



**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное**  
**учреждение высшего образования**  
**«Российский государственный университет**  
**физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)»**



## **ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: ДОСТИЖЕНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ**

**Материалы V Всероссийской**  
**научно-практической конференции**  
**с международным участием**  
**25-26 мая 2016 г.**

**Москва 2016**

**MINISTRY OF SPORT OF THE RUSSIAN FEDERATION  
Federal State Budget Educational Establishment  
of Higher Education  
«RUSSIAN STATE UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION,  
SPORT, YOUTH AND TOURISM» (SCOLIPE)**

**KINESITHERAPY: ACHIEVEMENTS  
AND DEVELOPMENT PROSPECTS**

**PROCEEDINGS OF V ALL-RUSSIAN SCIENTIFIC  
AND PRACTICAL CONFERENCE  
WITH THE INTERNATIONAL PARTICIPATION:  
MAY, 25-26, 2016 YEAR**

**Moscow 2016**

УДК 378.679.6(470)  
ISBN 978-5-905760-54-9

Лечебная физическая культура: достижения и перспективы развития: материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием 25-26 мая 2016 г. // Под общей редакцией Н.Л. Ивановой, О.В. Козыревой. – М.: РГУФКСМиТ, 2016. – 318 с.: илл.

В сборнике представлены материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Лечебная физическая культура: достижения и перспективы развития». В нём рассматриваются теоретико-методические и практические вопросы организации лечебной физической культуры (ЛФК), массажа, врачебного контроля и комплексной реабилитации различных категорий занимающихся: лиц с нарушениями в состоянии здоровья, спортсменов, инвалидов.

Освещены проблемы в области ЛФК в травматологии, ортопедии, клинике внутренних болезней и неврологии в условиях различных лечебно-профилактических, оздоровительных учреждений. Представлены данные о современном состоянии системы классического, лечебного и спортивного массажа. Затронуты вопросы профилактики возникновения травм и заболеваний у спортсменов.

Материалы предназначены для специалистов-практиков, научных работников, педагогов, врачей, преподавателей, соискателей, аспирантов, магистрантов, могут быть интересны для студентов различных вузов, специализирующихся в области ЛФК, спорта, здравоохранения и других смежных отраслей.

Материалы представлены в редакции авторов.

ISBN 978-5-905760-54-9

© НОУ РГУФКСМиТ, 2016

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Приветствие участникам конференции ректора РГУФКСМиТ А.Н. Блеера</b> .....	10
<b>Приветствие участникам конференции проректора по научной работе и экономике Брестского государственного университета имени А.С.Пушкина А.Е.Будько</b> .....	11
<b>Козырева О.В.</b> К вопросу о периодизации в лечебной физической культуре.....	12
<b>Иванова Н.Л.</b> У истоков кафедры лечебной физической культуры гцолифк: профессор И.А. Багашев.....	18
<b>Анопченко А.С., Агранович Н.В.</b> Возможность применения лечебной физической культуры в профилактических мероприятиях у больных с артериальной гипертензией..	28
<b>Антипова Е.В., Антипов В.А., Толкунова К.М.</b> Некоторые организационные аспекты физической реабилитации для людей старшего возраста по месту жительства населения.....	31
<b>Ахмерова К.Ш., Гридин Л.А., Матюнина Ю.В., Медведева Е.А., Ли Чжэ Сун, Фадеев А.В.</b> Комплексная коррекция вертеброгенной дорсопатии у хоккеистов методами остеопатии, иппотерапии и трансдермальной терапией разогревающими пластырями «Интрарич Хот».....	36
<b>Бабыдов Е.А., Козырева О.В.</b> Диагностика состояния ослабленных мышц у лиц 25-35 лет с кифолордотической осанкой.....	40
<b>Бижева Ц.С.</b> Исследование влияния кинезитерапии на осуществление повседневной деятельности в раннем послеоперационном периоде после ламинэктомии...	44
<b>Бритвина В.В., Швыгина Н.В.</b> Влияние танцевальной аэробикой в стиле «Зумба» на коррекцию телосложения женщин в возрасте 21-30 лет.....	48
<b>Власова Н.А., Левашов П.Н., Власов Е.Н.</b> Особенности предварительного массажа в «Дартц».....	52
<b>Высогорцева О.Н.</b> Реабилитация с применением магниторезонансной терапии и физических тренировок больных, перенесших инфаркт миокарда с нарушенной функцией левого желудочка.....	59
<b>Высогорцева О.Н.</b> Физическая реабилитация детей с врожденным диспластическим синдромом и патологией височно-нижнечелюстного сустава.....	63
<b>Герасевич А.Н., Кожановская Н.Г., Пархоц Е.Г., Ковшик В.Л.</b> Вариабельность сердечного ритма школьников со сколиозом в процессе физической реабилитации в период напряженной учебы.....	68

