

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь  
Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**НАУЧНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО  
ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ  
ТРЕНИРОВКИ И ПОДГОТОВКИ КАДРОВ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, СПОРТУ  
И ТУРИЗМУ**

Материалы XV Международной научной сессии  
по итогам НИР за 2016 год,  
посвященной 80-летию университета

(Минск, 30 марта – 17 мая 2017 г.)

В четырех частях

Часть 4

Минск  
БГУФК  
2017

УДК 796(06)  
ББК 75:73  
Н34

*Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом БГУФК*

**Редакционная коллегия:**

д-р пед. наук, проф. *Т. Д. Полякова* (главный редактор);  
д-р пед. наук, проф. *Т. П. Юшкевич* (заместитель главного редактора);

д-р филос. наук, доц. *Т. Н. Буйко*; д-р пед. наук, проф. *Е. И. Иванченко*;  
д-р пед. наук, проф. *М. Е. Кобринский*; д-р пед. наук, д-р биолог. наук, доц. *А. А. Михеев*;  
д-р пед. наук, проф. *А. Г. Фурманов*; д-р пед. наук, проф. *А. М. Шахлай*

**Научное** обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре, спорту и туризму : материалы XV Междунар. науч. сессии по итогам НИР за 2016 год, посвященной 80-летию университета, Минск, 30 марта – 17 мая 2017 г. : в 4 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол. : Т. Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУФК, 2017. – Ч. 4. – 251 с.  
ISBN 978-985-569-161-8 (ч. 4).  
ISBN 978-985-569-157-1.

В материалах XV Международной научной сессии по итогам НИР за 2016 год (ч. 4) представлены статьи по фитнес-технологиям, оздоровительной, лечебной и адаптивной физической культуре, физической реабилитации, туризму.

Представленные материалы могут быть использованы профессорско-преподавательским составом, докторантами, аспирантами, магистрантами, студентами в научной деятельности и образовательном процессе в области физической культуры, спорта и туризма.

**УДК 796(06)**  
**ББК 75:73**

**ISBN 978-985-569-161-8 (ч. 4)**  
**ISBN 978-985-569-157-1**

© Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры», 2017

сравнению с ниже среднего; минутного объема кровотока (МОК) - на 0,63 ( $p < 0,01$ ) и 0,47 л/мин ( $p < 0,05$ ); ударного индекса (УИ) - на 6,42 ( $p < 0,001$ ) и 2,58 мл/м<sup>2</sup> ( $p > 0,05$ ); мощности левого желудочка (МЛЖ) – на 0,21 ( $p < 0,05$ ) и 0,22 Вт ( $p < 0,05$ ).

Значение общего периферического сопротивления сосудов (ОПСС) было ниже у женщин со средним уровнем функционального состояния сердечно-сосудистой системы по сравнению с низким и ниже среднего на 547,23 ( $p < 0,01$ ) и 349,41 дин·с/см<sup>5</sup> ( $p < 0,05$ ).

**Выводы.** Предварительная оценка уровня функционального состояния сердечно-сосудистой системы у женщин с постмастэктомическим синдромом играет важную роль для регламентации интенсивности нагрузки во время реализации программы физической реабилитации, а также может служить критерием ее эффективности. Результаты констатирующего эксперимента показали, что подавляющее число женщин имели средний (46 %) и ниже среднего (30 %) уровни функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Статистически значимые отличия между низким и средним уровнями у пациенток были выявлены в пользу последних по ударному объему, ударному индексу, минутному объему крови, общему периферическому сопротивлению сосудов, мощности левого желудочка.

1. Бріскін, Ю. А. Функціональний стан кардіореспіраторної системи жінок з постмастектомічним синдромом з різними типами ставлення до хвороби / Ю. А. Бріскін, Т. Є. Одинець // Слобожанський науково-спортивний вісник: наук.-теорет. журн. – Харків: ХДАФК, 2015. – № 4 (48). – С. 31–34.

