

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет имени Максима Танка»

Аль-Бшени
Фатхи Али Мохаммед

МЕТОДИКА УВЕЛИЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ
СПОРТСМЕНОВ ГОСУДАРСТВА ЛИВИЯ С УТРАЧЕННОЙ
ПОДВИЖНОСТЬЮ КОЛЕННОГО СУСТАВА СРЕДСТВАМИ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

**Автореферат диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук**

**по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной
физической культуры**

Минск, 2021

Работа выполнена в учреждении образования «Белорусский государственный университет имени Максима Танка»

Научный руководитель: **Соколов Виктор Алексеевич**, доктор педагогических наук, профессор
Михеев Александр Анатольевич, доктор педагогических наук, доктор биологических наук, доцент, профессор кафедры технологий фитнеса учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

Официальные оппоненты: **Коледа Виктор Антонович**, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры теории и методики физического воспитания и спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

Кручинский Николай Генрихович, доктор медицинских наук, доцент, профессор кафедры общей и клинической медицины учреждения образования «Полесский государственный университет»

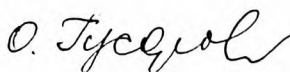
Оппонирующая организация: учреждение образования «Гродненский государственный университет им. Янки Купалы»

Защита состоится 19.05.2021 года в 14.00 на заседании совета по защите диссертаций К 23.01.01 при учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры» по адресу: 220020, г. Минск, пр. Победителей, 105, e-mail: nir@sportedu.by, тел. 307-67-45.

С диссертацией можно ознакомиться в научной библиотеке учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

Автореферат разослан 15 апреля 2021 г.

Ученый секретарь
совета по защите диссертаций,
канд. пед. наук, доцент



О.А. Гусарова

Общая характеристика работы

Связь работы с крупными научными программами, проектами, темами

Диссертационная работа выполнена на основании Планов научно-исследовательской работы кафедры теории и методики физической культуры и кафедры медико-биологических основ физического воспитания учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» на 2011–2015 гг., утвержденных 14.12.2010 в рамках темы «Разработка современных медико-биологических принципов формирования здоровья в системе физического воспитания», а также на основании Плана научно-исследовательской работы на 2006–2010 гг. университета г. Триполи (Государство Ливия).

Цель и задачи исследования

Цель исследования – теоретико-экспериментальное обоснование эффективности методики восстановления утраченной двигательной функции коленного сустава у спортсменов Государства Ливия, специализирующихся в спортивных играх, на основе последовательной реализации трех взаимообусловленных программ: образовательной, психокоррекционной и физической реабилитации.

Задачи исследования

1. Провести анализ причин фиксируемого травматизма, а также особенностей спортивных травм коленного сустава у граждан Государства Ливия, занимающихся спортом.

2. Определить методические подходы к выбору средств физической культуры, позволяющих увеличивать двигательную активность спортсменов путем восстановления утраченного объема движений в коленном суставе.

3. Разработать и экспериментально обосновать методику восстановления двигательной активности у спортсменов Государства Ливия с утраченной подвижностью коленного сустава средствами физической культуры.

Научная новизна заключается в определении основных причин травматизма спортсменов Государства Ливия, анализе различных реабилитационных программ, используемых для восстановления двигательной активности спортсменов после травм коленного сустава, что легло в основу разработки программы реабилитации, позволяющей ускорить этот процесс; использовании комплексного подхода к увеличению двигательной активности спортсменов после иммобилизации коленного сустава, основанного на педагогических и психологических принципах применения физических и психических средств реабилитации; экспериментальном обосновании ранних сроков начала выполнения пассивных движений в коленном суставе с помощью

аппарата постоянных пассивных движений; разработке методики восстановления двигательной активности у спортсменов на основе специфических физических упражнений и психологического тренинга.

Положения, выносимые на защиту

1. Основными причинами фиксируемого в реабилитационных центрах Государства Ливия травматизма являются ухудшения подвижности в коленных суставах различной степени тяжести и различной этиологии. Значительную долю этого показателя составляют травмы коленного сустава у граждан Государства Ливия, занимающихся спортом. При этом основной контингент травмированных состоит из спортсменов, специализирующихся в игровых видах спорта. Особенностью спортивных травм коленного сустава у спортсменов являются повреждения передних крестообразных связок коленных суставов. Выявленная специфика является основой для разработки программы ускоренного восстановления двигательной активности спортсменов с использованием главного средства физической культуры – физического упражнения.

