

Министерство образования Республики Беларусь  
Учреждение образования  
«Гомельский государственный университет  
имени Франциска Скорины»  
Представительство Национального олимпийского комитета  
Республики Беларусь по Гомельской области

**ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
НАСЕЛЕНИЯ, ПРОЖИВАЮЩЕГО В УСЛОВИЯХ  
НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ ФАКТОРОВ  
ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ**

*В двух частях*

*Часть 1*

Гомель  
2013

УДК 796.011.1(082)

В сборнике представлены материалы X Международной научно-практической конференции, которые охватывают проблемы оздоровления и тренировочной деятельности в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды.

Издание состоит из двух частей. В первой части помещены материалы о физическом воспитании дошкольников, учащихся, студентов, а также о влиянии средств, методов и форм оздоровительной физической культуры на людей, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

Сборник рассчитан на специалистов в области физической культуры и спорта.

**Редакционная коллегия:**

*О. М. Демиденко (гл. редактор), Г. И. Нарский (зам. гл. редактора),  
С. В. Севдалев (отв. секретарь), В. А. Барков, П. В. Квашук,  
В. Г. Никитушкин, С. В. Страшко, А. И. Босенко,  
П. М. Прилуцкий, О. А. Ковалева, К. К. Бондаренко,  
С. В. Шеренда, М. В. Коняхин, А. Е. Бондаренко,*

**ISBN 978-985-439-808-2 (Ч. 1)**  
**ISBN 978-985-439-809-9**

© УО «Гомельский государственный  
университет им. Ф. Скорины», 2013

## 2 ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ, МЕТОДОВ И ФОРМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ЛЮДЕЙ РАЗНОГО ВОЗРАСТА, ИМЕЮЩИХ ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ

М.В. Бахур, Л.Г. Врублевская, доцент  
УО «Полесский государственный университет»

### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ПРИ ЛЕЧЕНИИ ПЕРЕЛОМОВ КОСТЕЙ ВЕРХНЕЙ КОНЕЧНОСТИ

**Актуальность.** Около 80% всех повреждений составляют повреждения опорно-двигательного аппарата, а из них около 50% - переломы костей верхних конечностей. Эта частота обусловлена особенностями анатомического строения и направления сил, действующих на верхнюю конечность [3]. Повреждения костей верхних конечностей относятся к тяжелым травмам, лечение которых заканчивается в ряде случаев неудовлетворительными результатами. Объясняется это сложностью репозиции и фиксации фрагментов костей, продолжительными сроками лечения. Достижение анатомической целостности и восстановление функциональных возможностей верхних конечностей способствуют снижению процента утраты трудоспособности [2].

Несмотря на значительные успехи, достигнутые травматологией в вопросах репозиции и фиксации отломков, инвалидность и сроки восстановления трудоспособности, а также работоспособности после травм опорно-двигательного аппарата остаются высокими [1].

Совершенствование методов лечения переломов продолжает оставаться актуальным и представляет большую социально - экономическую проблему. Наиболее слабым звеном в решении этой проблемы является изучение вопросов, связанных с профилактикой, лечением посттравматических осложнений и изучением причин, препятствующих нормально - текущему процессу регенерации.

**Целью исследования** является разработка и практическое обоснование комплекса лечебной физической культуры, обеспечивающего эффективное восстановление после переломов костей верхней конечности.

**Гипотеза.** Предполагалось, что предложенные комплексы лечебной физической культуры с использованием физических упражнений в воде, позволит ускорить сроки восстановления после переломов сегментов костей верхних конечностей. При этом необходимым условием является тот факт, что они будут использоваться (при отсутствии противопоказаний) со второго дня после переломов, а также в комплексе с другими восстановительными мероприятиями.

