениях. В статье дается характеристика четырех образовательных программ для дошкольного образования. Проводится сравнительный анализ программ с

точки зрения их соответствия принципам физического воспитания по разработанным авторами критериям. Проведенный анализ может послужить сотрудникам дошкольных учреждений ориентиром при выборе программы и использовании в образовательном процессе. Проработаны с точки зрения физического воспитания детей методические рекомендации из разных программ.

Ключевые слова: образовательная программа, физическое воспитание, дошкольный возраст.

Klimenko I., Kovalenko J. The state of program and methodical support for physical education of preschool children in preschool educational institutions. The article describes four educational programs for preschool education. A comparative analysis of programs is being carried out from the point of view of their correspondence to the principles of physical education according to the criteria developed by the authors. The analysis can serve as a reference for the staff of preschool institutions when choosing a program and using it in the educational process. Methodical recommendations from different programs have been developed from the point of view of physical education of children.

Keywords: educational program, physical education, preschool age.

Актуальность. В общей системе всестороннего и гармоничного развития человека особое место занимает физическая активность ребенка дошкольного возраста. В настоящее время, сидячий, малоподвижный образ жизни детей распространён в современном обществе. Именно низкая физическая активность в детстве является независимым фактором риска развития большинства хронических неинфекционных заболеваний во «взрослой» жизни, таких как артериальная гипертония, ожирение, нарушение обменных процессов, заболевания опорно-двигательного аппарата [2, 24]. Поэтому крайне важным является организация занятий по физической культуре именно в дошкольном возрасте. В связи с этим особое значение приобретает внедрение образовательных программ по организации, содержанию и методам воспитательной работы в дошкольных учреждениях.

Целью данной работы стал теоретический анализ программно – методического обеспечения физического воспитания детей дошкольного возраста в детских образовательных учреждениях города Луганска. Объект исследования: процесс физического воспитания детей дошкольного возраста в дошкольных образовательных учреждениях.

Предмет исследования: программно – методическое обеспечение физического воспитания как средства формирования физических качеств, направленных на сохранение здоровья дошкольников.

Содержание образовательных программ носит исторический характер, поскольку оно определяется целями и задачами на том или ином этапе развития общества. Чтобы понять, как менялось содержание, формы и методы физического воспитания детей дошкольного возраста, необходимо рассмотреть и проанализировать соответствующие учебные программы и методические рекомендации, существовавшие ранее и существующие в настоящее время.

В программе «*Детство*» (В.И. Логинова, Т.И. Бабаева, Н.А. Ноткина, 2001) усилена образовательная направленность занятий физическими упражнениями, для чего особый акцент делается на индивидуально-дифференцированном подходе к организации и содержанию физического воспитания [1]. Длительность и содержание физкультурных занятий программой строго не регламентируются. В программу включены сложные упражнения. В частности, дошкольники осваивают лазанье по веревочной лестнице, канату, а также группировку, перекаты в положении группировки, пытаются делать кувырок с поддержкой. По мнению О.В. Угаровой, к недочетам программы следует отнести и недостаточную освещенность вопросов организации оздоровительных мероприятий в режиме дня [4, с. 834].

Программа «*Радуга*» (Т.Н. Дронова, С.Г. Якобсон, Е.В. Соловьева, 2003) обеспечивает всестороннее развитие ребенка. Ее важнейшими компонентами являются игра и физическое развитие, формирование привычки к здоровому образу жизни, обеспечение психического комфорта для каждого ребенка [3, с. 3]. Авторы-разработчики считают, что двигаться ребенок должен на протяжении всего дня ($2/3$ длительности периода бодрствования). Обязательны ежедневные целенаправленные, специально организованные занятия (классические физкультурные или музыкальные ритмические). В прогулки включаются занятия по физическому воспитанию как их составные части. Для успешного физического воспитания авторы программы предлагают составить на каждого ребенка своеобразную карту-прогноз с разнообразной характеристикой состояния ребенка, его физического развития и двигательной активности.

Данная программа носит методический характер, и предполагает индивидуально-дифференцированный подход к ребенку. Достоинством программы является то, что большое внимание в ней уделяется особенностям организации оздоровительных мероприятий в режиме дня, даются практические рекомендации по работе с подвижными и малоподвижными детьми.

Программа «Старт» (Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина, Л.К. Михайлова, 2003) существенно отличается от предыдущих. По мнению разработчиков, задатки, существующие у ребенка от природы, следует развивать как ключевое звено в цепи других необходимых дошкольнику физических качеств. Для реализации данного подхода необходимо выявить способности каждого ребенка к каким-либо видам двигательной активности или определенному виду спорта, чтобы на их основе создавать и укреплять чувство удовлетворения от движения, а значит, воспитывать потребность в занятии физической культурой, что, в конечном счете, и будет способствовать оздоровлению и закаливанию организма [5].

К недостаткам «Старта» можно отнести тот факт, что программа, построенная преимущественно на гимнастических упражнениях, включает некоторые довольно трудные для широкого контингента дошкольников задания (например, стойку на голове, кувырки с разбега), а выполнение некоторых из них может привести к травмам.

В *Типовой образовательной программе ЛНР (2017)* представлены ведущие цели – создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Целью развития физической культуры в дошкольных учреждениях является: сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления; обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки; формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности; развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности дошкольника, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений; развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Организация исследования. Исследование проводилось на базе ГУ «Луганское дошкольное учебное учреждение Луганский центр развития ребенка».