2. Маліков, М. В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті: навч. посіб. для студентів вищ. навч. закладів / М. В. Маліков, Н. В. Богдановська, А. В. Сватєєв. – Запоріжжя: ЗНУ, 2006. – 246 с.

3. Спосіб визначення рівня функціонального стану серцево-судинної системи організму жінки з постмастектомічним синдромом: патент 107099 Україна: МПК А61В 5/00, А61В 5/02 / Бріскін Ю. А., Пітин М. П., Одинець Т. Є. – № 10408; заявл. 26.10.2015; опубл. 25.05.2016, бюл. № 10.

4. Физические факторы в медицинской реабилитации больных с постмастэктомическим синдромом / С. В. Стражев [и др.] // Вестник восстановительной медицины. – 2012. – № 1. – С. 20–23.

5. Al-Kindi, S. G. Prevalence of Preexisting Cardiovascular Disease in Patients With Different Types of Cancer: The Unmet Need for Onco-Cardiology / S. G. Al-Kindi, G. H. Oliveira // Mayo Clin Proc. – 2015. – Vol. 91 (1). – P. 81–83.

## ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОВЕДЕНИЯ РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ СРЕДИ СТУДЕНТОВ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

*Остапенко Г.А.*, канд. пед. наук,  
Запорожский национальный университет,  
Украина

*Кузьмина Л.И.*, канд. пед. наук, доцент,  
Белорусский государственный педагогический университет им. Максима Танка,  
Республика Беларусь

В связи с экологической и экономической ситуацией современного развития (загрязнение окружающей среды радиоактивными элементами, широкое применение химических продуктов в быту, рост урбанизации и т. д.) значительно возросло количество студентов с патологией дыхательной системы. Заболевания органов дыхания занимают отдельное место в структуре заболеваемости среди студентов [1].

Патология дыхательной системы студентов преимущественно представлена хронической пневмонией, хроническим бронхитом, бронхиальной астмой, остаточными явлениями после перенесенного бронхита, эмфиземы легких, компенсированными формами туберкулеза в стадии стойкой ремиссии [1]. Патологические изменения, возникающие вследствие хронических заболеваний дыхательной системы, ослабляют дыхательную мускулатуру и нарушают бронхиальную [2].

Вопросы медикаментозного лечения заболеваний дыхательной системы широко освещены в литературе. Но разработанные схемы терапии до сих пор сводятся к использованию значительного арсенала препаратов, влияющих только на отдельные звенья патогенеза, что не приводит к решающему результату.

В то же время в работах ученых доказано, что физиотерапевтические и кинезотерапевтические факторы играют важную роль в восстановительном лечении больных с заболеваниями дыхательной системы.

К сожалению, в практической деятельности лечение студенческой молодежи с заболеваниями дыхательной системы еще недостаточно сочетается со средствами и методами физической реабилитации.

**Целью** настоящего исследования является изучение влияния средств реабилитации на функциональное состояние организма студентов с болезнями дыхательной системы на санаторном этапе реабилитации.

В связи с этим в данном исследовании были поставлены следующие задачи:

1. Анализ и обобщение данных специализированной литературы по проблематике исследования.
2. Проанализировать изменения уровня функционального состояния дыхательной системы студентов под влиянием реабилитационных средств.

**Методы и организация исследования.** Методы получения ретроспективной информации (определение, анализ, обобщение данных специализированной литературы). Педагогический эксперимент. Комплексная экспресс-оценка функционального состояния и функциональной подготовленности организма (авторы – В.А. Шаповалова, М.В. Маликов, А.В. Сватъев), 2-й блок «ШВСМ-интеграл» предназначен для определения и оценки функционального состояния ведущих физиологических систем организма (сердечно-сосудистой и внешнего дыхания) [3]. В соответствии с алгоритмом обследования у испытуемого в состоянии относительного покоя регистрируются традиционные физиологические показатели (частота сердечных сокращений (ЧСС, уд/мин), систолическое и диастолическое артериальное давление ( $AD_{с}$ ,  $AD_{д}$  мм рт. ст.), жизненная емкость легких (ЖЕЛ, мл) время задержки дыхания на вдохе и выдохе ( $t_{вд}$ ,  $t_{выд}$  с), а также основные морфологические параметры (длина и масса тела). После введения перечисленных показателей в активное окно программы «ШВСМ-интеграл» производится автоматический расчет интегральных параметров систем кровообращения и внешнего дыхания и на основе их анализа с учетом пола, возраста, уровня тренированности, спортивной квалификации и специализации делается общий вывод о функциональном состоянии данных систем в соответствии со следующими функциональными классами: «низкий», «ниже среднего», «средний», «выше среднего» и «высокий» [3]. Методы математической статистики обработаны с помощью компьютерной программы Microsoft Excel [4].