**Организация исследования.** Формирование контрольной и экспериментальной групп проходило по мере поступления больных в отделение медицинской реабилитации. Занятия в экспериментальной группе проводились с использованием комплексов, разработанных нами, в контрольной – с использованием комплексов, которые использовались в отделении медицинской реабилитации. При обращении у больных как контрольной, так и экспериментальной групп наблюдалась идентичная симптоматика конечности: ограничение и болезненность движений в суставах верхней конечности. При пальпации определялись отек, болезненность, гипотермия сустава и всей конечности. При объективном исследовании у всех больных контрольной и экспериментальной групп было отмечено значительное повышение мышечного тонуса конечности, зафиксировано падение силовых возможностей по сравнению с нормой.

Таким образом, существенных различий между испытуемыми экспериментальной и контрольной групп по клинической симптоматике, степени физической подготовленности не отмечалось, что позволило сопоставить результаты восстановления больных обеих групп.

**Результаты исследования и их обсуждение.** В программу лечебной физической культуры нами были включены в первом периоде облегченные исходные положения; второй период включал специальные упражнения с постепенно увеличивающейся амплитудой движений, общей нагрузкой; третий период – всестороннее использование всех видов упражнений и подвижных игр в возрастающей дозировке (см. рисунок 1)

<p><b>1 период</b> - общеукрепляющие упражнения (включая дыхательные) для здоровой конечности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- специальные упражнения;</li> <li>- идеомоторные, изометрические, динамические упражнения;</li> <li>- упражнения в облегченных и.п.</li> </ul> <p>Продолжительность занятия - 15-25 мин.</p>
<p><b>2 период</b> - общеукрепляющие упражнения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- специальные упражнения (вначале - элементарные движения, затем амплитуда движений увеличивается);</li> <li>- сопряженные упражнения;</li> <li>- активные движения под контролем методиста;</li> <li>- упражнения на различных плоскостях;</li> <li>- упражнения в теплой воде</li> </ul> <p>Используются гимнастические палки, мячи, в конце периода - гантели, тренажеры, эспандеры.</p> <p>Продолжительность занятия - 30 - 35 мин.</p>
<p><b>3 период</b> - упражнения второго периода выполняются с полной амплитудой;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнения на тренажерах, с сопротивлением, с отягощениями, на тренажерах;</li> <li>- спортивные упражнения</li> <li>- трудотерапия, механотерапия;</li> <li>- упражнения в теплой воде.</li> </ul> <p>Используются мячи, гимнастические палки, гантели; упражнения на гимнастической стенке.</p> <p>Продолжительность занятия - 35 - 40 мин.</p>

**Рисунок – Программно-методическое применение комплексов лечебной физической культуры при переломах костей верхней конечности**

Об эффективности разработанной нами программы лечебной физической культуры можно судить по результатам динамики восстановления функций сегментов травмированной конечности в контрольной и экспериментальной группах на протяжении курса лечебной физической культуры. Так, данные свидетельствуют, что использование для расслабления упражнений в воде, способствуют скорейшему восстановлению травмированной конечности. В среднем, показатели силы мышц кисти у пациентов контрольной и экспериментальных групп вначале исследования составляли, соответственно, 14,5 кг и 14,3 кг, в середине курса ЛФК у представителей экспериментальной группы – 27,2 кг, контрольной группы – 25,3 кг. Процесс восстановления силы мышц кисти шел более выражено, по сравнению со второй группой. В контрольной группе этот показатель незначительно отличается от первых измерений.

При сравнении показателей мышечной силы в конце курса ЛФК, нужно отметить прирост в экспериментальной группе, по сравнению с предыдущими измерениями, на 1,8 кг, в контрольной группе этот прирост составил 0,9 кг.

Показатели подвижности в локтевом суставе в начале курса ЛФК составили, в среднем, в экспериментальной группе 90° и 88,5° в контрольной. В середине курса ЛФК подвижность в суставе была, соответственно, 98,5° и 96,6°, что также свидетельствует о большем приросте показателей в первой группе. Такие изменения связаны с сочетанием в использовании

различных снарядов с упражнениями в воде, что способствует более быстрому восстановлению. В середине курса показатели подвижности в травмированных суставах варьируются в следующих пределах: экспериментальная группа –  $98,5 \pm 5,9^\circ$ ; контрольная группа –  $96,6 \pm 5,7^\circ$ . Кроме этого, необходимо отметить, что боли у занимающихся первой группы при выполнении упражнений как со снарядами, так и без снарядов, практически отсутствовали либо были незначительными, в отличие от второй группы, в которой не все упражнения по этой причине выполнялись.

