

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ, МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ  
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ  
ХЕРСОНСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР ЗДОРОВ'Я ТА СПОРТИВНОЇ  
МЕДИЦИНИ**



# **ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ ВАЛЕОЛОГІЇ, ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**Збірник наукових праць за матеріалами  
V Всеукраїнської науково-практичної конференції**

**7 квітня 2011 року**

**ХЕРСОН - 2011**

**УДК 796.035: 383.1**

**ББК 75.1: 74.200.54**

Проблеми сучасної валеології, фізичної культури та реабілітації: Матеріали V Всеукраїнської науково-практичної конференції. – Херсон: Видавництво ХДУ, 2011. – 255 с.

У збірнику представлені результати наукових досліджень в галузі валеології, фізичної реабілітації, фізіології людини та лікувальної та оздоровчої фізичної культури. Збірник адресований науковим співробітникам, викладачам вищих навчальних закладів, лікарям-санологам, інструкторам з лікувальної фізичної культури, фахівцям в області фізичної реабілітації та фізичної культури, аспірантам та студентам.

Матеріали статей надруковані за поданням авторів із збереженням змісту та стилю викладу. Редакційна колегія не несе відповідальності за достовірність і якість викладеного матеріалу.

#### **РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:**

**Маляренко  
Ірина Валентинівна**

відповідальний редактор,  
зав. кафедри теорії та методики фізичного виховання  
Херсонського державного університету  
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

**Ромаскевич  
Юрій Олексійович**

заст. відповідального редактора, головний лікар Херсонського  
обласного центру здоров'я та спортивної медицини, кандидат  
медичних наук, доцент

**Кедровський  
Борис Григорович**

декан факультету фізичного виховання та спорту Херсонського  
державного університету, кандидат технічних наук, професор

**Куц  
Олександр Сергійович**

доктор педагогічних наук, професор Вінницького державного  
педагогічного університету

**Євгенєва  
Лідія Яківна**

доктор біологічних наук, професор Херсонського державного  
університету

**Голяка  
Сергій Кіндратович**

відповідальний секретар, кандидат біологічних наук, доцент  
Херсонського державного університету

## ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

**Авраменко А. О.** – д. м. н., професор Миколаївського міжрегіонального інститута розвитку людини «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна».

**Александров Максим** - студент 4 курсу спеціальності «Здоров'я людини» Херсонського державного університету.

**Андріанов В.Є.** – к.п.н., доцент Криворізького державного педагогічного університету.

**Андруська Оксана** – магістрант Національного університету фізичного виховання та спорту України, м.Київ.

**Андрусяк О.Г.** – викладач Академічного ліцею при Херсонському державному університеті.

**Афанасьєв Д.В.** – директор спортивного клубу «Елада» Херсонського державного університету.

**Афонін А.П. кривий**

**Афоніна О. Г.** - методист Херсонського Центру дитячої та юнацької творчості

**Банникова Р.А.** - к. фіз. вих., доцент Національного університету фізичного виховання та спорту України, м.Київ.

**Бартош К.А.** – старший викладач Житомирського інституту медсестринства.

**Бас О.А.** – викладач Львівського державного університету фізичної культури.

**Безгребельна Є. І.** - стариший викладач Херсонського державного університету.

**Бейгул І.О.** – старший викладач Дніпродзержинського державного технічного університету.

**Березовський А. П.** – к.п.н., доцент Херсонського державного університету.

**Бережанський В. О.** – к.фіз.вих., доцент, директор НДІ Львівського державного університету фізичної культури.

**Беспалий Руслан** – магістрант Херсонського державного університету.

**Блюмер Євгенія** - студентка 4 курсу спеціальності «Здоров'я людини» Херсонського державного університету.

**Богомягков Іван** – учень 9 класу Херсонської загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів № 46.

**Бойчук Ю.Д.** - д.п.н., професор Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди.

**Бондар Г. І.** – зав. дитячим відділенням клінічної лікарні Суворовського району, м Херсона, к.м.н., доцент.

**Борзукова О. В.** - спеціаліст вищої категорії, майстер спорту, старший учитель Херсонської спеціалізованої ЗОШ №24.

**Бородашкін Михайло** – студент 5 курсу спеціальності «Олімпійський та професійний спорт» Херсонського державного університету.