Согласно цели и задач в начале и конце исследования и нами были проанализированы истории болезней и проведена оценка функционального состояния кардиореспираторной системы студентов, проходивших санаторное лечение после острого бронхита. Срок санаторного лечения по путевке составил 24 дня. Девушки контрольной группы (КГ) (10 человек) получили стандартные процедуры: лечебную гимнастику, физиотерапевтические процедуры (электрофорез, КУФ-терапия), лечебный массаж. Занятия по лечебной гимнастике выполнялись в течение 3 недель. Электрофорез, КУФ-терапия и лечебный массаж были назначены в количестве 10 процедур. Студентки экспериментальной группы (ЭГ) (10 человек), кроме стандартных процедур, выполняли дополнительно упражнения дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой «Ладочки», «Погончики», «Насос», «Кошка», «Обними плечи», «Большой маятник» в течение 3 недель.

Гимнастика А.Н. Стрельниковой – единственная в мире, в которой короткий и резкий вдох носом делается на движениях, сжимающих грудную клетку. Поэтому гимнастику А.Н. Стрельниковой называют еще парадоксальной. Тренируя шумный, короткий, активный вдох носом, дыхательная гимнастика в кратчайшие сроки восстанавливает утраченное носовое дыхание. Эта дыхательная гимнастика показана всем, взрослым, детям и подросткам и как метод лечения, и как метод профилактики.

Как метод лечения: ее надо делать 2 раза в день: утром и вечером до еды или через час-полтора после еды. Как метод профилактики: утром вместо общепринятой гимнастики или вечером, чтобы снять дневную усталость [6].

**Результаты.** По мнению С.М. Попова, нарушение дыхательной функции при заболеваниях органов дыхания чаще всего связано с изменением механизма дыхательного акта (нарушение пра-

вильного соотношения фазы вдоха, фазы выдоха и паузы, появление поверхностного и учащенного дыхания, дискоординация дыхательных движений). Эти изменения приводят к нарушению легочной вентиляции, что в свою очередь ведет, к нарушению газообмена в легких, так как легочная вентиляция поддерживает определенное парциальное давление кислорода и двуокиси углерода в альвеолярном воздухе [5].

Анализ научно-методической и специальной литературы показал, что применение различных средств реабилитации у больных с заболеваниями дыхательной системы позволяет ускорить выздоровление и возвращение их к полноценной жизни.

В таблице представлены данные исследования функциональных показателей системы внешнего дыхания студенток 18–20 лет КГ и ЭГ на различных этапах исследования.

Как видно из данных, в начале исследования у девушек ЭГ и КГ регистрировались соответствующие возрастным нормам значения основных морфофункциональных показателей.

Представлена бщая балльная оценка уровня функционального состояния системы внешнего дыхания студенток ЭГ и соответственно КГ по компьютерной программе «ШВСМ-интеграл», которая составила  $49,38 \pm 2,65$  балла и  $45,68 \pm 1,87$  балла, что соответствует «ниже среднего» уровню. Достоверных различий в показателях, характеризующих уровень функционального состояния дыхательной систем студенток ЭГ и КГ, на первом этапе исследования не выявлено.

Программа реабилитации включала в обеих группах использование лечебного массажа, лечебной гимнастики, физиотерапевтических процедур (электрофорез, КУФ-терапия).