В качестве оснований для сравнительного анализа программ выступали следующие критерии:

- Физкультурно-оздоровительный компонент;
- Образовательный компонент (физическая культура);
- Инклюзивный компонент (физическая культура);
- Личностный компонент (физическая культура);
- Методический компонент.

Эти критерии стали содержанием опроса, в котором приняли участие 2 инструктора по физической культуре и 8 воспитателей Луганского центра развития ребенка. Опрос проводился с целью анализа образовательных программ, изучения вариантов оптимизации обучающего процесса в дошкольном образовательном учреждении; поиска и выбора оптимальных методов организации занятий физического воспитания дошкольников.

Сравнительный анализ описанных выше программ, произведенный с обозначенных позиций, приведен в таблице 1.

Результаты исследования. Как следует из характеристик программ и их сравнительного анализа, во всех программах превалирует развитие каких-то определенных физических качеств, но физическая активность вне дошкольных образовательных учреждений не рассматривается ни в одной из программ.

Общий образовательный компонент достаточно разработан в каждой из программ, но только в программе «Детство» этому вопросу не уделено должного внимания. Личностный компонент представлен в каждой программе одинаково хорошо. Все программы ориентированы на воспитание свободного, уверенного в себе человека, с активной жизненной позицией, стремящегося творчески подходить к решению различных жизненных ситуаций, имеющего свое мнение и умеющего отстаивать его. Отмечен как положительный факт наличие большого раздела, посвященного инклюзии в дошкольных учреждениях в Типовой образовательной программе ЛНР, что не отмечено в программах предыдущих лет.

Таблица 1

Сравнительный анализ образовательных программ для дошкольного образования.

Программы/ критерии	«Радуга»	«Детство»	«Старт»	«ЛНР»
------------------------	----------	-----------	---------	-------

Физкультурно-оздоровительный компонент	Развитие физических качеств в целом; музыкально-ритмические занятия; прогулки с элементами физического воспитания.	Развитие координации и гибкости; музыкально-ритмические занятия.	Развитие гибкости; музыкально-ритмические занятия.	Развитие координации, гибкости, мелкой и крупной моторики; музыкально-ритмические занятия.
Образовательный компонент	Развитие знаний о здоровом образе жизни.		Развитие знаний о здоровом образе жизни.	Развитие знаний о здоровом образе жизни, интереса к физической культуре и спорту.
Инклюзивный компонент				Представлен.
Личностный компонент	Представлен.	Представлен.	Представлен.	Представлен.

При ответе респондентов на вопрос: «Выделите компоненты, которые впервые включены или расширены в Типовой образовательной программе ЛНР» были получены следующие ответы: 6 респондентов отметили, что в отличие от программ предыдущих лет, в новую программу внедрен инклюзивный компонент, 5 респондентов выделили, что теперь большее внимание уделяется физкультурно-оздоровительному компоненту и 3 человека отметили, что помимо развития знаний о здоровом образе жизни у дошкольников, особый акцент делается на развитие интереса к физической культуре и спорту.

Вывод. Таким образом, проведенный обзор может послужить сотрудникам дошкольных учреждений ориентиром при выборе программы. В образовательном процессе могут быть использованы наиболее проработанные с точки зрения физического воспитания методические рекомендации из разных программ.

Список использованной литературы

1. Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т.П. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. - СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2014. - 321 с.;

2. Заболеваемость детского населения России / А.А. Баранов, В.Ю. Альбицкий, А.А. Модестов, С.А. Косова и др. // Здоровоохранение Российской Федерации. – 2012. – №5. – С. 21–26;
3. Программа воспитания, образования и развития детей дошкольного возраста в условиях детского сада [Текст]: учеб–метод. пособие / Т.Н. Доронова [и др.]. – М.: Просвещение, 2003. – 15с.;
4. Угарова, О.В., Программно-методическое обеспечение физического воспитания детей дошкольного возраста в отечественной педагогике [Текст] / О.В. Угарова, И.Л. Беккер // Известия ПГПУ им. В. Г. Белинского. –2011. –№ 24. –С. 831–837.
5. Яковлева Л.В. Программа физического воспитания в ДОУ [Текст]: учеб. пособие / Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина, Л.К. Михайлова. – М.: ВЛАДОС, 2003. – 60с.

© Клименко И.В., Коваленко Ю.М.,

УДК [796.82.012.42]

Колпаков Д.А.,
преподаватель,

ГОУ ВПО «Луганский национальный университет
имени Тараса Шевченко», г. Луганск

ОСОБЕННОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ БРОСКА ПОДКЛАССА «ПРОГИБАЯСЬ» ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫМИ БОРЦАМИ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ.

Колпаков Д.А., Особенности выполнения броска подкласса «прогибаясь» высококвалифицированными борцами греко-римского стиля. Данная статья направлена на углубленное изучение броска прогибом борцами греко-римского стиля, а также на совершенствование данного атакующего действия в процессе тренировки.

Ключевые слова: бросок прогибом, процесс тренировки.

Kolpakov D. The peculiarities of performing the exercise of the "deflection roll" subclass by highly-skilled wrestlers of the Greco-Roman style. This article is aimed at an in-depth study of the deflection roll by wrestlers of the Greco-Roman style, and also on the improvement of this attacking action in the training process.

Keywords: deflection roll, training process.

Актуальность. Греко-римская борьба на данном этапе развития из-за своей динамики ведения схватки очень усложняет успешное проведение

Научное издание

Коллектив авторов

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

Сборник научных статей по материалам
II Международной научно-практической конференции
25 – 26 апреля 2018

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