



Класичний приватний університет

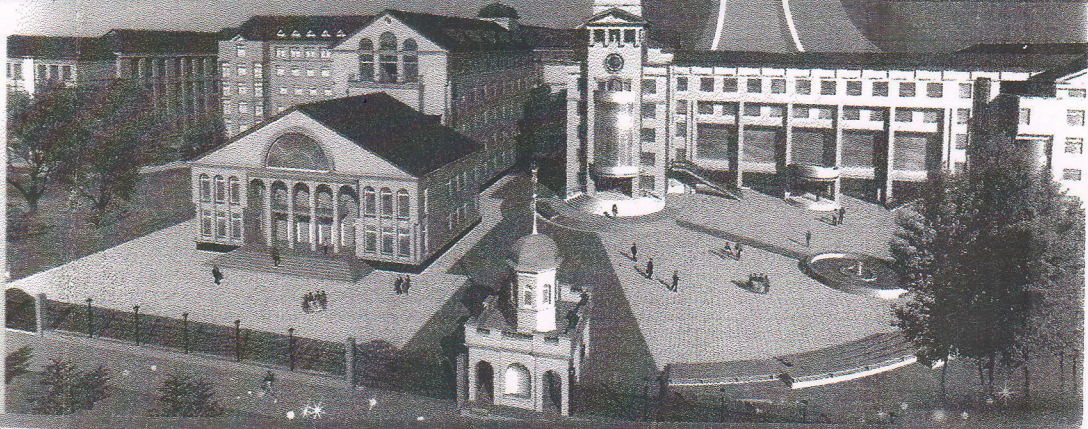
Інститут  
здоров'я, спорту та туризму

III Міжнародна  
науково-практична конференція

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,  
РЕАБІЛІТАЦІЇ,  
СПОРТУ ТА ТУРИЗМУ**

**Збірник тез доповідей**

Запоріжжя  
13-14 жовтня 2011 р.



Класичний приватний університет

Запоріжжя 2011

КЛАСИЧНИЙ ПРИВАТНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,  
РЕАБІЛІТАЦІЇ,  
СПОРТУ ТА ТУРИЗМУ**



**13–14 жовтня 2011 р.**

**III Міжнародна  
науково-практична конференція**

*Тези доповідей*

Запоріжжя  
2011

<i>Голубева М.Г.</i> ПРИНЦИПИ ВПЛИВУ НА РЕФЛЕКСОГЕННІ ЗОНИ ОРГАНІЗМУ У ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦЯ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ.....	189
<i>Гулбани Р.Ш.</i> КОРРЕКЦІЯ ОСАНКИ У ДІТЕЙ 9–10 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ .....	191
<i>Свєдокімов Є.І., Голець В.О.</i> КОРЕКЦІЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СПОРТСМЕНІВ НЕДОПІНГОВИМИ ЗАСОБАМИ.....	193
<i>Єпішин А.В.</i> МІНЕРАЛЬНА ВОДА ЗБРУЧАНСЬКОГО РОДОВИЩА В РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ НА ХРОНІЧНИЙ ХОЛЕЦИСТИТ .....	194
<i>Єременко (Спичак) Н.П.</i> СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВ'Я ЯК ОДИН З ВАГОМИХ ФАКТОРІВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ.....	196
<i>Жданова О.Б.</i> ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ.....	197
<i>Кобзева И.А.</i> ЗАКАЛИВАНИЕ КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ .....	198
<i>Ковалева А.М., Соснов А.Г., Дынник Р.В.</i> СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ В РАННЕМ ПОСЛЕОПЕРАЦИОННОМ ПЕРИОДЕ ПРИ ХИРУРГИЧЕСКОМ ЛЕЧЕНИИ ТУБЕРКУЛЕЗА И ДРУГИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЛЕГКИХ .....	199
<i>Коваленченко В.Ф., Дяченко Н.А., Красноступ Н.А.</i> РОЛЬ И МЕСТО ЛФК В КОМПЛЕКСНОМ ЛЕЧЕНИИ БОЛЬНЫХ ЭКССУДАТИВНЫМ ПЛЕВРИТОМ ТУБЕРКУЛЕЗНОЙ ЭТИОЛОГИИ .....	200
<i>Кочергина Т.И., Чернышева Т.Н., Красовская Г.В.</i> НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ОСОБЕННОСТЕЙ НАКОПЛЕНИЯ ЖИРОВЫХ ОТЛОЖЕНИЙ В ОРГАНИЗМЕ СТУДЕНТОК И УСЛОВИЯ ИХ УМЕНЬШЕНИЯ .....	201
<i>Кривчикова Е.Д., Паламар А.А., Фандикова Л.А.</i> ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗА ЖИЗНИ – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ .....	203
<i>Кривчикова О.Д., Фандікова Л.О.</i> ПРОФИЛАКТИКА ПОРУШЕННЯ ПОСТАВИ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ .....	204
<i>Кузьменко В.Ю.</i> СУЧАСНИЙ ПОГЛЯД НА ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ У ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІН ЦИКЛУ НАУКОВО-ПРЕДМЕТНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	206