Анализ результатов показателей, характеризующих функциональное состояние дыхательной системы студенток КГ в конце исследования, свидетельствует о том, что достоверных различий выявлено не было, зафиксирована лишь тенденция улучшения результатов исследуемых показателей. Общая балльная оценка функционального уровня дыхательной системы студенток КГ достоверно не улучшилась, а сам уровень рассматривался в функциональном классе как «средний» (таблица).

Таблица – Динамика показателей, характеризующих уровень функционального состояния дыхательной системы студенток контрольной и экспериментальной групп на разных этапах исследования ( $M \pm m$ )

Показатели	Начало эксперимента		Конец эксперимента	
	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
Длина тела (см)	$164,67 \pm 2,08$	$165,80 \pm 1,95$	$164,67 \pm 2,08$	$165,80 \pm 1,95$
Масса тела (кг)	$58,64 \pm 2,61$	$56,40 \pm 2,18$	$57,40 \pm 1,87$	$56,98 \pm 1,51$
ЖЕЛ (мл)	$2171,42 \pm 132,46$	$2380,0 \pm 120,18$	$2357,14 \pm 129,53$	$2470,28 \pm 80,94$
$t_{\text{вд}}$ (с)	$40,63 \pm 2,29$	$38,84 \pm 2,82$	$46,01 \pm 1,80$	$46,57 \pm 1,43^*$
$t_{\text{выд}}$ (с)	$25,06 \pm 2,49$	$26,28 \pm 0,86$	$27,05 \pm 1,96$	$30,42 \pm 1,51^*$
Отклонение ЖЕЛ (%)	$2,60 \pm 1,03$	$1,91 \pm 0,42$	$-0,94 \pm 2,38$	$1,48 \pm 3,03$
Индекс гипоксии (у. е.)	$0,364 \pm 0,02$	$0,358 \pm 0,02$	$0,398 \pm 0,23$	$0,62 \pm 0,06^*$
Индекс Скибинского (у. е.)	$1325,08 \pm 150,02$	$1159,07 \pm 138,71$	$1683,33 \pm 96,25$	$1364,16 \pm 98,02^*$
Уровень функционального состояния ДС (баллы)	$45,68 \pm 1,87$ (ниже среднего)	$49,38 \pm 2,65$ (ниже среднего)	$52,47 \pm 3,82$ (средний)	$56,2 \pm 9,87^*$ (средний)
Примечание – $*p < 0,05$ в сравнении с началом эксперимента				

Динамика показателей уровня функционального состояния дыхательной системы студенток ЭГ после применения реабилитационных мероприятий, представленных в таблице, свидетельствует о достоверном улучшении в таких показателях, как:  $t_{\text{вд}}$  увеличился до  $46,57 \pm 1,43$  с,  $t_{\text{выд}}$  – до  $30,42 \pm 1,51$  с, индекс гипоксии – до  $0,620 \pm 0,06$  у.е. и соответственно индекс Скибинского –  $1364,16 \pm 98,02$  у.е. ( $p < 0,05$ ). Достоверное улучшение зафиксировано также в балльной оценке уровня функционального состояния системы внешнего дыхания к  $56,2 \pm 9,87$  баллов. Уровень функционального состояния дыхательной системы студенток ЭГ рассматривался как «средний».

Применение у студенток ЭГ гимнастики А.Н. Стрельниковой в сочетании с лечебной гимнастикой, массажем и физиотерапевтическими процедурами способствовало более выраженной положительной динамике в показателях, характеризующих уровень функционального состояния дыхательной системы.

### **Выводы:**

1. Анализ и обобщение современных литературных источников показали, что проблема реабилитации студенческой молодежи с заболеваниями дыхательной системы является актуальной в сфере здравоохранения. Реабилитационные программы, которые применяют в лечебных заведениях, не содержат полного комплекса мероприятий, поэтому разработка новых программ является очень важным делом в сфере здравоохранения и культуры.