2. При выборе комплекса физических упражнений и психологических средств реабилитации для спортсменов, позволяющего увеличить двигательную активность за счет ускоренного восстановления утраченного объема движений в коленном суставе, необходимо опираться на следующие теоретико-методологические подходы: индивидуализация выбора средств физической реабилитации должна определяться степенью утраты объема движений в коленном суставе, функциональным и эмоциональным состоянием спортсмена, возрастом, уровнем физической подготовленности; объем движения в коленном суставе в сагиттальной плоскости зависит от уровня развития силы четырехглавой и портняжной мышц бедра при разгибании, двуглавой мышцы бедра, полусухожильной, полуперепончатой и подколенной мышц при сгибании; эффективность восстановления зависит от эмоционального состояния и уровня вовлеченности в процесс реабилитации самого спортсмена; ускорение процесса восстановления достигается выполнением спортсменом пассивных двигательных действий на раннем этапе реабилитации и активных движений на последующих этапах.

3. Методика восстановления двигательной активности спортсменов с утраченным объемом движений в коленном суставе предполагает комплексное воздействие на организм спортсменов, утративших объем движений в коленном суставе, и включает в себя три взаимообусловленные программы.

Образовательная программа реализуется в рамках «школы-семинара» на пятинедельном предоперационном этапе. Программа «школы-семинара» включает 36 ежедневных групповых занятий, формирующих необходимый объем знаний о программе реабилитации, умения и навыки психологической регуляции, навыки самомассажа, самоконтроля, освоения техники аутогенной и

идеомоторной тренировки, а также навык самостоятельного анализа результатов программы реабилитации. Образовательный компонент распространяется на весь период физической реабилитации и подразумевает ежедневные индивидуальные беседы и консультирование спортсменов.

Программа психокоррекции (16 недель: период физической реабилитации) предполагает ежедневные беседы с испытуемыми и призвана решать следующие задачи: стимуляцию ментальной активности спортсмена в процессе выполнения упражнений; формирование объективной оценки протекания процесса восстановления; концентрацию внимания на увеличении силовых способностей тренируемых мышц.

Программа физической реабилитации (16 недель, 96 занятий) включает механотерапию с применением аппарата Continuous Passive Motion, «постоянного пассивного движения» (CPM), обеспечивающего пассивную двигательную деятельность конечности с целью увеличения объема движения в коленном суставе на раннем этапе восстановления; массаж (ежедневный), выполняемый специалистом, точечный и периферический самомассаж; физические упражнения, которые выполняются через месяц после проведения операции (по окончании курса механотерапии) и обеспечивают активную двигательную деятельность конечности с акцентированием внимания на увеличении силовых способностей мышц бедра.

Личный вклад соискателя ученой степени

Автором диссертационной работы самостоятельно определены цель, задачи исследования и обоснованы пути их решения, проведена статистическая обработка полученных данных, их оценка и интерпретация, сформулированы выводы и практические рекомендации.

Самостоятельно выявлены главные причины травматизма спортсменов, обратившихся в ливийские реабилитационные центры, основные виды получаемых спортивных травм; проведен анализ литературных источников по существующим подходам к процессу физической реабилитации после операции на коленном суставе и определены теоретико-методологические подходы к выбору средств физической реабилитации для восстановления двигательной функции коленного сустава; разработана методика восстановления двигательной функции коленного сустава средствами физической реабилитации и обоснована ее эффективность.

Апробация диссертации и информация об использовании ее результатов

Результаты диссертационного исследования были апробированы в высшем оздоровительном институте «Аль-Кура Були» (г. Триполи, Государство Ливия) и физиотерапевтическом центре «Аль Тадамун» (г. Мисурата, Государство Ливия), что подтверждено 2 актами внедрения.

Материалы кандидатской диссертации были представлены и обсуждены на следующих научно-практических конференциях: IV Международной научно-практической конференции «Здоровье для всех», учреждение образования «Полесский государственный университет», г. Пинск, 26–27 апреля 2012 г.; VIII Международной научно-практической конференции «Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе», учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», г. Минск, 29–30 ноября 2012 г.; IX Международной научно-практической конференции «Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе», учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», г. Минск, 5–6 февраля 2015 г.; VI Международной научно-практической конференции «Здоровье для всех», учреждение образования «Полесский государственный университет», г. Пинск, 23–24 апреля 2015 г.; XIX Международной научной конференции «Сахаровские чтения 2019 года: экологические проблемы XXI века», учреждение образования «Международный государственный экологический институт им. А. Д. Сахарова» Белорусского государственного университета, г. Минск 23–24 мая 2019 г.