Подвижность в локтевом суставе в конце курса ЛФК у пациентов экспериментальной группы составила  $121^\circ$ , в контрольной группе –  $98,3^\circ$ . Анализируя эти показатели, можно сделать вывод, что восстановление движений в первой группе протекает быстрее, по сравнению со второй группой, в 1,5 раз.

Средние показатели обхватных размеров трех сегментов (кисти, предплечья и плеча) травмированной конечности в начале курса ЛФК в экспериментальной группе составили 27,8 см, в контрольной группе – 27,7 см. Показатели в середине курса ЛФК были, соответственно, следующие: 24,6 и 26,6 см. По этим показателям можно судить, что отек травмированной конечности в первой группе к середине курса выполнения ЛФК отсутствует, а во второй группе еще выражен.

При сравнении обхватных размеров трех сегментов травмированной конечности у пациентов экспериментальной и контрольной групп в конце курса ЛФК выявлено, что в первой группе средние показатели составили 23,5 см, во второй – 26,1 см. Последнее свидетельствует о том, что показатели обхватных размеров у представителей второй группы практически не изменились, по сравнению с прошлыми измерениями.

С целью оценки психоэмоционального состояния пациентов в процессе лечения использовался тест САН (самочувствие, активность, настроение). Результаты анализа теста выявили, что у пациентов экспериментальной группы показатели от нормы составили 94 % , а в контрольной – 81 % ( $p < 0,05$ ). Данный факт подтверждает, что увеличение подвижности в поврежденной конечности приводит к улучшению психоэмоционального самочувствия занимающихся и их настроения.

**Выводы.** Результаты проведенного исследования свидетельствуют об более значимом улучшении динамики восстановления функций травмированных сегментов верхней конечности в экспериментальной группе, по анализируемым показателям, при статистической достоверности различий ( $p < 0,05$ ). Таким образом, разработанная программа применения комплексов лечебной физической культуры при переломах костей верхней конечности подтвердила свою эффективность и может быть использована в практике инструктора-методиста ЛФК.

### Литература

1. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура: учебник / Э.Н. Вайнер – М.: Флинта: Наука, 2009. – 424 с.
2. Епифанов, В.А. Реабилитация в травматологии / В.А. Епифанов, А.В. Епифанов. – М.: ГЭОТАР. – Медиа, 2010. – 336 с.
3. Котельников, Г.П. Национальное руководство по травматологии / Г.П. Котельникова, С.П. Миронов; под ред. Г.П. Котельникова. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 354 с.

## СОДЕРЖАНИЕ

### 1 ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ, УЧАЩИХСЯ, СТУДЕНТОВ И ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ, ПРОЖИВАЮЩИХ В РАЗЛИЧНЫХ ЭКОСРЕДАХ