**Бринзак В. П.** - доцент Національного університету фізичного виховання та спорту України.

**Британ Л. І.** – лікар спортивної медицини Херсонського центру здоров'я та спортивної медицини.

**Бурлака Л.І** – вчитель І категорії Херсонської загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів № 46.

**Бусол В.В.** – викладач Львівського державного університету фізичної культури.

**Вацеба О. М.** - к.п.н, професор Львівського державного університету фізичної культури.

**Веселий Олександр** - студент 5 курсу спеціальності «Фізична культура» Херсонського державного університету.

**Вітер Т.М.** – викладач Львівського національного університету імені Івана Франка.

**Возний С. С.** - к.н.ф.в., доцент Херсонського державного університету.

**Волошин О.Р.** – старший викладач Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка.

**Галицька Н. Є.** – вчитель біології І категорії загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів № 32, м.Херсон.

**Гасюк О. М.** – к.б.н., доцент Херсонського державного університету.

**Гацюєва Л. С.** – аспірант Вінницького державного педагогічного університету.

**Гладишева Наталя** - студентка 4 курсу спеціальності «Здоров'я людини» Херсонського державного університету.

**Гладощук О.Г.** – викладач Дніпродзержинського державного технічного

1. И.п. - стойка ноги вместе или врозь, руки внизу, на поясе или вверху. Наклон вперед, руки вниз, колени не сгибать (выдох). Вернуться в И.п. (вдох).
2. И.п. - то же. Повторные пружинящие наклоны вперед, руки вниз, колени не сгибать (выдох). Вернуться в И.п. (вдох).
3. И.п. - стойка ноги вместе или врозь, руки на поясе. Наклон вправо (выдох). Вернуться в И.п. (вдох). То же влево. 4. И.п. - то же. Повторные пружинящие наклоны вправо (выдох). Вернуться в И.п. (вдох). То же влево.
5. И.п. - стойка ноги вместе или врозь, руки на поясе. Наклон вправо с махом левой рукой вправо (выдох). Вернуться в И.п. (вдох). То же влево, предварительно поменяв положение рук.
6. И.п. - то же. Повторные пружинящие наклоны влево с махом правой рукой влево (выдох). Вернуться в И.п. (вдох). То же вправо, предварительно поменяв положение рук.
7. И.п. - стойка ноги вместе или врозь, руки на поясе. Поворот вправо, руки в стороны (выдох). Вернуться в И.п. (вдох). То же влево.
8. То же, но в И.п. руки в стороны.
9. И.п. - то же. Повторные пружинящие повороты вправо (выдох). Вернуться в И.п. (вдох). То же влево.
10. И.п. - стойка ноги врозь, руки в стороны. Наклон вперед с поворотом влево, пальцами правой руки коснуться носка левой ноги, левая рука вверху (выдох). Вернуться в и. п, (вдох). То же в другую сторону.
11. И.п. - стойка ноги вместе или врозь, руки на поясе или вперед, кисти соединить. Наклон вперед и круговые движения туловищем в одну, а затем в другую сторону (в наклоне). Дыхание произвольное, но без задержек.
12. И.п. - сидя, ноги вместе или врозь, руки на поясе, наклон вперед, руки вперед (выдох). Вернуться в И.п. (вдох).
13. И.п. - то же. Повторные пружинящие наклоны вперед, руки вперед (выдох). Вернуться в И.п. (вдох).
14. И.п. - сидя, ноги врозь. Наклон к левой ноге, пальцами рук коснуться носка ноги (выдох). Вернуться в И.п. (вдох). То же к правой ноге.
15. И.п. - то же. Повторные пружинящие наклоны к левой ноге, пальцами рук коснуться носка ноги (выдох). Вернуться в И.п. (вдох). То же к правой ноге.
16. И.п. - лежа на спине, руки вниз, ладони на полу. Поднять прямые ноги до касания ими пола за головой (выдох). Вернуться в И.п. (вдох). [1, с.81].

После занятий физическими упражнениями необходимо повисеть на перекладине или гимнастической стенке 5-10 сек.

Студентам со сколиозом полезны занятия по плаванию способом «кроль», а также специально разработанные комплексы упражнений в зависимости от формы искривления позвоночника.

Выше приведена схема наименования позвонков, на уровне которых возможно ущемлении спинномозговых нервов, которые могут привести к различным заболеваниям. [3, с.205].