<i>Кучеренко А.С.</i> ПРЕОБХОДИМОСТЬ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ. РОЛЬ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ В ЭТОМ ПРОЦЕССЕ.....	207
<i>Лукасевиц В.В.</i> ПОКРАЩЕННЯ ПСИХОМОТОРНИХ ФУНКЦІЙ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМ СЛУХУ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ.....	209
<i>Михалюк Е.Л.</i> ИСПЫТАНИЯ С ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКОЙ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ВРАЧЕБНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАБЛЮДЕНИЙ ЗА СПОРТСМЕНАМИ-ЕДИНОБОРЦАМИ.....	210
<i>Михалюк Е.Л., Иванько О.Г., Малахова С.М., Пидкова В.Я.</i> ИЗМЕНЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ И ИНДЕКСА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ У ПОДРОСТКОВ С ПЕРВИЧНОЙ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТЕНЗИЕЙ ПОД ВЛИЯНИЕМ ТРЕНИРОВОК НА ВЕЛОТРЕНАЖЕРАХ .....	212
<i>Михалюк Є.Л., Малахова С.М., Левченко Л.І.</i> ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ЗМІН РІВНЯ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ЗДМУ .....	214
<i>Мягига О.М., Білоусова Л.Г.</i> ІАСТОСУВАННЯ СИНЕРГІЧНИХ ВПРАВ У ФІЗИЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ ПРИ КІФОТИЧНІЙ ПОСТАВІ .....	215
<i>Нестеренко Т.М.</i> ДЕЯКІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ГУМАНІТАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	217
<i>Одинець Т.Є.</i> ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ЖІНОК ПІСЛЯ МАСТЕКТОМІЇ.....	218
<i>Олейникова И.И.</i> ЭКОЛОГО-ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.....	220
<i>Павлун Т.О., Віногородський Ю.М.</i> ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ЯК ФАКТОР ВПЛИВУ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ.....	221
<i>Пішкова О.В.</i> КІМБІНО-КОМБІНАЦІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ У РЕАБІЛІТАЦІЇ ФУТБОЛІСТІВ ПРИ ШЕРЕТРЕНОВАНІСТІ І-ІІ СТУПЕНЯ.....	222

човивідних шляхів, що сприяло зменшенню інтоксикаційної дії. Все це позитивно впливало на обмінні процеси, діяльність печінки та інших органів і систем.

**Єременко (Спичак) Н.П.**

кандидат наук з фізичного виховання та спорту  
Національний університет фізичного виховання та спорту України, м. Київ

### **СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВ'Я ЯК ОДИН З ВАГОМИХ ФАКТОРІВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ**

Здоров'я людини є необхідною умовою її ефективної діяльності зггалом і професійної зокрема. Останнім часом констатується різке погіршення здоров'я населення України. Стан здоров'я як фізичного, так і психічного більшості не відповідає вимогам, та стає перешкодою на шляху реалізації професійних здібностей та спроможностей людей. У зв'язку з цим постали нові проблеми психологічного забезпечення збереження й зміцнення здоров'я, що сприятиме вдосконаленню загального та професійного розвитку [4]. Різноманітні аспекти збереження здоров'я розглядалися М.М. Амосовим, А.В. Алексєєвим, В.І. Буториним, В.С. Лук'яновим та ін. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), здоров'я – це не лише відсутність хвороб і вроджених вад, а передусім повне фізичне, психічне, духовне й соціальне благополуччя людини. Від кількості її якості здоров'я залежить не тільки реалізація життєвих планів, становлення людини як особистості та індивідуальності, а й саме її життя. Цим поняттям актуальність проблем здоров'я для наукового знання взагалі й психології зокрема [1; 2; 3].