<b>Гершбург М.И.</b> Восстановление сенсомоторного контроля спортсменов после операций и травм.....	75
<b>Гершбург М.И., Грачёва А.В.</b> Программа послеоперационной реабилитации спортсменов с разрывом ахиллова сухожилия.....	81
<b>Голозубец Т.С., Добрынина Л.А.</b> Физическая реабилитация школьников со сколиотической болезнью с использованием физиороллов и коррекционных подвижных игр.....	85
<b>Григорова-Петрова К. Л.</b> Возможности кинезитерапии для воздействия дисфагии в раннем периоде после ишемического инсульта.....	89
<b>Гридин Л.А., Сафоничева О.Г., Медведева Е.А., Фролов В.А., Фадеев А.В.</b> Инновационные технологии остеопатии и трансдермальной терапии разогревающими пластырями «Интрарич Хот» в комплексной профилактике спортивного травматизма.....	93
<b>Громова Е.С.</b> Применение лечебной физической культуры для реабилитации детей с ограниченными возможностями в условиях восстановительного центра.....	98
<b>Добрынина Л.А., Голозубец Т.С.</b> Физическая реабилитация женщин 30-35 лет с варикозным расширением вен нижних конечностей в послеродовом периоде.....	103
<b>Добрынина Л.А., Ткаченко С.А.</b> Хореотерапия в физической реабилитации лиц после аортокоронарного шунтирования.....	108
<b>Емельянова М.А., Маркаров Г.С.</b> Эффективность применения Артромота при переломах костей голени в нижней трети после оперативного лечения по данным электромиографии...	112
<b>Еремин Д.Н.</b> Особенности гидрокинезотерапии детей младшего школьного возраста с подростковой болезнью Езлахера-Блаунта.....	114
<b>Еремин А.Н.</b> Содержание физической реабилитации женщин с адгезивным капсулитом в различные периоды заболевания.....	117
<b>Жигалова Н.Б., Иванова Н.Л.</b> Метод хореотерапии в реабилитации спортсменов сложнокоординационных видов спорта и артистов цирка после травм голеностопного сустава.....	119
<b>Жук И.А., Петрова А.</b> Использование дельфинотерапии в реабилитации детей с детским церебральным параличом.....	124
<b>Жук И.А.</b> Возможности лечебной верховой езды в реабилитации.....	127

<b>Захезин И.Б., Вакслейгер П.С., Ивашкин А.С.</b>	
Мануальный лимфодренаж и акупрессура как метод лечения отеков, развивающихся после травм и оперативных вмешательств.....	129
<b>Ишмеева З.Б., Богданова Г.Н.</b>	
Воздействие экотоксикантов в крови на психоэмоциональный статус спортсменов.....	132
<b>Костов Р.В., Михайлова Н.И., Мегова Т.Н., Крстев Т.И., Страторска Т.Д.</b>	
Эффект применения мануально-терапевтических техник по Maitland для восстановления суставной кинематики коленного комплекса.....	134
<b>Крайджикова Л.О., Крстев Т.И., Николовска Л.С., Страторска Т.Д., Шахин С.</b>	
Кинезитерапевтическая методика для улучшения качества жизни при хроническом болевом синдроме в лумбосакральной области.....	138
<b>Кузнецова М.А.</b>	
Опыт применения ЛФК в реабилитации детей с неврологической патологией.....	143
<b>Кънчев Д.Р.</b>	
Исследование равновесия, координации, статической физической нагрузки и упражнения для стимуляции кинестетической сенсорной системы посредством швейцарского шара.....	146
<b>Кънчев Д.Р.</b>	
Исследование равновесия, координации, статической физической нагрузки и примерные упражнения для сенсомоторной стимуляции посредством упражнений для координации и равновесия.....	152
<b>Власова Н.А. , Левашов П.Н.</b>	
Воздействие массажа и мини-бани «Термика» на некоторые физические качества фехтовальщиков.....	156
<b>Майорникова С.А.</b>	
Восстановление активных движений у постинсультных больных в остром периоде.....	162
<b>Майорникова С.А., Ткаченко С.А., Шарапова Л.А.</b>	
Скандинавская ходьба в физической реабилитации женщин пожилого возраста с гипертонической болезнью II стадии.....	167
<b>Мегова Т.Н., Костов Р.В., Михайлова Н.И., Крайджикова Л.О.</b>	
Двигательная активность для стимулирования роста и физического развития в младенческом возрасте (1-3 месяц).....	172
<b>Мещеряков А.В.</b>	
Функциональная диагностика студентов специального медицинского отделения в практике физического воспитания и реабилитации.....	175
<b>Мирошников А.Б.</b>	
Практика в реабилитации гипертонической болезни. Фокус на силовую работу (обзор литературы).....	179

