

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

На правах рукописи  
УДК 37.015.31:796.011.3

Абубакер Эльжхани Эльмуатез Биддин Аллах Абдулхамид

**Профилактика травм коленных суставов у спортсменов игровых видов спорта (футбол, баскетбол, волейбол)**

Диссертация на соискание академической степени  
магистра педагогических наук  
по специальности 1-08 80 04 Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Научный руководитель  
Доктор педагогических наук,  
профессор  
Шахлай А.М

ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ  
Заведующий кафедрой  
\_\_\_\_\_ Е.А. Пимахин

" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Минск, 2014

## РЕФЕРАТ

Магистерская диссертация: 78 с., 14 иллюстраций, 24 табл., 55 источников, 10 прил.

### КОЛЕННЫЙ СУСТАВ, ТРАВМА, ПРОФИЛАКТИКА, ТРАВМАТИЗМ

**Объект исследования** – травматизм.

**Предмет исследования** – особенности профилактики травматизма коленных суставов у ливийских спортсменов игровых видов спорта.

**Цель исследования** – выявление особенностей профилактики травм коленных суставов у ливийских спортсменов игровых видов спорта (на примере футбола, баскетбола и волейбола).

**Методы исследования:** анализ научно-методической литературы, анкетирование, экспертная оценка, беседы, методы математической статистики.

**Исследование и разработки:** разработка тематики теоретических занятий и упражнений профилактики травматизма.

**Элементы научной новизны:** упражнения, методика их использования для профилактики травматизма коленных суставов у ливийских футболистов, баскетболистов и волейболистов.

**Область возможного практического применения:** спортивные детско-юношеские спортивные школы, спортивные школы, секции по видам спорта.

**Апробация результатов диссертации:** результаты работы обсуждались на заседаниях кафедры спортивно-педагогических дисциплин, а также на Международной научной сессии по итогам НИР за 2012 год "Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту" (Минск, 20 марта- 30 мая 2013г.) .

Был сделан доклад на тему "Реабилитация коленных суставов средствами лечебной физической культуры"

Автор работы подтверждает, что приведенный в ней расчетно-аналитический материал правильно и объективно отражает состояние исследуемого процесса, а все заимствованные из литературных и других источников теоретические, методологические и методические положения и концепции сопровождаются ссылками на их авторов.

Абубакер Эльжхани Эльмуатез Биддин Аллах Абдулхамид \_\_\_\_\_

## SUMMARY

Master's thesis: 78 pp., 14 illustrations, 24 tab., 55 sources, 10 adj.

**KNEE JOINT, TRAUMA, PREVENTION, TRAUMATISM.**

**The object of research** - traumatism.

**Subject of research** - features injury prevention knee joints Libyan athletes game kinds of sports.

**The purpose of research** - revealing the features knee joints injury prevention in Libyan athletes game kinds of sports (for example football, basketball and volleyball).

**Research methods** - analysis of scientific and methodical literature, of questioning, peer review, methods of mathematical statistic

**Research & elaboration** : the development of subjects theoretical employment & injury prevention exercises

**Elements of scientific novelty**: exercise, the method of their use for prophylaxis traumatism knee joints in Libyan football players , basketball players and volleyball players.

**Area of possible practical applications**: children and youth Sports school , Sports schools, sections by species sports, sports teams.

**Approbation of results thesis** : results of the work were discussed at the faculty meetings sports-pedagogical disciplines, as well as at the International scientific session on following the results NIR for the year 2012 "Scientific substantiation of physical education , sports training and personnel training on physical training and Sports "(Minsk, 20 March-30 May 2013.).

Presentation was made on the topic "Rehabilitation knee joints by means of therapeutic physical culture"

Author work confirms, That Powered her settlement and analytical materials correctly and objectively reflects the state of the investigated process, And all borrowed from literature and other sources of theoretical, methodological and methodical positions and conceptions are accompanied by references to their authors.