#### **Выводы**

Занимаясь физическими упражнениями на занятиях, студенты получают прочные знания по вопросам гигиены, анатомии и физиологии, культуры движений, коррекции осанки, профилактики различных заболеваний, реабилитации после травм, формируют двигательные умения и навыки, развиваются физически, а своевременная коррекция позвоночника позволит восстановить работоспособность студента; убеждаются в том, что необходима забота о своем здоровье.

#### **Литература**

1. Тихомиров А., Тихомирова Е. Психофизические основы здоровья. Учебное пособие для подростков и их родителей. – Николаев: Николаевский государственный педагогический университет, 2003. – 314 с.
2. Тихомиров А.И., Тихомирова Е.В. Любовь и семья в студенческие годы. Учебное пособие для студентов. – Уфа РИО БашГУ, 2007. – 317 с.
3. Тихомиров А.И., Тихомирова Е.В.. Философия здоровья. Книга для всей семьи. – Уфа:НГУ им. В.А.Суходлинского, РЦ социально-психологической помощи семье, детям, молодежи. – 2010. – 288 с.
4. Тихомиров А.И. Самостоятельные занятия подростков физическими упражнениями. Учебное пособие по физическому воспитанию. Издание третье переработанное и дополненное. Комитет по молодежной политике администрации г.Уфы, центр психолого-медико-социального сопровождения «ИНДИГО». – Уфа, 2006. – 149 с.
5. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання: Навч. посібник. – К.: Центр учбової літератури, 2008. – 504 с.

## **РУХОВА АКТИВНІСТЬ ТА ФІЗИЧНА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ДІТЕЙ 8-10 РОКІВ ЗІ ЗНИЖЕНИМ СЛУХОМ**

**Маляренко І.В., Гацюєва Л.С.**

*Херсонський державний університет*

*Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського*

**Постановка проблеми.** Діти зі зниженим слухом є однією з найуразливіших категорій

суспільства. Метою соціальної політики уряду України, щодо цих дітей, є створення умов, за яких вони могли б користуватися тими самими правами й виконувати ті самі обов'язки, що й інші члени суспільства.

Як зазначається у Тематичній доповіді про становище дітей в Україні, із числа дітей зі зниженим слухом, які утримуються в закладах інтернатного типу, велика частка мають хвороби, прояви яких можуть пом'якшитись або можуть бути усунені взагалі, за умов спеціального підходу у вихованні й освіті, спеціальних психофізіологічних та медичних корекційних впливів. Особливості умов виховання, навчання і утримання учнів у спеціальній закладах визначаються перш за все спеціальним режимом дня та системою навчальної, виховної і корекційної роботи.

В умовах обмежених адаптаційних резервів, властивих дітям зі зниженим слухом, будь-яке збільшення навантаження, розумового або фізичного, можна розглядати як стресову дію, що носить тривалий і стійкий характер. Це призводить до зниження резервів, виникнення ситуації розладів механізмів регуляції вегетативних функцій; життєдіяльність здійснюється в режимі нестійкої адаптації, який проявляється у дітей у вигляді погіршення працездатності, підвищеної стомлюваності і зниження стійкості до несприятливих дій. В умовах інтернату діти практично не мають можливостей істотного поліпшення перебігу хвороб саме з причини великої кількості розумово-корекційних занять, які їм в край необхідні.

Тому впливає гостра потреба у вивченні рухової активності та фізичної працездатності, що дозволить в подальшому визначити пріоритетні напрямки розвитку фізичного виховання дітей зі зниженим слухом.

**Аналіз досліджень і публікацій.** Відомо, що рівень здоров'я дитини залежить від її рухової активності. За даними вітчизняних і зарубіжних дослідників [ 2 ] рухова активність пов'язана з режимом дня. Режимом дня, окрім учбових занять для дітей зі зниженим слухом, передбачені корекційно-розвивальні заняття [ 4, 5 ], які не потребують значних фізичних зусиль, що знижує рівень рухової активності, яка перебуває в прямій залежності з розумовою та фізичною працездатністю дитини.