<b>Михайлова М.Г.</b> Физическая реабилитация спортсменов-фристайлистов с артрозом коленного сустава.....	183
<b>Михайлова Н.И., Мегова Т.Н., Костов Р.В., Крстев Т.И., Николовска Л.С.</b> Реабилитация при эндопротезировании коленного сустава.....	187
<b>Мишин В.А., Лисицкая Т.С.</b> LOW PRESSURE FITNESS – инновационная методика упражнений для мышечного корсета и реабилитации тазового дна.....	191
<b>Морозов А.П.</b> Физическая реабилитация постинсультных больных: содержание двигательного режима на поликлиническом этапе.....	196
<b>Новикова Т.В.</b> Основные аспекты применения танцевальной терапии в реабилитации детей.....	199
<b>Попов С.Н.</b> Циклические упражнения ходьба и бег в оздоровительной физической культуре и реабилитации.....	203
<b>Попова Д., Митова Е., Митова С., Граматикова М.</b> Исследование последствий применения способов мобилизации мягких тканей при лечении хронических болевых синдромов в пояснично- крестцовой области.....	208
<b>Румянцева М.В., Иванова Н.Л.</b> Программа физической реабилитации юных горнолыжниц после реконструкции передней крестообразной связки в условиях фитнес-центра	213
<b>Савельева В.В.</b> Гиротоник-терапия как метод физической реабилитации спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата.....	218
<b>Спиридонов Е.А., Воробьев О.Н.</b> Учет индивидуальных биоритмологических особенностей при различных неврологических заболеваниях: опыт практического применения.....	223
<b>Тарабрина Н.Ю., Грабовская Е.Ю.</b> Вестибуло-респираторные реакции и их миорефлекторная коррекция у спортсменов.....	227
<b>Тицкая Е.В., Антипова И.И., Барабаш Л.В., Абдулкина Н.Г., Достовалова О.В.</b> Комплексный метод реабилитации спортсменов высокой квалификации с заболеваниями суставов и периартикулярных тканей с использованием лечебных физических факторов.....	232
<b>Ткаченко С.А., Рыболовлев А.А.</b> Новые технологии для оценки подвижности и восстановления при заболеваниях позвоночника (на примере BTS GEMINI).....	237
<b>Туманянц К.Н., Ярмолюк Н.С., Колотилова О.И., Архангельская Е.В.</b> Изменение функционального состояния подростков 14-15 лет с	

вегетососудистой дистонией по гипертоническому типу в результате комплексной реабилитации.....	241
<b>Туманянц К.Н., Ярмолюк Н.С., Колотилова О.И., Архангельская Е.В.</b> Комплексная реабилитация женщин больных неврастенией гиперстенической формы.....	243
<b>Усманходжаева А.А., Абдураимов О.Н., Высогорцева О.Н., Нуримов Г.К.</b> Оценка эффективности применения MOTOMED в комплексной реабилитации детей с дестким церебральным параличом.....	246
<b>Цой Л.В., Исомиддинов З.Ж.</b> Особенности массажных методик в тренировочном процессе спортсменов национальных видов борьбы (кураш).....	251
<b>Цой Л.В.</b> Значение занятий физическими упражнениями в повышении качества жизни лиц пожилого и старческого возраста.....	256
<b>Шадрин Д.И., Смирнов Г.И., Лутков В.Ф.</b> Двигательные режимы в ЛФК.....	260
<b>Шакира М.А.</b> Влияние фитнес тренировок на качество жизни и физическую работоспособность пациентов с избыточным весом и низкой физической активностью.....	264
<b>Шкляренок А.П., Ульянов Д.А., Коваленко Т.Г.</b> Новые аспекты в лечебной физической культуре при сколиотической болезни у детей и подростков.....	266
<b>Шулякова О.А.</b> Использование упражнений на диске здоровье в сочетании с оздоровительной ходьбой и Су Джок терапией в реабилитации больных хроническим холециститом.....	272
<b>Шулякова О.А.</b> Методика физической реабилитации постинсультных больных в резидуальном периоде восстановления.....	276
<b>Шумихина И.И.</b> Влияние иппотерапии на функциональное состояние организма школьников с дефектами осанки.....	281
<b>Эйдельман Л.Н.</b> Инновационные подходы в профилактике и коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата у детей дошкольного и младшего школьного возраста.....	283
<b>Babaei Elham, Ghasemi Behnam</b> A comparison of the effects of core stability and physioball exercises on static/dynamic balance of women suffering from multiple sclerosis in Esfahan...	287
<b>Baikееv R.F., Romanov K.P., Abdullayev V.V., Kravtsova O.A.</b> Identification of top class athletes according to the level of mRNA synthesis of HIF1a and HIF1b genes.....	288