Опубликованность результатов диссертации

По результатам диссертации опубликовано 29 работ (4,4 авт. листа): 6 статей в изданиях рекомендованных ВАК Республики Беларусь для опубликования результатов диссертационных исследований (1,9 авт. листа), 13 статей в сборниках научных статей (1,7 авт. листа), 10 публикаций в материалах научных конференций (0,8 авт. листа).

Структура и объем диссертации

Диссертация содержит перечень сокращений, введение, общую характеристику работы, три главы, заключение, библиографический список, приложения. Полный объем диссертации составляет 133 страницы. Основное содержание работы изложено на 95 страницах, иллюстрировано 9 таблицами и 11 рисунками на 11 страницах; библиографический список, включающий список использованных источников (181 источник, в том числе 50 на иностранных языках), представлен на 18 страницах. Список публикаций автора, состоящий из 29 работ, размещен на 4 страницах; 8 приложений представлены на 13 страницах, 1 акт внедрения размещен на 2 страницах.

Основная часть

В первой главе «Проблема травматизма опорно-двигательного аппарата спортсменов Государства Ливия и существующие подходы к ее решению» представлен анализ научно-методической литературы, посвященной вопросам физической реабилитации после перенесенных травм коленного сустава с операционным вмешательством. Анализировались методические рекомендации, по которым осуществляется физическая реабилитация в Государстве Ливия и других странах.

В настоящее время поражение опорно-двигательного аппарата (ОДА) человека является одной из наиболее актуальных проблем, негативно влияющих на социально-экономические отношения в государстве, так как ведет к снижению качества жизни человека, его способности к самообслуживанию, увеличивается объем потерь трудоспособности, возрастает вероятность инвалидности. Наиболее распространенными причинами роста болезней ОДА и увеличения обращений населения за медицинской помощью являются дегенеративно-дистрофические болезни суставов и позвоночника (остеоартрозов и остеохондрозов), нарушения архитектоники и минерализации костей (остеопорозов), тяжелые неэнергетические переломы костей (Р.Г. Красильникова и др., 2005; Е. McCloskey, 2006; О.В. Баранова, 2009). Частной и тяжелой формой остеоартроза является гонартроз, которому в структуре болезней костно-мышечной системы принадлежит одно из ведущих мест по частоте распространения. Главной причиной развития первичного гонартроза считается перегрузка, микротравматизация суставного хряща, основная причина вторичного гонартроза – травма. Следовательно, чрезмерная физическая нагрузка и травматизация являются основными факторами, влияющими на поражение ОДА человека, что свидетельствует о необходимости изучения специфики травмирования для обоснования актуальных средств и методов физической реабилитации.

Анализ этиологии травм у лиц, проходящих восстановление в реабилитационных центрах Государства Ливия в период 2009–2010 гг., позволяет утверждать, что основными причинами травмирования коленного сустава в порядке убывания являются: спортивные травмы (37 %), транспортные травмы (27 %), перегрузка связочного аппарата в процессе двигательной активности, обусловленная микротравматизацией (13 %), немеханические факторы, воспалительные процессы (11 %), дегенеративные, метаболические изменения (6 %), бытовые и другие травмы (5 %) (рисунок 1). Среди видов травм коленного сустава, полученных в процессе спортивной

Список публикаций соискателя ученой степени

Статьи в журналах и сборниках, рекомендуемых ВАК
Республики Беларусь

1. Соколов, В. А. Состояние проблемы первичного гонартроза в лечебной физической культуре / В. А. Соколов, **Ф. Аль-Бшени** // Научные труды НИИ физической культуры и спорта Республики Беларусь : сб. науч. тр. / Науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта Респ. Беларусь ; редкол.: А. А. Михеев (гл. ред.) [и др.]. – Вып. 12. – Минск, 2013. – С. 131–137.

2. Аль-Бшени, Ф. Физические упражнения в системе реабилитации при спортивных травмах связочного аппарата коленного сустава / **Ф. Аль-Бшени** // Известия Гомел. гос. ун-та им. Ф. Скорины. – 2013. – Вып. 3 (78). Социально-экономические и общественные науки. – С. 3–8.

