

(ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ)

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

УДК.796.616.-036.82/85

АЛЬБОКРИНОВА ОЛЬГА ИГОРЕВНА

**ПРОФИЛАКТИКА ПРОГРЕССИРОВАНИЯ МИОПИИ
У СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ
ГУМАНИТАРНОГО ВУЗА СРЕДСТВАМИ
ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ**

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

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации на соискание ученой степени кандидата
педагогических наук

Минск – 2004

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

УДК.796.616.–036.82/85

АЛЬБОКРИНОВА ОЛЬГА ИГОРЕВНА

**ПРОФИЛАКТИКА ПРОГРЕССИРОВАНИЯ МИОПИИ
У СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ
ГУМАНИТАРНОГО ВУЗА СРЕДСТВАМИ
ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ**

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

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации на соискание ученой степени кандидата
педагогических наук

Минск – 2004

Работа выполнена в Учреждении образования «Минский государственный лингвистический университет»

Научный руководитель — доктор педагогических наук, профессор Полякова Т.Д. (Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кафедра физической реабилитации)

Официальные оппоненты: доктор медицинских наук, доцент Сиваков А.П. (Государственное высшее учебное учреждение «Белорусская медицинская академия последипломного образования», кафедра рефлексотерапии)

кандидат педагогических наук, доцент Овсянкин В.А. (Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет им. Максима Танка», кафедра физического воспитания и спорта)

Оппонирующая организация — Учреждение образования «Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники»

Защита диссертации состоится «16» июня 2004г. в 14.00 часов на заседании совета по защите диссертаций Д. 23.01.01. при Учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры» по адресу: 220020, Минск, проспект Машерова, 105, тел. 250-63-62.

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

Автореферат разослан «15» мая 2004 г.

Ученый секретарь совета
по защите диссертаций

Л. В. Марищук

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность темы диссертации

Научно-технический прогресс вызвал небывалый рост зрительных нагрузок и как следствие – массовую близорукость. Активный рост числа близоруких среди молодежи является неизбежной платой за образование. Тенденция такова, что число миопов будет возрастать, и основную роль в этом играют компьютеризация, зрительно-напряженный труд, гиподинамия, наследственность по миопии, экологический и алиментарный факторы.

По данным разных авторов (А.В.Чоговадзе, В.Д. Прошляков, М.Г. Мацук, 1986; Л.Е. Мангилев, Р.Д. Бабенкова, 1991; А.И. Расолько, 1999) число студентов с миопией средней и высокой степени в специальном учебном отделении составляет 30%. При анализе процентного состава специальных медицинских групп по нозологическим формам миопия занимает первое место, причем степень миопии у студентов возрастает за период обучения в вузе.

Социальная проблема существующего положения ждет своего разрешения в вопросах профилактики прогрессирования миопии в условиях вуза, так как одним из факторов укрепления здоровья студентов является учебный процесс по физическому воспитанию (Н.Г. Дмитриева с соавт., 1987; Н.П. Капустина с соавт., 1987; Д.О. Колесников, 1987; Ю.В. Вашкевич, 1998; Т.Е. Старовойтова, 1998).

Чтобы успешно решить эту проблему необходимо постоянно совершенствовать старые и разрабатывать новые более действенные научные подходы к профилактике прогрессирования миопии.

На сегодняшний день существует множество методик по восстановлению зрения естественным путем (В.Ф. Базарный, 1984; Ю.З. Розенблум, 1987; Г.Г. Демирчоглян, 1990; Н.Я. Олешко, 1992; Т.Д. Полякова, 1992; Э.С. Аветисов с соавт., 1993; Ю.А. Утехин, 1998 и др.), которые являются базовыми, но из-за того, что они достаточно объемны не всегда могут быть использованы на занятиях по физическому воспитанию.

Существующие методические рекомендации по организации учебного процесса по физическому воспитанию в специальном учебном отделении недостаточно разработаны для студентов, страдающих миопией. Отсутствуют рекомендации по использованию наиболее эффективных средств и методов профилактики прогрессирования миопии, последовательного и дозированного их применения в комплексе оздоровительных мероприятий соответственно условиям и характеру учебного процесса по физическому воспитанию.

