

# ΛΌΓΟ

# Σ

ART DE LA PENSÉE SCIENTIFIQUE

COLLECTION DE PAPIERS SCIENTIFIQUES

SUR LES MATÉRIAUX DE LA CONFÉRENCE SCIENTIFIQUE ET PRATIQUE INTERNATIONALE

## LA SCIENCE ET LA TECHNOLOGIE À L'ÈRE DE LA SOCIÉTÉ DE L'INFORMATION

3 MARS 2019 • BORDEAUX, FRANCE

### VOLUME 2



ISBN 978-617-7171-80-4



ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ  
«ЄВРОПЕЙСЬКА НАУКОВА ПЛАТФОРМА»  
ОО «ЕВРОПЕЙСКАЯ НАУЧНАЯ ПЛАТФОРМА» • NGO «EUROPEAN SCIENTIFIC PLATFORM»

# ΛΟΓΟΣ Σ

COLLECTION DE PAPIERS SCIENTIFIQUES

SUR LES MATÉRIAUX DE LA  
CONFÉRENCE SCIENTIFIQUE ET PRATIQUE  
INTERNATIONALE

**«LA SCIENCE ET LA TECHNOLOGIE  
À L'ÈRE DE LA SOCIÉTÉ DE  
L'INFORMATION»**

3 MARS 2019

**VOLUME 2**

Bordeaux • France

UDC 001(08)  
L 10

L 10 **La science et la technologie à l'ère de la société de l'information:** coll. de papiers scientifiques «ΛΟΓΟΣ» 3 avec des matériaux de la conf. scientifique et pratique internationale, Bordeaux, 3 mars, 2019. Bordeaux : OP «Plateforme scientifique européenne», 2019. V.2. p. 110.

ISBN 978-617-7171-80-4

Les résumés et articles des participants à la conférence scientifique et pratique internationale «La science et la technologie à l'ère de la société de l'information», qui s'est tenue à Bordeaux le 3 mars 2019, sont présentés.

La collection est consacrée aux étudiants, aux étudiants de troisième cycle, aux doctorants, aux candidats, aux jeunes professionnels, aux enseignants, aux chercheurs et autres personnes intéressées, ainsi qu'à un large éventail de lecteurs.

*La description bibliographique des documents de la conférence est enregistrée dans le centre scientifique international «Google Scholar». La conférence est approuvée par ResearchBib.*



UDC 001 (08)

© Équipe d'auteurs de la conférence, 2019  
© Collection de papiers scientifiques «ΛΟΓΟΣ», 2019  
© OP «Plateforme scientifique européenne», 2019  
ISBN 978-617-7171-80-4

## ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ ПРИ СКОЛІОЗІ

**Лісова Єлизавета Миколаївна, Шарун Сабіна Нурадівна**

Науковий керівник: втарший викладач Стратій Н.В.

*Харківський національний медичний університет*

*Україна*

**Актуальність.** XXI сторіччя ознаменувалося століттям нових технологій, адже у зв'язку з появою інтернету, смартфонів, комп'ютерів і телевізорів сучасні жителі все більше часу приділяють гаджетам і зовсім забувають про свою поставу і здоров'я в цілому [1].

Приблизно 80% людей молодого віку вже мають порушення постави, які, в свою чергу, призводять до збільшення ризику патології не тільки рухового апарату, а й основних органів і систем (серцево-судинної, травної, дихальної та ін.) [2].

Очевидно, що необхідність застосування широких лікувальних і профілактичних заходів щодо боротьби з порушеннями постави набуває соціального значення. Розв'язання проблеми порушень опорно-рухового апарату ускладнено відсутністю у більшості людей інтересу до фізичної культури.

**Мета дослідження** - теоретичне обґрунтування методики фізичної реабілітації, запропонованої для корекції порушень опорно-рухового апарату при сколіозі.

Завдання фізичної реабілітації - створення сприятливих біомеханічних умов для оптимального взаємного розташування всіх біоланок тіла, спрямованої корекції наявних порушень хребта, тазу, стоп, формування та закріплення навички правильної постави, створення м'язового корсета [3].

Найбільш поширеною причиною набутих порушень постави не патологічного характеру є слабкість м'язів, переважно спини і черевного преса, причому вирішальну роль тут відіграє нерівномірний розподіл «м'язової тяги» [3].

Лікувальна гімнастика повинна бути спрямована на корекцію наявних порушень опорно-рухового апарату з формуванням м'язового корсета і створенням навички правильної постави. Реабілітація хворих, які страждають на сколіоз, як вважає більшість авторів, має комплексний характер.

Диференційована лікувальна гімнастика проводиться в залежності від типу статичних порушень - на тлі перекосу таза у фронтальній («косою» таз) і горизонтальній («скручений» таз) площинах [1].

Корекція порушень постави вимагає специфічного, суворо регламентованого використання коштів оздоровчої фізичної культури з урахуванням видів і ступеня деформацій хребта.

На жаль, зміст корекційних програм студентів носить в основному узагальнений характер впливу і не вирішує проблеми конкретних порушень постави.

Нами були розроблені такі **практичні рекомендації**:

1. У структурі заняття необхідна послідовне тренування довгих м'язів спини і м'язів черевного преса.

2. У підвищенні статичної витривалості м'язів тулуба велике значення має використання ефективного фізичного навантаження з урахуванням індивідуального функціонального статусу.

3. Формування позитивної мотивації студентів до домашніх завдань з фізичної культури слід здійснювати з урахуванням інтересів до певних видів фізичної діяльності.

4. При проведенні занять рекомендується звертати увагу на зовнішні ознаки втоми і контролювати ЧСС на початку, на піку навантаження і в кінці заняття.

### **Список використаних джерел:**

1. Sultanova E.T., Shejko G.A. (2018) Vliyanie gadjetov na fizicheskyu formy [Influence of Gadgets on Physical form]. Proceedings of the Nauchno-prakticheskoy konferencii «Fizicheskaya kultura, sport i zdorove studencheskoj molodezhi v sovremennykh usloviyax: problemy i perspektivy razvitiya» (Russia, Yekaterinburg, 11 aprelya 2018), Yekaterinburg: Rossijskij gosudarstvennyj professionalno-pedagogicheskij universitet, pp.229-231.
2. Aleksandra Demeckaya (2018), Iskrivlenie pozvonochnika: pochemu vznikayet i kak lechat [Spinal curvature: why it occurs and how it is treated]. *Pharmacist practices*. vol.9, no.22, pp.10-13
3. Гайдук А., Потапчук А. Физическая реабилитация детей младшего школьного возраста со статическими нарушениями опорно-двигательного аппарата. *Гений ортопедии*. 2011. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-reabilitatsiya-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta-so-staticheskimi-narusheniyami-oporno-dvigatel'nogo-apparata> (дата звернення: 28.02.2019).