Приветственное слово.....	3
<b>Asienkiewicz R.</b> Somatotypical diversity of Physical Education students at the University of Zielona Gyra.....	4
<b>Ажиппо А.Ю., Подригало Л.В.</b> Оптимизация подготовки специалистов по физической культуре и спорту в связи с особенностями здоровья населения Украины.....	6
<b>Акопян Е.С., Давтян Р.Б., Мартиросян А.</b> Двигательная подготовленность школьников 5-9 классов сельских районов Республики Армения.....	9
<b>Башура Е.И., Даниленко О.С., Тозик О.В.</b> Влияние степ-аэробики на физическое состояние женщин 20–30 лет.....	11
<b>Битус И.П., Телюк В.В., Канавалова Е.Е.</b> Влияние оздоровительной физической культуры на состояние организма человека разного возраста.....	13
<b>Борисок А.А.</b> Мониторинг уровня физической подготовленности студентов.....	15
<b>Босенко А.И., Витрук Ю.С., Клименко Е.В.</b> Новые возможности оценки функциональных резервов юных спортсменов.....	17
<b>Босенко А.И., Кузнецова А.А.</b> Адаптация центральной нервной системы студенток-спортсменок к возмущению геомагнитного поля земли.....	19
<b>Бризинский Г.З., Соловцов В.В.</b> Особенности применения физических упражнений оздоровительной направленности в утреннее время.....	22
<b>Буцько А.В., Грушник А.В.</b> Формирование духовно-нравственной культуры у студентов в процессе физического воспитания.....	24
<b>Буцько А.В., Цыркунова А.В.</b> Формирование профессиональных компетенций будущих культурологов-менеджеров средствами физической культуры.....	26
<b>Бульбенова О.Н., Стебаков А.И., Туркина Е.А.</b> Физическое состояние студентов факультета психологии по исходным данным мониторинга 2012–2013 учебного года ...	29
<b>Бурнос М.А., Дулькина Г.И., Тростинецкая Н.Г.</b> Ценностные ориентации студентов на здоровый образ жизни.....	31
<b>Бусел Т.А., Ковалева О.Н.</b> Оздоровительное воздействие аэробных упражнений на занятиях со студентками основного отделения.....	32
<b>Бусел Т.А., Морозова Л.М.</b> Применение танцевальной аэробики на занятиях по физическому воспитанию.....	35
<b>Василец В.В., Колесникова Н.Н., Врублевский Е.П.</b> Упражнения танцевального характера как средство повышения физической готовности детей 6–7 лет к обучению в школе.....	36
<b>Волчок О.В., Сониная Н.В.</b> К вопросу о физическом воспитании ребенка в семье.....	39
<b>Гаркуша С.В.</b> Аддиктивна поведінка як основний чинник відхилення від культури здоров'язбереження.....	40
<b>Герасевич А.Н., Кохович Е.И., Щеновский Ю.И.</b> Характеристика морфофункционального состояния организма дошкольников г. Бреста.....	43
<b>Геркусов А.С., Зиновенко К.А., Зацепин А.В.</b> Методика занятий оздоровительным бегом с учащимися старшего школьного возраста.....	46
<b>Глазько А.Б., Глазько Т.А.</b> Методические основы повышения физической работоспособности студенческой молодежи средствами плавания.....	48
<b>Горлова С.Н., Савочкина А.С.</b> Донозологическое состояние организма студенток, проживающих в различных экологических регионах России.....	50
<b>Губа В.П.</b> Новое в определении развития специальной одаренности у детей различного возраста.....	52