В связи с этим представляется целесообразным экспериментальное обоснование разработки рекреационно-оздоровительной программы профилактики прогрессирования миопии в условиях вуза, включающей эффективные средства и методы, способствующие как общему укреплению

организма в целом, так и непосредственно влияющей на естественное оздоровление зрительной сенсорной системы, и ее внедрение в учебный процесс по физическому воспитанию для студенток с миопией специального учебного отделения Минского государственного лингвистического университета. Такой подход к учебному процессу по физическому воспитанию в специальном учебном отделении вуза представляет большой интерес и определяет актуальность работы.

Связь работы с крупными научными программами, темами

Тема диссертации выполнялась в соответствии с планом НИР АФ-ВиС РБ направлением III «Физическое воспитание различных категорий населения и оздоровительная физическая культура», проблемой 3.2 «Медико-биологические аспекты физического воспитания и оздоровления населения» и темой 3.2.6 «Разработка методик физической реабилитации различных слоев населения». А также в соответствии с заданием 04.01 отраслевой программы «Образование и кадры» «Разработать научно-методическое обеспечение процесса подготовки кадров в области физической реабилитации», № государственной регистрации 20015291.

Цель исследования

Разработка и внедрение рекреационно-оздоровительной программы профилактики прогрессирования миопии в учебный процесс по физическому воспитанию студенток с миопией средней и высокой степени, относящихся к специальному учебному отделению Минского государственного лингвистического университета.

Задачи исследования

В соответствии с поставленной целью в работе решались следующие задачи:

1. На основании анализа литературы по проблеме исследования обосновать введение средств и методов физической реабилитации в учебный процесс по физическому воспитанию студенток с миопией.

2. Оценить уровень физического развития, физической подготовленности, функционального и психоэмоционального состояния, зрительной сенсорной системы студенток с миопией средней и высокой степени, относящихся к специальному учебному отделению Минского государственного лингвистического университета.

3. Разработать, апробировать и внедрить рекреационно-оздоровительную программу профилактики прогрессирования миопии в учебный процесс по физическому воспитанию студенток с миопией средней и высокой степени, относящихся к специальному учебному отделению Минского государственного лингвистического университета и представить научно-практические рекомендации по профилактике ее прогрессирования.

Объект исследования – студентки с миопией средней и высокой степени, относящиеся к специальному учебному отделению Минского го-

сударственного лингвистического университета.

Предмет исследования – рекреационно-оздоровительная программа профилактики прогрессирования миопии в учебном процессе по физическому воспитанию студенток с миопией средней и высокой степени, относящихся к специальному учебному отделению Минского государственного лингвистического университета.

Гипотеза

Предполагается, что разработанная и внедренная рекреационно-оздоровительная программа профилактики прогрессирования миопии в учебный процесс по физическому воспитанию студенток с миопией средней и высокой степени, относящихся к специальному учебному отделению Минского государственного лингвистического университета, будет способствовать общему укреплению организма, естественному оздоровлению зрительной сенсорной системы и исключению негативных последствий физических упражнений на аппарат зрения.

Методология и методы проведенного исследования

Методологическую основу исследования составляют философско-медицинские категории целостности организма и взаимосвязи структуры и функции (В.Н. Ярыгин, 1985; Ю.П. Лисицин, В.П. Петленко, 1992; Д.С. Саркисов, М.А. Пальцев, Н.К. Хитров, 1995; В.Н. Калмыков, 2000), современные представления о комплексном подходе к применению средств и методов физической реабилитации (Л. Бонев, П. Слычнев, Ст. Банков, 1978; Б.В. Дривотинов, 1979-1982; Т.Д. Полякова, 1992; А.Н. Белова, 2000), основополагающие положения теории и методики физического воспитания (Л.П. Матвеев, 1976-1991; В.Н. Кряж, 2001; С.Д. Бойченко, 2001; В.Н. Селуянов, 2001). Для решения поставленных задач применялись следующие методы исследования: анализ литературы по проблеме исследования; анкетирование и интервьюирование; тестирование физического развития, физической подготовленности, функционального (включая велотестирование) и психоэмоционального состояния, зрительной сенсорной системы студенток с миопией средней и высокой степени, относящихся к специальному учебному отделению Минского государственного лингвистического университета, педагогические наблюдения, педагогический эксперимент, статистическая обработка полученных результатов.