Проблемою корекції рухової сфери дітей з вадами слуху займалися Р.Д. Бабенкова, І.М. Бабій, Н.П. Лещій, І.М. Соловійов, І.П. Випасняк, та інші, але досліджувалися здебільшого глухі діти. Рухова діяльність дітей зі зниженим слухом у вітчизняній науковій літературі вивчалася в поодиноких роботах О.В. Колишкіна, І.М. Ляхової, Л.А. Фандікової. Фандікова Л.А. у своїй роботі досліджувала проблему рухових режимів дітей з вадами слуху. Вона стверджує, що рухова активність дітей зазначеної категорії на 20-30% нижча, ніж у здорових однолітків.

О.П. Колишкін у своїй роботі досліджував проблему корекції рухової сфери слабочуючих юнаків 15-16 років позаурочний час, також вивчав формування оптимального рухового режиму юнаків з розладами слуху в умовах спеціальної школи [1].

У своїй роботі І.М.Ляхова науково обгрунтовала дані про специфічні особливості рухової діяльності даної типологічної групи дітей, як важливої складової корекційно-педагогічного процесу у спеціальній школі [3].

**Мета дослідження** – визначити та проаналізувати результати дослідження обсягу рухової активності та показників фізичної працездатності дітей 8-10 років зі зниженим слухом.

**Методи та організація дослідження.** Для дослідження рухової активності ми використали метод тижневого хронометражу. Були виготовлені карти, в яких реєструвалися всі види побутової та фізкультурно-оздоровчої рухової активності під час занять фізичними вправами і спортом (ПРА, ФОРА). Математико-статистичну обробку отриманих результатів ми робили за методикою, розробленою О.С.Куцом [2]. Фізичну працездатність визначали за показником індексу Гарвардського степ-тесту.

В дослідженні прийняли участь 118 дітей зі зниженим слухом, які навчаються у спеціальних навчальних закладах для дітей з вадами слуху міст Херсону та Миколаєва.

**Результати дослідження.** Як свідчать данні хронометражу загальної і фізкультурно-оздоровчої рухової активності, проведеного на початку дослідження, час, який витрачають діти зі зниженим слухом на активне виконання фізичних вправ, недостатній (табл. 1 ).

За результатами досліджень, ми можемо констатувати, що майже за всіма показниками різних видів рухової активності між експериментальними та контрольними групами хлопчиків та дівчат суттєвих розбіжностей не виявлено ( $P > 0,05$ ).

Як свідчать дані хронометражу, індивідуальні карти рухової активності дітей зі зниженим слухом 8-10 років, вірогідні відмінності виникають лише між експериментальним та контрольними групами 8-мирічних хлопчиків та дівчат на користь дітей експериментальних груп ( $P < 0,001$  ). Аналіз

режимних моментів навчально-виховних закладів дозволив з'ясувати, що ця відмінність виникає за рахунок збільшення в експериментальних групах відведеного часу на ранкову гімнастику в два рази, а саме 30 хвилин на відміну від 15 хвилин у контрольних групах.

Таблиця 1

## Показники рухової активності дітей зі зниженим слухом 8-10 років

Вік	Дівчатка					Хлопчики					
	Групи	n	M <sub>x</sub>	S <sub>mx</sub>	t	P	n	M <sub>x</sub>	S <sub>mx</sub>	t	P
Побутова рухова активність (%)											
8	ЕГ	11	6,16	0,09	1,056	> 0,05	10	6,93	0,16	1,048	> 0,05
	КГ	9	6,31	0,11			9	7,19	0,19		
9	ЕГ	10	6,55	0,09	1,690	> 0,05	10	7,20	0,11	1,176	> 0,05
	КГ	9	6,79	0,11			11	7,36	0,08		
10	ЕГ	10	6,33	0,10	0,671	> 0,05	11	6,62	0,07	1,11	> 0,05
	КГ	9	6,44	0,13			9	6,73	0,07		
Фізкультурно-оздоровча рухова активність (%)											
8	ЕГ	11	2,97	0,08	4,250	< 0,001	10	3,06	0,08	5,731	< 0,001
	КГ	9	2,46	0,09			9	2,37	0,09		
9	ЕГ	10	3,23	0,20	1,256	> 0,05	10	3,23	0,22	1,134	> 0,05
	КГ	9	2,96	0,08			11	2,96	0,09		
10	ЕГ	10	5,05	0,07	1,769	> 0,05	11	5,88	0,02	0,004	> 0,05
	КГ	9	4,79	0,13			9	5,72	0,02		
Індекс рухової активності (%)											
8	ЕГ	11	9,14	0,08	1,671	> 0,05	10	9,97	0,25	1,201	> 0,05
	КГ	9	8,78	0,20			9	9,57	0,22		
9	ЕГ	10	9,78	0,2	0,018	> 0,05	10	10,62	0,22	0,630	> 0,05
	КГ	9	9,75	1,7			11	10,47	0,09		
10	ЕГ	10	11,34	0,17	1,137	> 0,05	11	12,50	0,09	0,184	> 0,05
	КГ	9	11,05	0,19			9	12,46	0,16		