2. Проведенные исследования на первом этапе позволили установить, что у обследованных студентов экспериментальной и контрольной групп, которые находились на санаторном лечении, достоверных различий в показателях, характеризующих дыхательную систему, не обнаружено. Представленная общая балльная оценка уровня функционального состояния дыхательной системы студентов основной и соответственно контрольной групп составила  $49,38 \pm 2,65$  балла и  $45,68 \pm 1,87$  балла, что соответствует уровню «ниже среднего».

3. Полученные результаты свидетельствуют о том, что применение у студенток ЭГ гимнастики А.Н. Стрельниковой в сочетании с лечебной гимнастикой, массажем и физиопроцедурами способствовало более выраженной положительной динамике в показателях, характеризующих уровень функционального состояния дыхательной системы. Проведенные исследования подтверждают достоверное преимущество применения реабилитационных мероприятий у студенток с заболеваниями дыхательной системы в ЭГ по сравнению с общепринятой программой и способствуют совершенствованию восстановительного лечения больных с указанной патологией.

1. Копейкина, Е. Н. Построение процесса физического воспитания студенток с нарушениями в состоянии дыхательной системы: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Е. Н. Копейкина; Белгородский государственный университет. – Белгород, 2010. – 26 с.

2. Коровкин, В. С. Пульмонология и фтизиатрия (избранные лекции и обзорные статьи) / В. С. Коровкин, А. Н. Лаптев. – Минск: Беларусь, 2006. – 342 с.

3. Маліков, М. В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / М. В. Маліков, А. В. Сватъев, Н. В. Богдановська. – Запоріжжя: ЗДУ, 2006. – 227 с.

4. Подоляка, О. Б. Спортивна метрологія / О. Б. Подоляка, С. С. Пятисоцька. – Харків: ХДАФК, 2008. – 99 с.

5. Физическая реабилитация, физическая культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья / Под ред. С. Н. Попова. – Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 608 с.

6. Щетинин, М. Н. Дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой. Книга-билет / М. Н. Щетинин. – М.: Метафора, 2008. – 280 с.

## **КОРРЕКЦИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ПАЦИЕНТОВ ПОСЛЕ ЭНДОПРОТЕЗИРОВАНИЯ ТАЗОБЕДРЕННОГО СУСТАВА**

*Панкова М.Д.*, канд. пед. наук, доцент,

*Дановская Л.И.*,

*Кузнецова Е.А.*,

Белорусский государственный университет физической культуры,

Республика Беларусь

По данным ВОЗ количество заболеваний и повреждений тазобедренного сустава растет с увеличением продолжительности жизни и общим старением населения. В 2000 году во всем мире количество лиц в возрасте 60 лет и старше составило 590 млн человек, а к 2025 году превысит один миллиард человек. Удельный вес заболеваний и повреждений тазобедренного сустава среди патологии опорно-двигательной системы вырастет на 80 %. Все это в большинстве случаев требует проведения операций по тотальному эндопротезированию тазобедренного сустава. Эндопротезирование тазобедренного сустава – это замена элементов сустава при помощи имплантатов. Причин, по которым может потребоваться выполнение такой операции, довольно много. К основным причинам можно

## СОДЕРЖАНИЕ

### СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИИ ..... 3

---

---

**Бельченко Л.С., Савченко Е.В.**

Воздействие совокупного использования физических упражнений оздоровительной аэробики и черлидинга на эмоциональное состояние и уровень физической подготовленности девушек 15–16 лет ..... 3

**Будрюнас О.К., Гудебская Д.С.**

Динамика показателей развития общей выносливости у женщин 28–29 лет ..... 7

**Будрюнас О.К., Чуйко В.В.**

Развитие физических качеств у девочек младшего школьного возраста на занятиях по оздоровительной аэробике ..... 10

**Будрюнас О.К., Яковец А.Н.**

Развитие силы и общей выносливости у девушек 15–17 лет на занятиях по оздоровительной аэробике ..... 13

**Васечкина М.С.**

Совершенствование рекламно-информационного обеспечения занятий спортом людей с ограниченными возможностями здоровья (на примере региональной общественной организации «Спортивный союз инвалидов Красноярского края») ..... 16