Научная новизна и значимость полученных результатов

Впервые разработана и внедрена в учебный процесс по физическому воспитанию студенток с миопией средней и высокой степени, относящихся к специальному учебному отделению, специализированная рекреационно-оздоровительная программа профилактики прогрессирования миопии с учетом комплексного подбора средств и методов физической реабилитации. Полученные в работе данные являются научным обоснованием использования средств и методов физической реабилитации в профилактике прогрессирования миопии, улучшения физической подго-

товленности, функционального и психоэмоционального состояния студенток с миопией средней и высокой степени, относящихся к специальному учебному отделению Минского государственного лингвистического университета.

Практическая (экономическая, социальная) значимость полученных результатов

Заключается в разработке и внедрении рекреационно-оздоровительной программы профилактики прогрессирования миопии, основанной на комплексном подборе современных и эффективных средств и методов физической реабилитации и поэтапном их использовании в учебном процессе по физическому воспитанию студенток с миопией средней и высокой степени специального учебного отделения Минского государственного лингвистического университета. Рекреационно-оздоровительная программа профилактики прогрессирования миопии внедрена в работу кафедры физического воспитания и спорта Минского государственного лингвистического университета, а также в Белорусском государственном технологическом университете, в Белорусской государственной академии физической культуры (кафедра физической реабилитации), что подтверждено 4 актами внедрения.

Экономическая и социальная значимость заключается в возможности использования рекреационно-оздоровительной программы на занятиях по физическому воспитанию, что способствует профилактике прогрессирования миопии в условиях вуза и в снижении обращаемости студенток с миопией средней и высокой степени к офтальмологу.

Основные положения диссертации, выносимые на защиту

1. На основании анализа литературы по проблеме исследования обоснование введения средств и методов физической реабилитации в учебный процесс по физическому воспитанию студенток с миопией, а также возможности их эффективного сочетания в профилактике ее прогрессирования.

2. Уровень физического развития, физической подготовленности, функционального, психоэмоционального состояния и зрительной сенсорной системы студенток с миопией средней и высокой степени специального учебного отделения Минского государственного лингвистического университета.

3. Рекреационно-оздоровительная программа профилактики прогрессирования миопии средней и высокой степени у студенток специального учебного отделения Минского государственного лингвистического университета, состоящая из **тестирования** физического развития, физической подготовленности, функционального и психоэмоционального состояния, зрительной сенсорной системы (острота зрения и рефракция глаза); **выполнения** практических блоков: оздоровительная аэробика, комплекс корригирующих упражнений, комплекс специальных упражнений

для глаз, биомеханическая стимуляция, электропунктура, вибромассаж глазным массажером, вибромассаж шейно – воротниковой зоны.

Личный вклад соискателя

Экспериментальные исследования выполнены полностью самостоятельно соискателем ученой степени. Медицинское обследование студентов с миопией средней и высокой степени специального учебного отделения Минского лингвистического университета осуществлялось в 33 городской студенческой поликлинике. Динамика показателей рефракции глаза оценивалась врачом-офтальмологом Перетицкой В.Н.

Апробация результатов диссертации

Результаты диссертационного исследования многократно докладывались на конференциях и конгрессах различного масштаба: III научной сессии АФВиС РБ по итогам НИР за 1997 год и 52-й студенческой научной конференции. – Минск, 1998; юбилейной научной конференции преподавателей и аспирантов МГЛУ, посвященной 50-летию университета 23-24 апреля 1998 года. – Минск, 1998; международной научной конференции 19-21 мая 1999 года. – Рязань, 1999; международном научном конгрессе «Физическая культура, спорт, туризм – в новых условиях развития стран СНГ». – Минск, 1999; V Международной научной сессии АФВиС РБ по итогам НИР за 1999 год и 54-й студенческой научной конференции. – Минск, 2000; научно-практической конференции МГЛУ «Физическое воспитание студентов, имеющих отклонение в состоянии здоровья». – Минск, 2000; ежегодной научной конференции преподавателей и аспирантов университета 5-6 апреля 2000 года. МГЛУ. – Минск, 2000; ежегодной научной конференции преподавателей и аспирантов университета 26-27 апреля 2001 года. МГЛУ. – Минск, 2001; международной конференции «Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды». – Гомель, 2001; V Международном научном конгрессе «Олимпийский спорт и спорт для всех». – Минск, БГАФК. 2001; II республиканской научно-практической конференции 11-12 декабря 2000 года. – Минск, 2002; конференции, посвященной 10-летию кафедры физической реабилитации и памяти А.И. Геруса. – Минск, БГАФК. 2002.