Ранкову гімнастику з дітьми зі зниженим слухом в умовах навчально-виховного закладу проводять вихователі, які не завжди усвідомлюють важливість цієї форми занять, що, можливо, пояснює інколи недостатню якість та обсяг цієї рухової діяльності.

Дотепер ще не встановлений оптимальний рівень працездатності дітей зі зниженим слухом молодшого шкільного віку 8-10 років. Тому одним із важливих завдань є встановлення рівня працездатності для конкретизації програми корекції психомоторної функції дітей зі зниженим слухом, та визначення рівнів можливого підвищення фізичного навантаження.

Саме з цією метою нами були проведені дослідження працездатності дітей зі зниженим слухом 8-10 років, дані яких наведені в таблиці 2.

Таблиця 2

## Характеристика фізичної працездатності дітей молодшого шкільного віку 8-10 років за ІГСТ

Вік	Дівчатка					Хлопчики					
	Групи	n	M <sub>x</sub>	S <sub>mx</sub>	t	P	n	M <sub>x</sub>	S <sub>mx</sub>	t	P
Фізична працездатність											
8	ЕГ	11	59,26	1,62	0,631	> 0,05	10	60,78	1,96	0,180	> 0,05
	КГ	9	60,86	1,95			9	61,26	1,81		
9	ЕГ	10	62,04	1,34	0,332	> 0,05	10	63,20	1,24	0,409	> 0,05
	КГ	9	61,74	1,78			11	63,94	1,32		
10	ЕГ	10	62,13	1,53	0,486	> 0,05	11	63,81	1,32	0,146	> 0,05
	КГ	9	63,23	1,67			9	64,08	1,30		

Зазначимо, що за ІГСТ досліджуваній контингент хлопчиків та дівчаток молодшого шкільного віку мають у більшості випадків низький (менше 55 ум.од.) та нижче середнього рівень (55,1-64,9 ум.од.) фізичної працездатності

Порівняльний аналіз фізичної працездатності хлопчиків та дівчат зі зниженим слухом 8-10 років показав, що у цьому показнику між ЕГ та КГ не встановлено достовірної різниці.

Аналізуючи отримані результати визначення обсягу рухової активності та показників фізичної працездатності дітей зі знизеним слухом 8-10 років, нам вдалося дійти до таких **висновків**:

- ✓ показники рухової активності та фізичної працездатності нижчі, ніж середньо групові здорових дітей молодшого шкільного віку.
- ✓ за багатьма показниками рухової активності та фізичної працездатності діти зі знизеним слухом ЕГ та КГ не мають відмінностей;
- ✓ обмеження рухової активності, яке виникає під час перебування у спеціальному навчально-виховному закладі для дітей зі знизеним слухом не компенсується у повному обсязі збільшенням нерегламентованих форм позашкільних занять;

**Перспективи подальших наукових досліджень** у цьому напрямку полягають в оцінці вкладу кожного виду рухової активності, визначення взаємозв'язків з показниками фізичної працездатності та пошуку нових форм та засобів фізичного виховання, що дозволить внести відповідні зміни в організацію рухової активності дітей зі знизеним слухом для підтримки достатнього рівня фізичної та розумової працездатності.

#### **Література**

1. Колишкін О.В. Корекція рухових порушень дітей старшого шкільного віку з розладами слуху засобами адаптивного фізичного виховання. – Автореферат дис... канд. пед. наук за спец. 13.00.03 – корекційна педагогіка. – Південноукраїнський державний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського. – Одеса, - 2004. - 18 с.
2. Куц А.С. Модельные показатели физического развития и двигательной подготовленности населения центральной Украины: [монография] / А.С. Куц. – К.: Искра, 1993. – 256 с.
3. Ляхова І. М. Теоретико-методичні основи корекції рухової сфери дітей зі знизеним слухом засобами фізичного виховання. автореф. ... доктор пед. наук: спец. 13.00.03 «корекційна педагогіка»./ Ляхова Інна Миколаївна. Ін-тут спец. Педагогіки АПН України. Київ – 2006. – 41 с.
4. "Положення про спеціальну загальноосвітню школу-інтернат (школу, клас) України для дітей з вадами фізичного або розумового розвитку" Наказ Міністерства освіти і науки України Про затвердження N 136 від 13.05.93 р. Зареєстровано в Міністерстві м. Київ юстиції України 1 вересня 1993 р. за N 120.
5. «Про затвердження Державного стандарту початкової загальної освіти для дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку» Постанова Кабінету Міністрів України від 5 липня 2004 р. N 848 м. Київ.