<b>Baikeev R.F., Romanov K.P., Abdullayev V.V., Kravtsova O.A.</b>	
Identification of top class athletes according to the level of mRNA synthesis of GPD2, CK and ACTB genes.....	290
<b>Filipova Mariela, Popova Daniela, Georgieva Spaska, Mihaylova Nina</b>	
The role of kinesiotape for diabetes polyneuropathy.....	292
<b>Filipova Mariela, Popova Daniela, Georgieva Spaska, Mihaylova Nina</b>	
Physiotherapy's methods for familial amyloid polyneuropathy.....	294
<b>Ghasemi Behnam, Gholami Borujeni, Nahid Salmani</b>	
A Survey on the effect of core stabilization training program on the static and dynamic balance of mentally retarded students.....	296
<b>Ghasemi Zahra, Ghasemi Behnam</b>	
Effectiveness of Massage and Aromatherapy in Stereotypic behavior in children with autism.....	297
<b>Popova - Dobрева D.A.</b>	
Pelvic floor therapy-development, types of dysfunctions and methods for assessing the function of the low urinary track.....	298
<b>Popova - Dobрева D.A.</b>	
Non operative treatment of low urinary track dysfunction.....	302
<b>Salmani Nahid, Rokhsareh Bandai, Behnam Ghasemi</b>	
The effect of closed kinetic chain exercises on dynamic balance in elderly women	306
<b>Shokina-Kuperman O.A.</b>	
Physical Therapy Treatments and Rehabilitation Programs for the Senior Citizens.....	306
<b>Памяти коллеги и друга – Иванова Александра Анатольевича.....</b>	310
<b>Сведения об авторах.....</b>	311

## Литература

1. Кадыков А.С. Реабилитация неврологических больных [Текст] / А.С. Кадыков, Л.А. Черникова, Н.В. Шахпаронова. – М.: МЕДпресс-информ, 2008. – 560 с.: ил. – ISBN 5-98322-431-Х.
2. Практическая неврология [Текст]: Библиотека врача-специалиста / под редакцией А.С. Кадыкова, Л.С. Манвелова, В.В. Шведкова. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011. – 448 с. – ISBN 978-5-9704-1711-9.

### ВЛИЯНИЕ ИППОТЕРАПИИ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ОРГАНИЗМА ШКОЛЬНИКОВ С ДЕФЕКТАМИ ОСАНКИ

**Шумихина И.И.**

*Удмуртский государственный университет,  
Россия, Ижевск*

**Аннотация.** В тезисах показано влияние иппотерапии на функциональное состояние детей с дефектами осанки. Выявлено, улучшение всех функциональных показателей у детей с дефектами осанки.

**Ключевые слова:** школьники, дефекты осанки, иппотерапия.

### THE EFFECT OF HIPPO THERAPY ON FUNCTIONAL STATE OF SCHOOLCHILDREN'S ORGANISM WITH DEFECTS OF POSTURE

**Shumikhina I.I.**

*Udmurt State University, Russia, Izhevsk*

**Abstract.** The thesis shows the effect of hippotherapy on functional state of children with defects of posture. Revealed that the improvement of all functional parameters in children with defects of posture.

**Keywords:** hippotherapy, schoolchildren, defects of posture.

В настоящее время проблема возрастных изменений осанки, методы профилактики и коррекции нарушений является одной из самых актуальных. Так как нарушения осанки и деформации позвоночника составляют многочисленную группу разнообразных по характеру и проявлениям вариантов патологии опорно-двигательного аппарата у детей. За последние 20 лет число детей, имеющих какие-либо нарушения осанки, выросло в 3 раза и составляет, по данным разных исследований, около 75% [1, 2].

Большое место в этом направлении занимает иппотерапия, предоставляющая возможность использовать лошадь в качестве посредника между ребенком с различными деформациями опорно-двигательного аппарата.