Опубликованность результатов

Основные результаты диссертационного исследования опубликованы в 1 статье научно-методического журнала; в 4 статьях сборниках научных трудов; в 16 тезисах докладов научных кафедральных, республиканских, международных конференций и конгрессов; в 1 учебно-методическом пособии. Общий объем опубликованных работ составил 149 страниц.

Структура и объем диссертации

Диссертационная работа состоит из оглавления, перечня условных обозначений, введения, общей характеристики работы, четырех глав, вы-

водов, заключения, практических рекомендаций, списка использованных источников. Работа изложена на 135 страницах машинописного текста, содержит 38 таблиц на 19 страницах, 80 рисунков на 34 страницах, 4 акта внедрения. Библиографический указатель включает 243 наименования источников.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении констатируется, что близорукость является молодежным заболеванием, возрастной диапазон которого колеблется от 7 до 30 лет. Значительная часть студентов высших учебных заведений города Минска страдают миопией различной степени. В процессе обучения у студентов вузов имеет место чрезмерно напряженная зрительная нагрузка, продолжительная малоподвижная рабочая поза, ограниченная двигательная активность. Возможность немедикаментозного воздействия на зрительную сенсорную систему отмечается рядом авторов и является актуальной проблемой для изучения.

В первой главе «Теоретико-методическое обоснование введения средств и методов физической реабилитации в учебный процесс по физическому воспитанию в вузах» представлен обзор литературы по проблеме исследования, который показал, что за последние годы количество студентов, имеющих ослабленное здоровье и отнесенных по результатам диспансеризации к специальному учебному отделению, неуклонно увеличивается. И основную массу среди них составляют студенты с нарушениями зрения, преимущественно страдающие миопией средней и высокой степени, что во многом зависит от специфики обучения в вузе и последующей деятельности выпускников.

Исследования врачей-офтальмологов показали, что прогрессирующая близорукость является самым распространенным заболеванием глаз у школьников, студентов и лиц, занимающихся зрительно-напряженным трудом. В большинстве случаев ее прогрессирование носит скачкообразный характер, причем во временном отношении такой скачок составляет от 3 месяцев до 1,5-2,0 лет, а усиление миопии варьирует от 0,75 до 2,0 диоптрий в год (Э.С. Аветисов с соавт., 1973-1993; В.И. Лапочкин, 1988 и др.).

Учитывая тот факт, что одним из факторов укрепления здоровья студентов является учебный процесс по физическому воспитанию, интерес к проблеме физического воспитания студентов с миопией имеет объективные причины. В связи с этим встает вопрос о необходимости проведения специальных профилактических, оздоровительных мероприятий в условиях вуза. Проблема совершенствования учебного процесса в специальном учебном отделении по физическому воспитанию рассматривалась целым рядом авторов: А.В. Чоговадзе с соавт., (1986), Ф.Г. Ситдинов с соавт., (1986), М.В. Гришечкин (1987), Р.А. Янсоне (1987), И.А. Моргина

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

Статьи в журналах

1. Альбокринова О.И. Рекреационно-оздоровительная программа профилактики прогрессирования миопии // Физическая культура и здоровье. – 2003. – №1. – С. 113 – 121.

Статьи в сборниках

2. Альбокринова О.И. Динамика функциональных показателей студентов с миопией в процессе освоения авторской рекреационно-оздоровительной программы // Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды: Сб. науч. ст. V Междунар. науч.- практ. конф.; Под ред. Г.И. Нарскина, К.К. Бондаренко. – Гомель: Гомель. гос. ун-т. им. Ф. Скорины, 2001. – С. 9-11.

3. Альбокринова О.И. Опыт применения велотестирования у студентов МГЛУ, страдающих миопией // Ученые записки: Сб. науч. тр. / Бел. гос. акад. физич. культуры. – Минск, 2001. – Вып. 5. – С. 215-217.

4. Альбокринова О.И. Эффективные средства и методы физической реабилитации при аномалиях рефракции // Современные проблемы физической реабилитации: Сб. науч. ст. / Бел. гос. акад. физич. культуры; Под ред. Т.Д. Поляковой, М.Д. Панковой. – Минск, 2002. – С. 84-87.

5. Альбокринова О.И. Витаминотерапия в профилактике и лечении миопии // Современные проблемы физической реабилитации: Сб. науч. ст. / Бел. гос. акад. физич. культуры; Под ред. Т.Д. Поляковой, М.Д. Панковой. – Минск, 2002. – С. 88-90.