<b>ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ 1. ОЗДОРОВЧИЙ ВПЛИВ НЕМЕДИКАМЕНТОЗНИХ МЕТОДІВ ЛІКУВАННЯ ЛЮДЕЙ З ВАДАМИ ЗДОРОВ'Я</b>	
<b>Ромаскевич Ю.О., Британ Л.І.</b> ДИСКУСІЙНІ ПИТАННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ЛІКУВАННЯ ХВОРИХ З ТРАВМАТИЧНОЮ ХВОРОБОЮ СПИННОГО МОЗКУ.....	8
<b>Третьяков М.О.</b> ВИМОГИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ СТУДЕНТІВ ВНЗ В КОНТЕКСТІ НОВОЇ РЕДАКЦІЇ ЗАКОНУ УКРАЇНИ «ПРО ФІЗИЧНУ КУЛЬТУРУ І СПОРТ» (2009 РІК).....	10
<b>Банникова Р.А., Андруская О.А.</b> ВОССТАНОВЛЕНИЕ РАБОТСПОСОБНОСТИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ПАУЭРЛИФТИНГОМ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ.....	11
<b>Бас О. А.</b> ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ НА СТАН ПОСТАВИ ТА ПРОФІЛАКТИКУ ВИНИКНЕННЯ ВИМУШЕНИХ ПОЛОЖЕНЬ ВЕРХНЬОЇ КІНЦІВКИ У ЖІНОК ПІСЛЯ МАСТЕКТОМІЇ.....	13
<b>Березовский А. П., Сахно Н. Е.</b> ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВ МАССАЖА В ТРЕТИЙ ПЕРИОД РАЗВИТИЯ ТОТАЛЬНОГО ТРОМБОЗА ГЛУБОКИХ СОСУДОВ ЛЕВОЙ НИЖНЕЙ КОНЕЧНОСТИ.....	16
<b>Березовский А.П., Харченко-Баранецкая Л. Л.</b> ДИНАМИКА ПРИМЕНЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ МАССАЖА В ПЕРВЫЙ, ВТОРОЙ, ТРЕТИЙ ПЕРИОДЫ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ГЛУБОКИХ СОСУДОВ НИЖНЕЙ КОНЕЧНОСТИ ПОСЛЕ ТОТАЛЬНОГО ТРОМБОЗА.....	20
<b>Бондарь А.И., Евтушенко Е.В., Крамаренко Н.И.</b> РЕЗУЛЬТАТЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТСПОСОБНОСТИ С ПОМОЩЬЮ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПРОБЫ РУФЬЕ.....	24
<b>Возный С.С., Евгоровская И.Г., Партышева Л.В.</b> ПРИМЕНЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ-ЛОГОПАТАМИ.....	26
<b>Гладишева Н.Ю., Гасюк О.М.</b> ДІАГОНАЛЬНА ГІМНАСТИКА ЯК ЗАСІБ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ЦЕРЕБРАЛЬНІЙ ПАТОЛОГІЇ У ДІТЕЙ....	28