3. Аль-Бшени, Ф. Комплексная методика восстановления двигательной функции коленного сустава средствами физической реабилитации / **Ф. Аль-Бшени** // Мир спорта. – 2014. – № 1 (54). – С. 45–49.

4. Корытько, С. С. Эффективность лечения заболеваний коленных суставов средствами физической культуры и спорта / С. С. Корытько, **Ф. Аль-Бшени**, М. В. Бохан, Т. Ю. Дудакова, Т. А. Павловская // Научные труды НИИ физической культуры и спорта Республики Беларусь : сб. науч. тр. / Науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта Респ. Беларусь ; редкол.: А. А. Михеев (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2014. – Вып. 14. – С. 236–246.

5. Досин, Ю. М. Лечебная физическая культура – средство восстановления функции суставов и ее использование на курортах Беларуси / Ю. М. Досин, Т. К. Соловых, Е. Н. Игонина, **Ф. Аль-Бшени** // Научные труды НИИ физической культуры и спорта Республики Беларусь : сб. науч. тр. / Науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта Респ. Беларусь ; редкол.: А. А. Михеев (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2014. – Вып. 14. – С. 267–275.

6. Аль-Бшени, Фатхи Али Мохаммед. Комплексная методика повышения двигательной активности спортсменов с утраченной подвижностью коленного сустава специфическими средствами физической культуры / **Фатхи Али Мохаммед Аль-Бшени**, А. А. Михеев // Ученые записки Белорусского государственного университета физической культуры / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; С. Б. Репкин (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2019. – Вып. 22. – С. 187–193.

7. Аль-Бшени, Ф. Профилактика заболеваний коленных суставов средствами физической культуры / **Ф. Аль-Бшени** // Актуальные вопросы современной науки : сб. науч. работ / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка ; редкол.: В. В. Бушник (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2012. – С. 83–87.

8. Аль-Бшени, Ф. Комплексный подход к реабилитации коленных суставов средствами физической культуры / **Ф. Аль-Бшени** // Образование и наука в Беларуси : актуальные проблемы и перспективы развития в XXI веке : сб. науч. работ / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка ; редкол.: В. В. Бушник (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2013. – С. 28–30.

9. Аль-Мусрати, А. Влияние лечебных упражнений программы реабилитации больных с разрывом медиальной коллатеральной связки коленного сустава в послеоперационный период / А. Аль-Мусрати, Н. Разеги, **Ф. Аль-Бшени** // Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе : сб. науч. ст. / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка ; редкол.: А. Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2013. – С. 120–123.

10. Камаш, Ю. Л. Реабилитация больных с травмами коленного сустава в послеоперационный период средствами физического воспитания / Ю. Л. Камаш, **Ф. Аль-Бшени**, Н. В. Курлович // Здоровье студенческой молодежи : достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе : сб. науч. ст. / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка ; редкол.: А. Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2013. – С. 127–129.

11. Аль-Бшени, Ф. Лечебные физические упражнения в восстановительном периоде при разрыве передней крестообразной связки коленного сустава / **Ф. Аль-Бшени** // Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе : сб. науч. ст. / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка ; редкол.: А. Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2013. – С. 269–272.

12. Аль-Бшени, Ф. Реабилитация послеоперационных состояний при спортивных травмах крестообразных связок коленного сустава средствами лечебной физической культуры / **Ф. Аль-Бшени** // Здоровье для всех : сб. ст. V науч.-практ. конф., Пинск, 25–26 апр. 2013 г. / Нац. банк Респ. Беларусь ; редкол.: К. К. Шебеко [и др.]. – Пинск : ПолесГУ, 2013. – С. 155–158.

13. Аль-Бшени, Ф. Обоснование эффективности различных методик реабилитаций спортсменов после травм коленного сустава / **Ф. Аль-Бшени** //

Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе : сб. науч. ст. / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка ; редкол.: А. Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2015. – С. 20–23.

14. Али Хани, А. Программа реабилитации после операции на передней крестообразной связке коленного сустава / А. Али Хани, Абу-Бакр Али-Махмуди, **Ф. Аль-Бшени** // Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе : сб. науч. ст. / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка ; Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка ; редкол.: А. Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2015. – Вып. 2. – С. 23–25.

15. Аль-Бшени, Ф. Применение средств физической реабилитации при восстановлении двигательной функции коленного сустава в послеоперационный период у спортсменов / **Ф. Аль-Бшени**, Хайдар Сабах Али, Грера Рида // Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе : сб. науч. ст. / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка ; редкол.: А. Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2015. – Вып. 2. – С. 27–29.