Материалы конференций

6. Альбокринова О.И. Физические упражнения в системе укрепления здоровья студентов, страдающих миопией // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту: Материалы III науч. сессии АФВиС РБ по итогам НИР за 1997 год и 52-й студенческой науч. конф. / Акад. физич. восп. и спорта Республики Беларусь. – Минск, 1998. – С. 205-206.

7. Альбокринова О.И. Физические упражнения как средство совершенствования регуляции сердечно-сосудистой системы студентов: Материалы юбил. науч. конф. преподавателей и аспирантов МГЛУ, посвященной 50-летию ун-та.: В 3ч. / Минск. гос. лингв. ун-т.; Отв. ред. Н.П. Баранова. – Минск, 1999. – Ч.3. – С. 140-141.

8. Глазко Т.А., Хижевская В.А., Бычкова Н.А., Альбокринова О.И. Результаты обследования студентов специального медицинского отделения первого курса: Материалы юбил. науч. конф. преподавателей и аспирантов МГЛУ. – Минск, 2002. – С. 10-11.

рантов МГЛУ, посвященной 50-летию ун-та.: В 3 ч. / Минск. гос. лингв. ун-т.; Отв. ред. Н.П. Баранова.– Минск, 1999.– Ч.3. – С. 143-145.

9. Альбокринова О.И. О двигательной активности студентов, страдающих миопией: Материалы междунар. науч. конф. / Рязан. гос. радиотехн. акад. – Рязань, 1999.– С. 29-30.

10. Альбокринова О.И. Особенности двигательной активности студентов, страдающих миопией // Физическая культура, спорт, туризм – в новых условиях развития стран СНГ: Материалы Междунар. науч. конгр.: В 2ч. / Под ред. Б.Н. Рогатина и др. – Минск: Тессей, 1999.– Ч.2. – С. 368-370.

11. Альбокринова О.И. Особенности методики проведения занятий на начальном этапе подготовки студентов СМГ // Физическое воспитание студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья: Материалы респ. науч.- практ. конф. / Минск. гос. лингв. ун-т.; Под ред. Е.А. Масловского. – Минск, 2000. – С. 4-5.

12. Альбокринова О.И. Влияние биомеханической стимуляции и световой индикации на динамику концентрации внимания студентов СМГ: Материалы респ. науч.- практ. конф. / Минск. гос. лингв. ун-т.; Под ред. Е.А. Масловского.– Минск, 2000.– С. 5-6.

13. Альбокринова О.И. Опыт применения глазного тренажера в профилактике близорукости // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту: Материалы V междунар. науч. сессии АФВиС Республики Беларусь по итогам науч. – исслед. работы за 1999 год и 54 студенческой науч. конф. / Акад. физич. восп. и спорта Республики Беларусь; Гл. ред. М.Е. Кобринский. – Минск, 2000.– С. 238-239.

14. Альбокринова О.И. Особенности занятий по физическому воспитанию со студентами, страдающими миопией: Материалы ежегод. науч. конф. преподавателей и аспирантов ун-та.: В 3 ч. / Минск. гос. лингв. ун-т.; Отв. ред. Н.П. Баранова.– Минск, 2001.– Ч. 3. – С. 130-131.

15. Масловский Е.А., Каганов В.Я., Курносос В.В., Винников С.В., Суша З.Н., Альбокринова О.И. Методическая концепция программного обеспечения физического самосовершенствования будущих учителей // Физическое воспитание студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья: Материалы респ. науч.-практ. конф. / Минск. гос. лингв. ун-т.; Под ред. Е.А. Масловского.– Минск, 2000.– С. 54-55.

16. Полякова Т.Д., Альбокринова О.И. Особенности велотестирования студенток с миопией на занятиях физическим воспитанием: Материалы ежегод. науч. конф. преподавателей и аспирантов ун-та.: В 3ч. / Минск. гос. лингв. ун-т.; Отв. ред. Н.П. Баранова.– Минск, 2001.– Ч.3. – С. 212-214.

17. Альбокринова О.И., Полякова Т.Д. Роль и место электроакупунктуры в процессе физической реабилитации студенток МГЛУ, страдающих миопией // Физическое воспитание студентов, имеющих отклонения в

состоянии здоровья: Материалы 2-й Респ. науч.-практ. конф. / Минск. гос. лингв. ун-т.; Под ред. Е.А. Масловского. – Минск, 2002. – С. 6-7.