Мета: розглянути поняття ставлення до здоров'я – як одного з факторів здорового способу життя.

Цілісне здоров'я людини залежить від багатьох факторів, серед яких традиційно виділяють спосіб життя людини (50–55%), спадковість (15–20%), екологічні фактори (20–25%), охорону здоров'я (8–10%) [1; 4]. Одним із комплексних і найбільш вагомим психологічних факторів здоров'я виділяють саме: “ставлення до здоров'я”, за Р. А. Березовським. Ставлення до здоров'я – один з елементів поведінки, спрямованої на самозбереження [2]. Ставлення до здоров'я можна розглядати як одну із основних “мішеней”, на яку має бути направлений вплив спеціаліста у сфері психології здоров'я. Ставлення розглядається як психічне вираження зв'язку суб'єкта й об'єкта. Ставлення усвідомлюється, хоча мотиви чи джерела його можуть й не усвідомлюватися. Найбільш розвинуте ставлення усвідомлюване й мотивоване [3]. Оскільки психологічне ставлення це динамічне особистісне утворення, воно певним чином змінюється у процесі життєдіяльності. Ймовірно, існують деякі закономірності розвитку ставлення до здоров'я залежно від віку людини.

Висновок: Існує вікова динаміка значущості здоров'я. Пріоритетного значення надають здоров'ю представники середнього, особливо старшого покоління. Молоді люди, звичайно, ставляться до проблеми здоров'я як до чогось важливого, але абстрактного, такого, що не має до них прямого стосунку. Якщо вони й приділяють увагу здоров'ю, то головним чином його фізичній складовій. У їхньому розумінні психологічне і соціальне здоров'я не посідають належного місця в категорії цінностей. Вік і самооцінка здоров'я перебувають у зворотному взаємозв'язку. Рубіж, на якому відбувається “стрибок” у погіршенні стану здоров'я, – це приблизно 35 років. Ставлення до здоров'я становить собою систему індивідуальних вибіркових зв'язків особистості з різноманітними явищами навколишньої дійсності, що сприяють або, навпаки, загрожують здоров'ю людей, а також певне оцінювання індивідом свого психічного чи фізичного стану.

#### **Література**

1. Апанасенко Г.Л. Концепция саноцентрической стратегии здравоохранения. Журнал АМН Украины, 2006, Т.2, С.341-348.
2. Никифоров Г.С. Психология здоровья: [учеб. для студ. высш. учеб. заведений] / Никифоров Г. С. – СПб.: Питер, 2003. – 132 с.
3. Показники здоров'я населення та використання ресурсів охорони здоров'я в Україні”. – К., МОЗ. Центр медичної статистики. – 2005. – 395 с.
4. Профессиональное здоровье в управленческой деятельности / Психология профессионального здоровья / Под ред. Никифорова Г. С. СПб.: Речь, 2006. – с. 268-296.

**Жданова О.Б.**

Харьковский торгово-экономический колледж КНТЭУ

### **ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ**

Как известно, здоровье человека зависит от генетических факторов, состояния окружающей среды, медицинского обеспечения, условий и образа жизни. Наибольшее значение для здоровья человека имеет образ жизни, а основной элемент здорового образа жизни – высокая физическая культура.

Здоровый образ жизни – это оптимальный двигательный режим; закаливание; рациональное питание; рациональный режим жизни; отсутствие вредных привычек.

Оздоровительная направленность физической культуры. Физическая культура составляет важную часть общей культуры общества, всю совокупность его достижений в создании и рациональном использовании специальных средств, методов и условий направленного физического совершенствования человека. Научно обоснованное и правильно организованное физическое воспитание должно благотворно влиять на молодой организм: способствовать физическому и психическому развитию; расширять двига-