<b>Губа Д.В.</b> Интегральный подход при развитии специальных физических качеств у юных спортсменов .....	55
<b>Гусинец Е.В., Волочко А.В.</b> Методика повышения оздоровительной эффективности занятий по плаванию на уроках по физической культуре и здоровью с детьми среднего школьного возраста.....	58
<b>Даниленко О.С., Захарова М.Н., Тозик О.В.</b> Влияние физического воспитания на формирование здорового образа жизни в молодежной среде.....	60
<b>Дедулевич М.Н.</b> Здоровье как одна из профессиональных компетенций педагога дошкольного учреждения.....	62
<b>Долинский Б.Т.</b> Осведомленность будущих учителей начальных классов в спортивно-игровой деятельности.....	64
<b>Зацепин А.В., Зиновенко К.А., Соколов Ю.И.</b> Сравнительный анализ уровня физической подготовленности первокурсников факультета физической культуры .....	67
<b>Зинченко Н.А.</b> Особенности формирования осанки школьников 11–13 лет средствами физической культуры.....	69
<b>Зинченко Н.А., Яскевец С.Н.</b> Физическая культура, как средство предупреждения и преодоления отклонений в поведении подростков .....	71
<b>Золотухина Т.В. Гаврилович Н.Н.</b> Формирование эстетическо-оздоровительной направленности в физическом воспитании.....	73
<b>Казаручик Г.Н.</b> Экологические аспекты здоровьесберегающей деятельности в учреждении дошкольного образования.....	75
<b>Калачев В.В., Хурбатов С.С., Морозова Л.М.</b> Влияние дополнительных самостоятельных занятий физическими упражнениями на укрепление здоровья.....	78
<b>Карван А.В., Толкунов А.В.</b> К вопросу о формировании физической культуры личности студента.....	80
<b>Качур Д.А., Науменко О.А., Торба Т.Ф.</b> Физическая подготовка студентов в техническом вузе на основе игровых методов обучения.....	82
<b>Кветинский С.С., Бардюков Н.П., Кабыш А.А.</b> Развитие двигательной активности у учащихся.....	84
<b>Ключников А.В., Нарскин Г.И.</b> К вопросу о программировании учебного процесса по физической культуре курсантов инженерных институтов МЧС.....	85
<b>Ковалев Д.А., Захарченко О.А.</b> Физическое воспитание различных слоев населения.....	87
<b>Колокольцев М.М.</b> Конституциональная характеристика девушек-студенток 17–20 лет, проживающих в условиях Прибайкалья.....	89
<b>Конопацкий В.А., Метлушко В.И.</b> С единоборства в системе физического воспитания студентов.....	92
<b>Коняхин М.В., Шваева А.Д.</b> Совершенствование методики пульсометрии на занятиях физической культурой.....	94
<b>Кравченко А.А., Мендубаева С.Ю.</b> Физическое воспитание студентов факультета экономики и права.....	96
<b>Кривошей Н.Н., Лапицкая Л.А.</b> Уровень физической подготовленности дошкольников .	98
<b>Кришталь С.А., Усаченок О.А., Фомин А.В.</b> Анализ физической подготовки студентов специальностей инженер-технолог и горный инженер .....	100
<b>Кузенёк Н.Г., Яцков С.А.</b> Влияние занятий гиревым спортом на физическое развитие студентов .....	102
<b>Кузнецова Е.С.</b> Подвижные игры различной интенсивности на уроках физической культуры в начальной школе.....	104
<b>Кузнецова Е.С.</b> Игровой, соревновательный и наглядный методы обучения на уроках физической культуры.....	106
<b>Кузьмина Л.И., Гурина И.С.</b> Факторная структура координационных способностей воспитанников кадетских училищ 15–16 лет .....	108