18. Полякова Т.Д., Альбокринова О.И. Рекреационно-оздоровительная программа профилактики прогрессирования миопии // Физическое воспитание студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья: Материалы 2-й Респ. науч.-практ. конф. / Минск. гос. лингв. ун-т.; Под ред. Е.А. Масловского. – Минск, 2002. – С. 47-48.

19. Альбокринова О. И. Физическая культура как средство профилактики близорукости: Материалы ежегод. науч. конф. преподавателей и аспирантов ун-та: В 3ч. / Минск. гос. лингв. ун-т.; Отв. ред. Н.П. Баранова. – Минск, 2003. – Ч. 3. – С. 208-210.

20. Альбокринова О. И. Инновационный подход к управлению учебным процессом по физическому воспитанию со студентками, страдающими миопией // Современный олимпийский спорт и спорт для всех: Материалы VII Междунар. науч. конгр. / Рос. гос. акад. физич. восп. и спорта. – М.: "СпортАкадемПресс", 2003. – Т. 2. – С. 5-6.

Тезисы докладов

21. Полякова Т.Д., Альбокринова О.И. Инновационный опыт внедрения рекреационно-оздоровительной программы профилактики прогрессирования миопии в гуманитарном ВУЗе // Олимпийский спорт и спорт для всех: Тез. V Междунар. науч. конгр., Минск, 5-7 июня 2001г. / Бел. гос. акад. физич. культуры; Гл. ред. М.Е. Кобринский. – Минск, 2001. – С. 513.

Учебно-методическое пособие

22. Полякова Т.Д., Альбокринова О.И., Ковалева О.Е. Основные средства и методы физической реабилитации при аномалиях рефракции: Учеб.-метод. пособие. – Минск: Бел. гос. акад. физич. культуры, 2002. – 94 с.

РЭЗЮМЭ

Альбакрынава Вольга Ігараўна

Прафілактыка прагрэсавання міапіі ў студэнтак спецыяльнага вучэбнага аддзялення гуманітарнага вву сродкамі фізічнай рэабілітацыі

Ключавыя словы: студэнткі, спецыяльнае вучэбнае аддзяленне, міапія, прагрэсаванне, прафілактыка, праграма.

Аб'ект даследавання - студэнткі, якія пакутваюць ад міапіі сярэдняй і высокай ступені і адносяцца да спецыяльнага вучэбнага аддзялення Мінскага дзяржаўнага лінгвістычнага ўніверсітэта.

Прадмет даследавання - рэкрэацыйна – аздараўленчая праграма прафілактыкі прагрэсавання міапіі ў вучэбным працэсе па фізічнаму выхаванню студэнтак, якія пакутваюць ад міапіі сярэдняй і высокай ступені і адносяцца да спецыяльнага вучэбнага аддзялення Мінскага дзяржаўнага лінгвістычнага ўніверсітэта.

Мэта даследавання - распрацоўка і ўкараненне рэкрэацыйна – аздараўленчай праграмы прафілактыкі прагрэсавання міапіі ў вучэбны працэс па фізічнаму выхаванню студэнтак, якія пакутваюць ад міапіі сярэдняй і высокай ступені і адносяцца да спецыяльнага вучэбнага аддзялення Мінскага дзяржаўнага лінгвістычнага ўніверсітэта.

Метады даследавання – аналіз літаратуры, апросныя метады, тэставанне ўзроўня фізічнага развіцця, фізічнай падрыхтоўкі, функцыянальнага (ўключаючы велатэставанне) і псіхаэмацыянальнага стану, зрокавай сэнсорнай сістэмы, педагагічныя назіранні, педагагічны эксперымент, статыстычная апрацоўка вынікаў.

Атрыманыя вынікі і іх навізна. Упершыню былі вывучаны пытанні ўкаранення ў вучэбны працэс па фізічнаму выхаванню студэнтак, якія пакутваюць ад міапіі сярэдняй і высокай ступені спецыялізаванай рэкрэацыйна – аздараўленчай праграмы прафілактыкі прагрэсавання міапіі з улікам комплекснага падбору сродкаў і метадаў фізічнай рэабілітацыі. Атрыманыя ў рабоце вынікі з'яўляюцца навуковым абгрунтаваннем выкарыстання сродкаў і метадаў фізічнай рэабілітацыі ў прафілактыцы прагрэсавання міапіі, паляпшэння фізічнай падрыхтаванасці, функцыянальнага і псіхаэмацыянальнага стану студэнтак, якія пакутваюць ад міапіі сярэдняй і высокай ступені.