16. Аяд Али А. Первичный гонартроз: диагностика и методы реабилитации / Аль-Мусрати Аяд Али, Эльхвари Фаузи Маброк Али, **Ф. Аль-Бшени** // Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе : сб. науч. ст. / редкол.: А. Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2015. – Вып. 2. – С. 29–32.

17. Аль-Бшени, Ф. Психологическое сопровождение периода реабилитации при спортивных травмах связочного аппарата коленного сустава / **Ф. Аль-Бшени**, А. В. Тисецкий, Альразенги Нури Салем // Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе : сб. науч. ст. / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка ; редкол.: А. Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2015. – Вып. 2. – С. 220–222.

18. Юан Шэн, Чэнь. Вопросы методологии и методы исследования при первичной профилактике патологии коленных суставов лиц, занимающихся спортом / Чэнь Юан Шэн, Ю. М. Досин, **Аль-Бшени Фатхи Али Мохаммед** // Здоровье учащейся и студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе : сб. науч. ст. / редкол.: А. Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2017. – С. 227–229.

19. Ali Bisheni, Fathi. Effect of the practical study program on the development of certain physiological changes in the female students of the faculty of physical training and sports science in the university of Al-Jefara / **Fathi Ali Bisheni**, Salah Mohammed Younis Abu Zaid, Anwar Abdul Azeem Ahmed Hinayd // Теория и практика физической культуры, спорта и туризма: педагогические чтения : сб. науч. ст. / редкол.: А. Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2018. – С. 105–108.

Материалы конференций

20. Гонартроз (факторы риска) / Ю. М. Досин, В. Е. Ягур, Б. В. Лысый, В. А. Соколов, **Ф. Аль-Бшени** // Здоровье для всех : материалы IV Междунар. науч.-практ. конф., Пинск, 26–27 апр. 2012 г. / Нац. Банк Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т ; редкол.: К. К. Шебеко [и др.]. – Пинск, 2012. – С. 35–37.

21. Соколов, В. А. Некоторые традиционные методы оздоровления и профилактики суставных заболеваний средствами физической культуры / В. А. Соколов, О. П. Борщевская, **Ф. Аль-Бшени** // Здоровье для всех : материалы IV Междунар. науч.-практ. конф., Пинск, 26–27 апр. 2012 г. / Нац. банк Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т ; редкол.: К. К. Шебеко [и др.]. – Пинск, 2012. – С. 186–188.

22. Аль-Бшени, Ф. Роль факторов травмы в развитии вторичного гонартроза / **Ф. Али Аль-Бшени** // Здоровье для всех : материалы IV Междунар. науч.-практ. конф. / Нац. банк Респ. Беларусь, Полес. гос. ун-т, Пинск, 26–27 апр. 2012 г. ; редкол.: К. К. Шебеко [и др.]. – Пинск, 2012. – С. 202–204.

23. Досин, Ю. М. Коленный сустав и масса тела: факторы риска патологии и вопросы реабилитации / Ю. М. Досин, В. Е. Ягур, Б. В. Лысый, В. А. Соколов, **Ф. Аль-Бшени** // материалы Междунар. науч.-практ. конф. по проблемам физической культуры и спорта государств – участников стран Содружества Независимых Государств, Минск, 23–24 мая 2012 г. : в 4 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: Т. Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2012. – Ч. 3. – С. 333–336.

24. Соколов, В. А. Реабилитация коленных суставов средствами лечебной физической культуры / В. А. Соколов, **Ф. Аль-Бшени**, Эльмуатез Эльжхани Абубакер // XIII Междунар. науч. сессия по итогам НИР за 2012 год «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки

кадров по физической культуре и спорту»: материалы Междунар. науч.-практ. конф. : в 3 ч., Минск, 20 марта – 30 мая 2013 г. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: Т. Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2013. – Ч. 2. – С. 73–75.

25. Соколов В. А. Влияние спортивной активности и массажа на улучшение функционального состояния больных / В. А. Соколов, **Ф. Аль-Бшени** // Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма : материалы V Междунар. науч.-практ. конф., Мозырь, 9–11 окт. 2014 г. / МГПУ им. И. П. Шамякина ; редкол.: С. М. Блоцкий (отв. ред.) [и др.]. – Мозырь, 2014. – С. 46–47.