**Власюк Е.А.**

Развитие силовых качеств у девушек 15–17 лет, занимающихся оздоровительной аэробикой ..... 20

**Глачаева С.Е.**

Эффективность применения элементов восточных единоборств и оздоровительных систем на занятиях физической культурой в вузе ..... 23

**Горовой В.А., Фурманов А.Г.**

Изучение интереса студентов к физкультурно-рекреационной деятельности ..... 26

**Гутько О.И., Борисов В.Я.**

Скандинавская ходьба как средство оздоровления студенческой молодежи ..... 29

**Данченко М.Н., Прилуцкий П.М.**

Побудительные мотивы занятий аквааэробикой женщин 18–35 лет ..... 32

**Демидова О.Н., Буренко В.Р.**

Развитие физических качеств у девушек 15–16 лет на занятиях различными видами танцевальной аэробики ..... 35

**Демидович Н.Г., Камышкайло И.Е.**

Влияние занятий по системе пилатес на физическое и психоэмоциональное состояние женщин, обучающихся на курсах по фитнесу ..... 38

**Демидович Н.Г., Камышкайло И.Е.**

Повышение равновесия средствами хатха-йоги у студенток Белорусского национального технического университета ..... 42

**Дубовик К.А., Фомин А.В., Слободняк Е.Н.**

Влияние занятий пилатесом на физическую подготовленность студентов БНТУ ..... 46

<b>Жамойдин Д.В.</b> Современный подход к оценке состояния здоровья студентов в физическом воспитании .....	49
<b>Золотова М.Ю.</b> Способы формирования профессиональных компетенций педагога дошкольного образования в области физической культуры в процессе повышения его квалификации.....	54
<b>Киселев В.М., Платонова Е.П., Мазуро М.Б.</b> Двигательная активность – один из основных компонентов здорового образа жизни.....	57
<b>Ковачева И.А.</b> Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузе как необходимая подготовка к трудовой деятельности .....	59
<b>Кривцун В.П.</b> Методика выполнения модифицированной дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой.....	63
<b>Кривцун-Левшина Л.Н.</b> Оздоровительная физическая культура как социокультурная система.....	66
<b>Кузьмина Л.И., Остапенко Г.А.</b> Физкультурно-спортивная активность учащихся старших классов .....	70
<b>Леонова В.В., Володько К.В.</b> Оценка обеспеченности населения Республики Беларусь физкультурно-спортивными сооружениями.....	73
<b>Литвинович В.М., Хлюст Л.П., Тихомиров А.В.</b> Особенности планирования маршрута похода выходного дня как формы активного рекреационного туризма .....	76
<b>Лойко Т.В.</b> Нормирование двигательной активности оздоровительной направленности .....	81
<b>Медведев В.А., Маркевич О.П.</b> Основные подходы к дозированию нагрузок в процессе физического воспитания студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья.....	84
<b>Ничипорко Н.Н., Величко Е.Б.</b> Фитнес как средство пропаганды здорового образа жизни .....	87
<b>Перова Г.М.</b> Физическая культура студентов с низким уровнем физической подготовленности .....	90
<b>Позняк Ж.А., Позняк В.Е.</b> Обоснование использования фитнес-бокса в физическом воспитании студентов (на примере непрофильного УВО).....	93
<b>Позняк Н.З., Мазур Н.В., Хованская Г.Н.</b> Закаливание как средство оздоровления детей школьного возраста .....	97
<b>Полякова Т.В., Квятковская Н.А., Лашук А.В., Асмакович Ж.И.</b> Чередование различных направлений аэробики на занятиях по физической культуре со студентками инженерно-педагогического факультета БНТУ .....	100
<b>Туровец О.М., Буячинский Е.В.</b> Актуальность проведения оздоровительных семейных походов на территории Республики Беларусь .....	103