<b>Івасик Н.О., Сосновська О.Є.</b> ОЦІНКА ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ЖІНОК II ЗРІЛОГО ВІКУ З ГІПЕРТОНІЧНОЮ ХВОРОБОЮ II СТУПЕНЯ.....	30
<b>Івасик Н.О., Шарабура О.Б.</b> ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДІТЕЙ З ГОСТРИМ БРОНХІТОМ.....	32
<b>Лиса Т.А., Авраменко А.О.</b> ВПЛИВ ЛІКУВАЛЬНОГО МАСАЖУ НА РІВЕНЬ ВНУТРІШНЬОШЛУНКОВОГО ТИСКУ У ХВОРИХ НА ХРОНІЧНИЙ ГАСТРИТ ТИПУ В.....	34
<b>Литвиненко А. О., Тарасова О.О.</b> ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ МОЛОДІ ДО РІЗНОЇ МЕТЕОСИТУАЦІЇ ЗА РАХУНОК ФІЗИЧНОГО НАВАНТАЖЕННЯ.....	36
<b>Маляренко І.В., Зарецька М.В., Гришко Т.П.</b> СУЧАСНА СТРАТЕГІЯ БОРОТЬБИ З ТУБЕРКУЛЬОЗОМ.....	38
<b>Меркотан Н.О., Гурова А.І.</b> НОВІТНІ ТЕХНОЛОГІЇ У РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ З ДЦП.....	40
<b>Павленко І. А., Авраменко А.О.</b> ПОКАЗНИКИ ТЕРМОГРАФІЇ, ВАЗОГРАФІЇ ТА ДИНАМОМЕТРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ У ХВОРИХ З ОСТЕОХОНДРОЗОМ ХРЕБТА ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛУ ОСНОВНОЇ ТА КОНТРОЛЬНОЇ ГРУП.....	42
<b>Петришак Т.І.</b> ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ, ХВОРИХ НА ГОСТРУ ПНЕВМОНІЮ.....	44
<b>Савицький В.М.</b> РОЗРАХУНКИ НАВАНТАЖЕНЬ ТА ПОТУЖНОСТІ КОНТРОЛЬ ПРИ КОРИСТУВАННІ ТРЕНАЖЕРІВ ПРИ ФІЗИЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ.....	45
<b>Стародумова И.В.</b> РАК МОЛОЧНОЇ ЖЕЛЕЗЫ МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ!.....	49
<b>Червоношапка М.О.</b> ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З BELLYDANCE-АЕРОБІКИ.....	50
<b>Щербина Л.В.</b> СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ НЕЙРОРЕАБІЛІТАЦІЇ РУХОВИХ ПОРУШЕНЬ У ХВОРИХ З ІШЕМІЧНИМ ІНСУЛЬТОМ.....	51
<b>Тихомиров А.И.</b> КОРРЕКЦІЯ ПОЗВОНОЧНИКА КАК ФАКТОР РЕАБИЛИТАЦИИ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ.....	53
<b>Маляренко І.В., Гацюсва Л.С.</b> РУХОВА АКТИВНІСТЬ ТА ФІЗИЧНА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ДІТЕЙ 8-10 РОКІВ ЗІ ЗНИЖЕНИМ	