26. Аль-Бшени, Ф. Реабилитация спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата / **Ф. Аль-Бшени** Али, Али Хайдар, Эльгади Муфтах Айяд // Актуальные проблемы совершенствования физического воспитания в учебных заведениях : сб. науч. ст. по материалам Междунар. науч.-практ. конф., Гродно, 15 мая 2015 г. / ГГАУ ; редкол.: В. К. Пестис (отв. ред.) [и др.]. – Гродно, 2015. – С. 333–335.

27. Аль-Бшени, Ф. Эффективное применение различных методик реабилитации после травм коленного сустава у спортсменов / **Ф. Аль-Бшени** Али **Мохаммед**, Дохмани Мона Раджаб, Алмари Хуссам Эль Маки Алхмали // Актуальные проблемы совершенствования физического воспитания в учебных заведениях : сб. науч. ст. по материалам Междунар. науч.-практ. конф., Гродно, 15 мая 2015 г. / ГГАУ ; редкол.: В. К. Пестис (отв. ред.) [и др.]. – Гродно, 2015. – С. 336–338.

28. Аль-Бшени, Ф. Использование СРМ тренажера в реабилитации спортсменов после травмы коленного сустава [Электронный ресурс] / **Ф. Аль-Бшени** // Состояние и перспективы технического обеспечения спортивной деятельности»: материалы IV Междунар. науч.-техн. конф., Минск, 18–19 февр. 2016 г. / редкол.: И. В. Бельский (гл. ред.) [и др.]. – Минск, БНТУ, 2016. – С. 16–21.

29. Михеев, А. А. Восстановление двигательной функции коленного сустава в послеоперационном периоде у спортсменов средствами физической реабилитации [Электронный ресурс] / А. А. Михеев, **Ф. Аль-Бшени** **Фатхи** Али **Мохаммед** // Сахаровские чтения 2019 года : экологические проблемы XXI века : материалы XIX Междунар. науч. конф., Минск, 23–24 мая 2019 г. : Междунар. гос. экол. ин-т им. А. Д. Сахарова Белорус. гос. ун-та / редкол.: А. Н. Батян [и др.] ; под ред. д-ра физ.-мат. наук, проф. С. А. Маскевича, д-ра с.-х. наук, проф. С. С. Позняка. – Минск, 2019. – С. 139–141 с.

РЭЗІЮМЭ

Аль-Бшені Фатхі Алі Мохаммед

МЕТОДЫКА ПАВЕЛІЧЭННЯ РУХАЛЬНАЙ АКТЫЎНАСЦІ СПАРТСМЕНАЎ ДЗЯРЖАВЫ ЛІВІЯ СА СТРАЧАНАЙ РУХОМАСЦЮ КАЛЕННАГА СУСТАВА СРОДКАМІ ФІЗІЧНАЙ КУЛЬТУРЫ

Ключавыя словы: фізічная рэабілітацыя, траўма каленнага сустава, матывацыя, індывідуалізацыя, эмацыянальны стан, рухальная функцыя, комплексная праграма аднаўлення, фізічныя практыкаванні, масаж, карэкцыя.

Мэта даследавання: распрацоўка комплекснай праграмы аднаўлення рухальнай функцыі каленнага сустава спартсменаў, якія перанеслі аперацыі на крыжападобнай звязцы, сродкамі фізічнай рэабілітацыі.

Метады даследавання: аналіз літаратурных крыніц, педагагічныя назіранні, метады ацэнкі стану каленнага сустава, ганіяметрыя, антрапаметрыя, дынаметрыя, вызначэнне эмацыянальнага стану, педагагічны эксперымент, статыстычныя метады даследавання.

Атрыманыя вынікі і іх навізна: упершыню праведзены параўнальны аналіз эфектыўнасці розных рэабілітацыйных праграм, якімі карыстаюцца ў цэнтрах аднаўлення спартсменаў. Распрацавана і ўкаранена ў практыку комплексная праграма рэабілітацыі, што заснавана на ранніх тэрмінах пачатку выканання пасіўных рухальных дзеянняў траўміраванай канечнасцю (другі дзень пасля аперацыі), выкарыстанні фізічных (фізічныя практыкаванні, масаж, фізіятэрапія) і псіхічных (групавыя заняткі, ідэаматорныя практыкаванні, аўтагенная трэніроўка) сродкаў рэабілітацыі, а таксама навукова абгрунтаваным вызначэнні аб'ёму і інтэнсіўнасці аднаўляючых і трэніруючых уздзеянняў.