В предисловии к переводному изданию книги по иппотерапии доктор Б.А.Архипов пишет: «В последнее десятилетие отмечается повышение интереса отечественных специалистов различного профиля к расширению методов и способов реабилитации детей с различными заболеваниями, к включению их в медицинские, психологические и педагогические технологии. Не удивительно, что верховая езда как способ лечения по праву начинает занимать свое естественное и достойное место в реабилитационном пространстве» [3].

Работая над вопросом лечебной верховой езды, полагаем, что специфическое ее воздействие (и лошади в частности) на ОДА, способно обеспечить комплексное влияние и улучшить здоровье детей 9-11 лет.

**Цель исследования** – выявить влияние иппотерапии на функциональное состояние организма у детей 9-11 лет с дефектами осанки.

Исследование проводилось на базе клуба верховой езды «Друзья» расположенном на Ижевском ипподроме. В исследовании приняло участие 11 детей от 9 до 11 лет (4 мальчика и 7 девочек), которые занимались по разработанной программе иппотерапии. Длительность одного занятия от 20 минут (на подготовительном этапе) до 45-60 минут (на основном этапе).

Основу содержания занятий составили стандартные физические упражнения, которые были адаптированы к иппотерапии. Использовались упражнения для коррекции осанки, на равновесие, внимание, координацию, упражнения сбивающего характера, упражнения с закрытыми глазами, на расслабление и восстановление, дыхательные упражнения, упражнения и игры с предметами. По мере обучения возрастали требования к всаднику и лошади. Отрабатывались движения не только по прямой, но и поворот, езда по дуге, кругу или спирали, подъем и спуск с искусственных горок, перешагивание и обхождение искусственных препятствий. Кроме того, проводилось обучение различным аллюрам помимо шага: облегченная и прибавленная рысь, галоп.

После занятия (под наблюдением инструктора) предлагалось покормить лошадь, пройтись с ней несколько кругов, держа под уздцы (лошадь отдыхает, а ребенок учится контролировать большого друга).

При изучении эффективности занятий выявлено, что повышение жизненного индекса у детей с дефектами осанки в среднем составляет 8,6%, силового индекса 5,8% при ( $P < 0,05$ ). При изучении функционального состояния сердечно-сосудистой системы отмечается повышение систолического артериального давления на 2,6%, а диастолического – 1,5%, также отмечается снижение частоты сердечных сокращений на 9,2%. Нормализация частоты сердечных сокращений в покое отмечена у 81,8% исследуемых.

При изучении силы мышц спины и брюшного пресса выявлено увеличение на 23,5% и 18,9% соответственно при ( $P < 0,05$ ). При изучении гибкости позвоночника по тесту наклон вперед стоя на гимнастической скамейке отмечается улучшение данного показателя у всех детей, прирост результата составляет 32,3%. Также отмечается улучшение психо-эмоционального состояния.

## Литература

1. Клестов В.В. Формирование осанки: способы оценки, технологии коррекции нарушения / В.В.Клестов: автореф. дис. канд. пед. наук. – М., 2005. – 18 с.
2. Лечебная физическая культура при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей: учебно-методическое пособие / Сост. Н.И. Шлык, И.И. Шумихина, А.П. Жужгов; отв. ред. Н. И. Шлык. – Ижевск: Изд-во «Удмуртский университет», 2014. – 168 с.
3. Максимова В.М. Иппотерапия как средство коррекции психического развития умственно отсталых учащихся младшего школьного возраста / В.М. Максимова: автореф. дис. канд. пед. наук. – М., 2005. – 18 с.

## ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ В ПРОФИЛАКТИКЕ И КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Эйдельман Л.Н.**

*Негосударственное образовательное учреждение  
«Учебный центр фитнеса «Натали»,  
Россия, Санкт-Петербург*

**Аннотация.** В статье доказывается возможность и целесообразность включения танцевально-хореографических упражнений, упражнений классического экзерсиса в физкультурно-оздоровительные занятия для эффективной профилактики и коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата у детей дошкольного и младшего школьного возраста.

**Ключевые слова:** осанка, плоскостопие, коррекция, танцевально-хореографические упражнения, упражнения классического экзерсиса.

## INNOVATIVE APPROACHES IN PREVENTION AND CORRECTION OF DISORDERS OF THE MUSCULOSKELETAL SYSTEM IN CHILDREN OF PRESCHOOL AND PRIMARY SCHOOL AGE

**Eydelman L.N.**

*Non-state educational establishment  
"Educational center of fitness " Natalie",  
Russia, St.-Petersburg*

**Abstract.** The article proves the possibility and feasibility of incorporating dance and choreographic exercise, classic exercises in sports and recreational activities for the effective prevention and correction of disorders of the musculoskeletal system in children of preschool and early school age.