Ступень выкарыстання - вынікі ўведзены ў вучэбны працэс па фізічнаму выхаванню ў Мінскім дзяржаўным лінгвістычным ўніверсітэце, Беларускам дзяржаўным тэхналагічным ўніверсітэце і Беларускай дзяржаўнай акадэміі фізічнай культуры (кафедра фізічнай рэабілітацыі).

Галіна ўжывання - вышэйназваныя навукальныя ўстановы.

РЕЗЮМЕ

Альбокринава Ольга Игоревна

Профилактика прогрессирования миопии у студенток специального учебного отделения гуманитарного вуза средствами физической реабилитации

Ключевые слова: студентки, специальное учебное отделение, миопия, прогрессирование, профилактика, программа.

Объект исследования – студентки с миопией средней и высокой степени, относящиеся к специальному учебному отделению Минского государственного лингвистического университета.

Предмет исследования – рекреационно-оздоровительная программа профилактики прогрессирования миопии в учебном процессе по физическому воспитанию студенток с миопией средней и высокой степени, относящихся к специальному учебному отделению Минского государственного лингвистического университета.

Цель исследования – разработка и внедрение рекреационно-оздоровительной программы профилактики прогрессирования миопии в учебный процесс по физическому воспитанию студенток с миопией средней и высокой степени, относящихся к специальному учебному отделению Минского государственного лингвистического университета.

Методы исследования – анализ литературы, опросные методы, тестирование физического развития, физической подготовленности, функционального (включая велотестирование) и психоэмоционального состояния, зрительной сенсорной системы, педагогические наблюдения, педагогический эксперимент, статистическая обработка результатов.

Полученные результаты и их новизна. Впервые изучены вопросы внедрения в учебный процесс по физическому воспитанию студенток с миопией средней и высокой степени специализированной рекреационно-оздоровительной программы профилактики прогрессирования миопии с учетом комплексного подбора средств и методов физической реабилитации. Полученные в работе результаты являются научным обоснованием использования средств и методов физической реабилитации в профилактике прогрессирования миопии, улучшения физической подготовленности, функционального и психоэмоционального состояния студенток с миопией средней и высокой степени.

Степень использования – результаты внедрены в учебный процесс по физическому воспитанию Минского государственного лингвистического университета, Белорусского государственного технологического университета и Белорусской государственной академии физической культуры (кафедра физической реабилитации).

Область применения – высшие учебные заведения.

SUMMARY

Albakryna Olga Igorevna

The prophylaxis of the myopia progressive of the special educational students department of humanitarian institution of higher education by means of physical rehabilitation

Key Words: students, special educational department, myopia, progressive, prophylaxis, programme.

Research object - students suffering from the middle and high degree myopia, who regard to special educational department of Minsk State Linguistic University.

Research subject - the recreation and health-improvement programme of the prophylaxis of the myopia progressive in the educational process on physical training of the students suffering from the middle and high degree myopia, who regard to a special educational department of Minsk State Linguistic University.

Research aim - the working out and introduction of the recreation and health-improvement programme of the prophylaxis of the myopia progressive into the educational process on physical training of the students suffering from the middle and high degree myopia, who regard to a special educational department of Minsk State Linguistic University.

Research methods - the analysis of literature, questioning, the testing of physical progress, physical training, functional (including cycle testing) and psychoemotional condition, optic sensory system, pedagogical observation, pedagogical experiment, statistical data processing.

The received results and their novelty. The introduction of the specialized recreation and health-improvement programme of the prophylaxis of the myopia progressive was studied for the first time. Complex combination of means and methods of physical rehabilitation into the educational process on physical training of the students suffering from the middle and high degree myopia was introduced. The results, received during the work, is the scientific substantiation of the usage of means and methods of physical rehabilitation in the prophylaxis of the myopia progressive, improvement of physical training, functional and psychoemotional condition of the students suffering from the middle and high degree myopia.

The use - the results were put into the educational process on physical training in Minsk State Linguistic University, Belorussian State Technological University and Belorussian State Academy of Physical Culture (Physical Rehabilitation Department).

Application area - Institutions of Higher Education.