Ступень выкарыстання: вынікі даследавання апрабаваны на базе рэабілітацыйнага цэнтра Аль-Тадамун г. Місурата і рэабілітацыйнага цэнтра ў г. Трыпалі (Дзяржава Лівія), што пацверджана актамі укаранення.

Сфера прымянення: вынікі даследавання могуць прымяняцца ў адукацыйным працэсе студэнтаў устаноў вышэйшай адукацыі, якія рыхтуюць рэабілітолагаў, для вучэбна-метадычнага забеспячэння павышэння кваліфікацыі перападрыхтоўкі кадраў ў даным кірунку, а таксама ў практыцы спецыялістаў рэабілітацыйных цэнтраў.

РЕЗЮМЕ

Аль-Бшени Фатхи Али Мохаммед

МЕТОДИКА УВЕЛИЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СПОРТСМЕНОВ ГОСУДАРСТВА ЛИВИЯ С УТРАЧЕННОЙ ПОДВИЖНОСТЬЮ КОЛЕННОГО СУСТАВА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ключевые слова: физическая реабилитация, травма коленного сустава, мотивация, индивидуализация, эмоциональное состояние, двигательная функция, комплексная программа восстановления, физические упражнения, массаж, коррекция.

Цель исследования: разработка комплексной педагогической программы восстановления утраченной двигательной функции коленного сустава у спортсменов.

Методы исследования: анализ литературных источников, педагогические наблюдения, методы оценки состояния коленного сустава, гониометрия, антропометрия, динамометрия, определение эмоционального состояния, педагогический эксперимент, статистические методы исследования.

Полученные результаты и их новизна: впервые проведен сравнительный анализ эффективности различных реабилитационных программ, используемых в центрах восстановления спортсменов. Разработана и внедрена в практику комплексная программа реабилитации, основанная на ранних сроках начала выполнения пассивных двигательных действий травмированной конечностью (2-й день после операции), использовании физических (физические упражнения, массаж, физиотерапия) и психических (групповые занятия, идеомоторные упражнения, аутогенная тренировка) средств реабилитации, а также научно обоснованном определении объема и интенсивности восстанавливающих и тренирующих воздействий.

Степень использования: результаты исследования апробированы на базе реабилитационного центра Аль-Тадамун г. Мисурата и реабилитационного центра в г. Триполи (Государство Ливия), что подтверждено актами внедрения.

Область применения: результаты исследования могут применяться в образовательном процессе студентов учреждений высшего образования, осуществляющих подготовку реабилитологов, для учебно-методического обеспечения повышения квалификации и переподготовки кадров по данному направлению, а также в практике специалистов реабилитационных центров.

SUMMARY

Al-Bsheni Fatchi Ali Mochammed

THE METHODS OF INCREASING OF THE MOTOR ACTIVITY OF SPORTSMEN OF STATE OF LIBIA WITH LOST MOBILITY OF THE KNEE JOINT BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE

Keywords: physical rehabilitation, trauma of a knee joint, motivation, individualization, emotional condition, impellent function, complex technique of restoration, physical exercises, massage, correction.

Research objective: working out of a complex pedagogical program of restoration of impellent function of a knee joint of the sportsmen.

Research methods: the analysis of references, pedagogical supervision, methods of an estimation of a condition of a knee joint, goniometry, anthropometry, dynamometry, definition of a emotional condition, pedagogical experiment, statistical methods of research.

The received results and their novelty: for the first time the comparative analysis of efficiency of the various rehabilitation programs used in the centres of restoration of sportsmen is carried out. The complex technique of the rehabilitation based on early terms of the beginning of performance of passive impellent actions by the injured extremity (2nd day after operation), use physical (physical exercises, massage, physiotherapy) and mental (group employment, ideomotor exercises, autogenous training) rehabilitation means, and also scientifically well-founded scoping and intensity of restoring and training influences is developed and introduced in practice.

Use degree: results of research are approved on the basis of rehabilitation centre Al-Tadamun of Misurata and the rehabilitation centre in Tripoli (State of Libya), that is confirmed by introduction certificates.

Field of application: results of research can be applied in educational process of students of establishments of the higher education which is carrying out preparation of rehabilitation specialists, to educational-methodical maintenance of courses of improvement of qualification and retraining of personnel in the given direction, and also in practice of experts of the rehabilitation centres.