<b>Фурманов А.Г., Романов К.Ю.</b> Разработка системы контрольных нормативов физической подготовленности для детей и молодежи Республики Беларусь.....	107
<b>Хлюст Л.П.</b> Теоретические подходы к определению сущности интегрированных маркетинговых коммуникаций .....	109
<b>Чайченко М.В., Галанова Л.В., Галанов В.Ф.</b> Методика физкультурно-оздоровительных занятий со студентами на основе приоритетного использования нестандартного оборудования .....	112
<b>Юдина Н.Н.</b> Основы повышения эффективности занятий физическими упражнениями студенток педагогических профессий .....	115
<b>Юрчя И.Н., Шевель А.В.</b> Оздоровительное плавание для лиц пожилого возраста как один из способов ведения здорового образа жизни.....	117
<b>Якубовский Д.А., Зимницкая Р.Э., Ширяев А.И.</b> Определение параметров физических нагрузок, направленных на развитие скоростно-силовых способностей женщин 25–35 лет среднего уровня физической подготовленности, различного соматотипа .....	119
<b>АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ЛЕЧЕБНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ И ЭРГОТЕРАПИИ .....</b>	<b>124</b>
<hr/>	
<b>Валько О.В.</b> Концептуализация понятия «Физическая социализация»: теоретико-методологический подход....	124
<b>Венкович Д.А.</b> Инновационная форма организации занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» для студенток с учетом триместров беременности .....	127
<b>Домбровский В.И.</b> К вопросу о привлечении взрослого населения к занятиям адаптивной физической культурой .....	131
<b>Дорошенко М.А., Мершавка В.Н., Нагорная В.О.</b> Настольный теннис как средство социальной реабилитации для людей с инвалидностью .....	134
<b>Жавнерчик Е.А., Дворянинова Е.В.</b> Направленное развитие равновесия у детей с нарушением зрения.....	137
<b>Звенигородская Н.О.</b> Применение общей криотерапии в оздоровлении населения.....	139
<b>Казак П.В., Болдышева И.В., Лашкевич А.Н.</b> Эффективность применения восточной гимнастики и постизометрической релаксации в реабилитации пациентов с остеохондрозом шейного отдела позвоночника .....	142
<b>Калюжин В.Г.</b> Адаптированные тесты для оценки уровня развития координационных способностей детей дошкольного возраста с нарушением зрения .....	146
<b>Кострица С.А., Кулинчик Н.И.</b> Скандинавская ходьба как элемент оздоровительной физической культуры в ДРОЦ.....	149

<b>Косяк Л.С.</b> Развитие двигательной мобильности для детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата.....	152
<b>Кулик А.С., Солдатенкова А.И.</b> Программа развития координационных способностей у детей старшего школьного возраста с нейросенсорной тугоухостью .....	155
<b>Можейко М.П.</b> Основные механизмы восстановления при различных видах атаксии.....	157
<b>Наскалов В.М.</b> Спортивно-ориентированное физическое воспитание студентов.....	160
<b>Одинец Т.Е., Брискин Ю.А.</b> Особенности гемодинамических показателей у женщин с постмастэктомическим синдромом с различными уровнями функционального состояния сердечно-сосудистой системы на стационарном этапе реабилитации .....	164
<b>Остапенко Г.А., Кузьмина Л.И.</b> Экспериментальное обоснование проведения реабилитационных мероприятий среди студентов с заболеваниями дыхательной системы .....	166
<b>Панкова М.Д., Дановская Л.И., Кузнецова Е.А.</b> Коррекция функционального состояния пациентов после эндопротезирования тазобедренного сустава .....	169
<b>Панкова М.Д., Ерошенко Т.А.</b> Коррекция функционального состояния пациентов с ишемическим инсультом.....	173
<b>Поконова Т.Л.</b> Особенности процедуры тестирования координационных способностей у детей с умственной отсталостью .....	177
<b>Приходько В.И., Насанович Д.Н.</b> Индексометрические показатели у студентов с различным уровнем выносливости.....	180
<b>Приходько В.И., Онищук О.Н.</b> Соотношение нагрузок различной направленности физкультурных занятий детей 4–6 лет с тяжелыми нарушениями речи.....	183
<b>Путро А.А., Путро М.С., Мазур Н.В.</b> Использование местных природных лечебных факторов при закаливании организма человека в санаторно-курортных условиях .....	186
<b>Сафронова Е.П.</b> Сравнительная характеристика проявлений остеопороза у женщин пожилого возраста, занимающихся пилатесом и лечебной физической культурой.....	189
<b>Сидорчук А.А., Лашкевич А.Н.</b> Улучшение функционального и психоэмоционального состояния беременных женщин средствами физической реабилитации .....	191
<b>Тулупова Л.А.</b> Проблема длительно и часто болеющих детей .....	195
<b>Харазян Л.Г.</b> Нетрадиционная методика развития координационных способностей у детей с нарушениями зрения.....	198