СЛУХОМ.....	56
<b>РОЗДІЛ 2.</b>	
<b>БІОЛОГІЧНІ ТА ВАЛЕОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ</b>	
<b>Бойчук Ю. Д.</b>	
ЗДОРОВ'Є ЧЕЛОВЕКА: КУЛЬТУРОЛОГІЧЕСКИЙ ПОДХОД К ОПРЕДЕЛЕНИЮ И ФОРМИРОВАНИЮ	60
<b>Евгеньєва Л.Я., Бринзак В.П.</b>	
АДАПТАЦІЯ ВНЕШНЕГО ДЫХАНИЯ МЫШЕЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	61
<b>Сергиенко Л.П.</b>	
ДЕРМАТОГЛИФИЧЕСКИЕ МАРКЕРЫ В ПРОГНОЗЕ СКЛОННОСТИ К ЗАБОЛЕВАНИЮ	
ТУБЕРКУЛЕЗОМ ДЕТЕЙ.....	65
<b>Сергиенко Л.П.</b>	
ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМ СОВРЕМЕННОЙ ВАЛЕОЛОГИИ, ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И	
РЕАБИЛИТАЦИИ: КРИТЕРИИ НАУЧНОЙ ДОСТОВЕРНОСТИ.....	69
<b>Бородашкін Михайло, Кольцова О.С.</b>	
ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ГІМНАСТІВ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ ЗАНЯТЬ.....	74
<b>Волошин О.Р.</b>	
ФІЗИЧНІ ВПРАВИ І ОКИСЛЮВАЛЬНИЙ СТРЕС.....	76
<b>Годлевський Петро</b>	
СОМАТОТИПОЛОГІЧНІ І ФУНКЦІОНАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ	
СТУДЕНТОК 18-22 РОКІВ (ЖІНОЧИЙ САМОЗАХИСТ).....	78
<b>Голяка С.К., Беспалий Руслан</b>	
СТАН ВЛАСТИВОСТЕЙ НЕЙРОДИНАМІЧНИХ ФУНКЦІЙ У СПОРТСМЕНІВ.....	79
<b>Голяка С.К., Коновальчук Є.Ю.</b>	
ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ НА РОЗУМОВУ ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ШКОЛЯРІВ.....	83
<b>Голяка С.К. Селехов В.А.</b>	
РУХОВА АКТИВНІСТЬ ТА ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ.....	86
<b>Гордиенко И.А., Муратова Е.П., Сердюк И.С.</b>	
ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ И ОТНОШЕНИЕ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ К ФИЗИЧЕСКОЙ	
КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ.....	88
<b>Гординська І.В., Борсукова О.В., Загоренко В.І.</b>	
ВИКОРИСТАННЯ НОВИХ ПІДХОДІВ У НАВЧАННІ НА УРОКАХ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ (З ДОСВІДУ	
РОБОТИ ХЕРСОНСЬКОЇ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ ЗОШ № 24).....	92
<b>Грибан Г.П., Ткаченко П.П., Денисовець А.П., Плотіцин К.В., Пилипчук П.Б., Пантус О.О.,</b>	
<b>Ободзінська О.В.</b>	
ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК ГАЛУЗЬ ДУХОВНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА.....	94
<b>Грибан Г.П., Ткаченко П.П., Дзензелюк Д.О., Денисовець А.П., Пилипчук П.Б., Сметаннікова Т.В.,</b>	
<b>Бартош К.А.</b>	
УДОСКОНАЛЕННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ І ПРОВЕДЕННЯ НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ ЗІ СТУДЕНТАМИ	
СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ.....	97
<b>Дубина Сергій, Березовський А.П.</b>	
СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ-СИРІТ ТА УЧНІВ	
ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОЇ ШКОЛИ.....	101
<b>Енин Н.С.</b>	
КОНТРОЛЬ ЗА МАССОЙ ТЕЛА СПОРТСМЕНА.....	104
<b>Кроншталь Г.С., Вігер Т.М., Бусол В.В.</b>	
ТЕОРІЯ СОЦІАЛЬНОЇ УСТАНОВКИ ЯК ОДИН З МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ	
ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ.....	106
<b>Ломака І.А.</b>	
РЕАЛІЇ СЬОГОДНІШНЬОГО ДНЯ У ПОШИРЕННІ ТА РОЗВИТКУ СЕЧОКАМ'ЯНОЇ	
ХВОРОБИ.....	108
<b>Ломака Ж.М., Кравцов С.Ю.</b>	
РАЦІОНАЛЬНІ ПАРАМЕТРИ ФІЗИЧНОГО НАВАНТАЖЕННЯ В ОЗДОРОВЧОМУ	
ТРЕНУВАННІ.....	111
<b>Ломака Ж.М., Люшненко Іван</b>	
ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА В ПРОФЕСІЙНОМУ АГРАРНОМУ	
ЛІЦЕІ.....	114
<b>Ломака Ж.М., Чухлебов І.І.</b>	
ЗАСТОСУВАННЯ ІГРОВОГО МЕТОДУ В ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ ТЕХНІЧНИМ ПРИЙОМАМ З	
ФУТБОЛУ УЧНІВ 8-10 РОКІВ.....	116
<b>Маляренко И.В.</b>	
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА НА	
ХЕРСОНЩИНЕ.....	118
<b>Марчук В.І., Переверзева С.В., Андріанов В.Є.</b>	
ФУНКЦІОНАЛЬНІ МОЖЛИВОСТІ ПЕРШОКУРСНИКІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ.....	120
<b>Меліков О.Я., Шумлянський Л.А., Афонін А.П., Кравченко В.В., Лукаш Л.В.</b>	
СТАН ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ПРОТЯГОМ НАВЧАННЯ У ВНЗ.....	123
<b>Муратова О.П., Гордієнко І.А., Сердюк І.С.</b>	
ОСОБИСТІЙ ПРИКЛАД ВИКЛАДАЧА, ЯК ОДИН ІЗ ФАКТОРІВ, ЯКИЙ ВПЛИВАЄ НА ПОВЕДІНКОВУ	
МОДЕЛЬ СТУДЕНТА.....	125