<b>Кукель А.А., Круталевич О.П., Желнерович В.Г.</b> К вопросу о физической рекреации студентов .....	111
<b>Купчинов Р.И.</b> Воспитание потребности быть психофизически и нравственно здоровым .	113
<b>Курако А.А., Антонова Е.А., Курако М.А.</b> Некоторые подходы в повышении качества образования по дисциплине «Гимнастика и методика преподавания».....	116
<b>Лисаевич Е.П., Конон А.И.</b> Оценка мотивационных аспектов занятий физической культурой у старшеклассниц.....	117
<b>Логвина Т.Ю.</b> Индивидуализация физической нагрузки у детей в процессе занятий физическими упражнениями.....	120
<b>Мartiнович С.В., Морозова Л.М., Головнева Г.С.</b> Оценка уровня физической подготовленности студентов-первокурсников.....	123
<b>Микитчук Н.А.</b> Применение коэффициента усвоения учебного материала при обучении волейболу будущих учителей физической культуры.....	125
<b>Микитчук Н.А., Храмов В.В., Дудко Е.А.</b> Методика количественной оценки уровня владения техникой волейбола студентами факультета физической культуры .....	126
<b>Молочко Е.А, Тихонова В.И., Соловьёва Н.Г.</b> К вопросу о современных проблемах в структуре формирования физической культуры.....	129
<b>Наскалов В.М.</b> Экологический подход к физическому воспитанию студентов вузов.....	132
<b>Новик Г.В., Мазепа С.В.</b> Оценка уровня физической работоспособности студенток ГГМУ с использованием пробы Руфье.....	134
<b>Новик Г.В., Хорошко С.А.</b> Состояние здоровья студентов Гомельского государственного медицинского университета.....	136
<b>Новицкая В.И., Коледа В.А.</b> Системный подход к оценке качества преподавания дисциплины «Физическая культура».....	139
<b>Орлова Н.В., Крыловский О.В.</b> Использование средств атлетической гимнастики в условиях учебного процесса по физическому воспитанию в вузах .....	142
<b>Осипенко Е.В., Герасимов И.Г.</b> Некоторые подходы к организации и проведению мониторинга функционального состояния школьников и студентов в процессе физического воспитания.....	145
<b>Осипенко Е.В., Севдалев С.В.</b> Технология физкультурно-оздоровительных занятий с младшими школьниками в группах продленного дня.....	147
<b>Осипчик Н.И.</b> Использование компьютерных технологий для оптимизации учебного процесса по физическому воспитанию.....	150
<b>Осянин В.Н., Кошман В.В.</b> Повышение эффективности физической подготовки школьников средствами спортивной борьбы.....	152
<b>Пирогова И.Г., Сахарчук Т.И.</b> Организация физкультурно-оздоровительных занятий для сотрудников вуза.....	153
<b>Поболь В.З., Городилин С.К., Шишко Р.В.</b> К вопросу организации физической подготовки юношей кадетских классов, поступающих в заведения военного профиля ..	155
<b>Сетько Е.В., Минько Л.И., Даник Н.Д.</b> Установка на здоровый образ жизни студенток БГЭУ как условие здоровой жизнедеятельности .....	158
<b>Сманцер Н.И., Герасимчик М.С., Ковель С.Г.</b> Самооценка студентов при занятиях фитнесом .....	160
<b>Смольский С.М., Сони́на Н.В.</b> Совершенствование процесса физического воспитания в высших учебных заведениях .....	162
<b>Соловцов В.В., Юрцевич А.Ю., Бризинский Г.З.</b> Эстрадные танцы в системе физического воспитания и оздоровления учащихся .....	165
<b>Старовойтова Ю.В., Аношко С.Г., Мартинчик А.С.</b> Здоровый стиль жизни, обеспечение здоровья и самооценка своего состояния в различных экосредах.....	167
<b>Тёлкин Ю.Н.</b> О задачах образовательного процесса студентов подготовительного учебного отделения.....	168



<b>Ткачева Т.В., Кадач О.В.</b> Личностно-ориентированный подход на специализации «Силовая подготовка» в системе физического воспитания студентов вузов Красноярск .....	171
<b>Торба Т.Ф., Демиденко М.Г., Козырь В.Д.</b> Особенности прикладной физической подготовки будущих экономистов в техническом вузе.....	173
<b>Фомченко О.Ф.</b> Особенности проведения дней здоровья, спорта и туризма в школе ...	174
<b>Химаков В.В., Селиверстова Н.В.</b> Двигательная активность в жизни студенческой молодежи.....	177
<b>Царун В.В., Назаренко И.А.</b> Организация досуговой деятельности студентов.....	179
<b>Черкас С.В.</b> Развитие физкультурного образования в Беларуси .....	181
<b>Шонина Т.А.</b> Мини-теннис в учебном процессе.....	183
<b>Янович Ю.А.</b> Эффективность физического воспитания студентов в секции черлидинга ..	184

## **2 ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ, МЕТОДОВ И ФОРМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ЛЮДЕЙ РАЗНОГО ВОЗРАСТА, ИМЕЮЩИХ ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ**