<b>Хроменков Л.Я., Бродяк О.П.</b> Вакуумная терапия как средство восстановления спортсменов .....	202
<b>Шить Р.И.</b> Использование тренажеров при развитии силовых способностей у юношей с нейроциркуляторной дистонией .....	204
<b>Шпехт М.В., Мазур Н.В., Конон И.Т., Варнель Е.Н., Василеня Л.С., Рубина М.А.</b> Применение интервального вакуума в оздоровлении спортсменов .....	207
<b>Шутова С.Е., Шклярчук Е.П., Юр В.Р., Аврамов И.А.</b> Концепция развития адаптивного спорта в Украине .....	210
<b>ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СФЕРЕ ТУРИЗМА, ГОСТЕПРИИМСТВА, РЕКРЕАЦИИ И ЭКСКУРСОВЕДЕНИЯ .....</b>	<b>213</b>
<b>Бардюгов Б.Н., Титкова Н.Д.</b> Круизный туризм .....	213
<b>Богданович О.Л., Самосюк И.В.</b> Фитоекотуризм как элемент религиозного туризма .....	215
<b>Каган О.Ф., Сайдаков Д.П.</b> Возможности использования средств маркетинга в социальных медиа для туристического предприятия .....	217
<b>Кострица С.А., Кулинчик Н.И., Верниковская Л.А.</b> Туризм как средство оздоровления детей .....	222
<b>Лисовски М.</b> Беловежа – место въездного туризма для отдыха на досуге .....	225
<b>Подлиских В.Е., Дикусар Е.А., Баньковская Е.Ю., Реброва Е.В.</b> Методические подходы к оценке технической сложности маршрутов спортивных пешеходных походов по территории Республики Беларусь .....	228
<b>Подлиских В.Е., Дикусар Е.А., Челядинский Р.Н.</b> Методические аспекты классифицирования технических этапов соревнований по туристско-прикладным многоборьям в технике лыжного туризма .....	232
<b>Романова О.В.</b> Профессиографическая характеристика двигательной деятельности специалистов сферы туризма и гостеприимства .....	237
<b>Семенов Е.С., Каган О.Ф.</b> Возможности использования компьютерных программ для разработки маршрутов в спортивном туризме .....	239
<b>Томилини К.Г.</b> Туризм, гостеприимство, рекреация и спорт .....	243

*Научное издание*

# **НАУЧНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ И ПОДГОТОВКИ КАДРОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, СПОРТУ И ТУРИЗМУ**

Материалы XV Международной научной сессии  
по итогам НИР за 2016 год,  
посвященной 80-летию университета

(Минск, 30 марта – 17 мая 2017 г.)

В четырех частях

Часть 4

Компьютерная верстка *Т. Г. Данилевич, К. А. Подобаева*  
Корректоры *Н. С. Геращенко, Е. М. Емельяненко, А. А. Лавровская*

Подписано в печать 26.06.2017. Формат 60×84/8. Бумага офсетная.  
Ризография. Усл. печ. л. 29,17 Уч.-изд. л. 23,25 Тираж 100 экз. Заказ 25.

Издатель и полиграфическое исполнение:  
учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры».  
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,  
распространителя печатных изданий  
№ 1/153 от 24.01.2014.  
Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.