<b>Бахур М.В., Врублевская Л.Г.</b> Использование физических упражнений при лечении переломов костей верхней конечности .....	187
<b>Володкович С.Л., Ярчак Е.Н.</b> Самостоятельные занятия физической культурой студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья .....	189
<b>Ворочай Т.А., Кожедуб М.С.</b> Факторы риска заболевания анорексией у девушек-студенток .....	191
<b>Герасевич А.Н., Шитов Л.А., Румак И.С.</b> Сравнительные аспекты состояния сердечно-сосудистой системы школьников в контексте здоровьесбережения .....	194
<b>Глазко Т.А., Глазко А.Б., Суша З.Н.</b> Самостоятельные занятия студентов специальных медицинских групп в учебном процессе физического воспитания .....	197
<b>Зайцева О.В., Брановицкая А.А., Сидоренко В.М.</b> Влияние оздоровительной физической культуры на здоровье инвалидов.....	199
<b>Зыкун Ж.А., Юрошкевич Е.В.</b> Влияние изометрических упражнений на физиологическое формирование свода стопы у студентов группы ЛФК .....	201
<b>Камыш Н.М., Александрова С.В., Климович Ж.Е.</b> Влияние занятий физической культурой и спортом на уровень физического развития студентов специальных групп .	203
<b>Ковалев Д.А., Усик А.В.</b> Влияние средств оздоровительной физической культуры на людей, с отклонениями в состоянии здоровья .....	205
<b>Ковалева О.А., Долготелес Т.В.</b> Изменчивость массы тела под влиянием физической нагрузки .....	207
<b>Кононова Н.Ф., Мойсеенко С.С.</b> Физическая реабилитация при сколиозе.....	210
<b>Котовенко С.В.</b> Влияние регулярных физических нагрузок на показатели гемодинамики у студенческой молодежи.....	211
<b>Купчинов Р.И., Михаленя В.М.</b> Двадцатипятилетняя динамика функциональной подготовленности студенток.....	214
<b>Маркевич О.П., Медведев В.А.</b> Физическое воспитание студенток, имеющих отклонения в состоянии здоровья с оздоровительной направленностью.....	216
<b>Мороз И.В., Фидирко М.А.</b> Формирование профессиональной компетентности будущих юристов.....	219
<b>Незгодинская В.В.</b> Исследование влияния фитнес программ силовой направленности на коррекцию фигуры студенток вузов .....	221
<b>Никитушкин В.Г., Разинов Ю.И.</b> Методика проведения занятий физической культурой со школьницами младших классов подготовительной медицинской группы.	223

<b>Орлова Н.В., Козлова Н.И.</b> Методика применения оздоровительного плавания при структурно-функциональных нарушениях позвоночника.....	226
<b>Пунтус В.А., Бондаренко А.Е., Бондаренко К.К.</b> Оздоровительное влияние физических упражнений на состояние здоровья студенток с патологией почек .....	229
<b>Савко Э.И.</b> Приобщение студентов специального учебного отделения к приобретению теоретических знаний и практических навыков.....	231
<b>Свитин В.Ф., Шалота О.А., Иванов А.В.</b> Методические особенности применения силовых упражнений на начальном этапе занятий студентов в группах СМО .....	234
<b>Силяева Т.С.</b> Аспекты адаптации в оздоровительной физической культуре .....	237
<b>Старавойтова Ю.В., Аношко В.Г., Тетерук Е.А.</b> Совершенствование подготовки студентов специального учебного отделения на основе анализа работы в период с 2008 года по 2012 год .....	239
<b>Толстикова В.А., Кадач О.В., Кузьмин В.А.</b> Актуальные факторы здорового образа жизни .....	240
<b>Филатова Н.В.</b> Влияние средств, методов и форм оздоровительной физической культуры на людей разного возраста.....	242
<b>Хонякова Т.В., Хоняков А.Н., Левоневская А.А.</b> Плавание и занятия в воде, как одна из форм контролируемой самостоятельной работы на специальном учебном отделении.....	244
<b>Христовая Т.Е.</b> Комплексное использование средств физической культуры в реабилитации детей со сколиозом.....	246
<b>Черноокая Е.В., Борсук Н.А.</b> Особенности построения учебных занятий по физической культуре со студентами, имеющими заболевание сколиоз .....	248
<b>Чернявская Е.А.</b> Индивидуальная работа со студентами-инвалидами как средство формирования здорового образа жизни.....	250