

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

**Наукове товариство студентів, аспірантів, докторантів і
молодих вчених**

ЗБІРНИК ТЕЗ ДОПОВІДЕЙ
«НАУКОВОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ СТУДЕНТІВ ЗДМУ – 2020»

**в рамках І туру «Всеукраїнського конкурсу студентських
наукових робіт з галузей знань і спеціальностей
у 2019 – 2020 н.р.»**

06 – 07 лютого 2020 року

Запоріжжя – 2020

ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ

Голова оргкомітету:

ректор ЗДМУ, проф. Колесник Ю.М.

Заступники голови:

проректор з наукової роботи, проф. Туманський В.О., голова Студентської ради Турчиненко В.В., проф. Разнатовська О.М., голова Наукового товариства студентів, аспірантів, докторантів і молодих вчених, д.біол.н. Павлов С.В.

Члени оргкомітету:

заступник голови Студентської ради Подлужний М.С., голова навчально-наукового сектору Студентської ради Москалюк А.С., заступники голови навчально-наукового сектору Будагов Р.І., Скоба В.С.

Секретар: Брезицька К.П.

СТРЕТЧИНГ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ТРАВМАХ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ У ФУТБОЛІСТІВ

Онищенко В.О.

3 медичний факультет, 3 курс

Змагальна діяльність кваліфікованих спортсменів у сучасному футболі характеризується значними фізичними навантаженнями динамічного характеру, істотною варіативністю ігрових ситуацій і високотехнічними техніко-тактичними діями. Такий характер змагальної діяльності в умовах постійного зростання рівня внутрішньої та зовнішньої конкуренції футболістів значно підвищує ризик отримання пошкоджень і травм опорно-рухового апарату, зокрема нижніх кінцівок. Сучасний футбол, за оцінками дослідників, є одним з найбільш травмонебезпечних видів спорту. Закордонні фахівці зазначають, що близько 60% усіх травм і пошкоджень, які потребують клінічного лікування та подальшої фізичної терапії, є пов'язаними з навчально-тренувальною і змагальною діяльністю. Таким чином, виявлення ефективних засобів відновлення рухових функцій, підвищення функціональних можливостей нервово-м'язового апарату спортсменів, профілактика травм і рецидивних ушкоджень кінцівок (особливо нижніх) у футболістів є актуальною та своєчасною науковою проблемою.

На основі аналізу та узагальнення даних наукової літератури і мережі «Интернет», результатів експериментальних досліджень професорсько-викладацького складу кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров'я Запорізького державного медичного університету констатуємо наступне:

– засоби стретчингу є ефективними в процесі фізичної реабілітації кваліфікованих гравців у футзал з пошкодженнями нижніх кінцівок у якості додаткового неспецифічного компонента, який стимулює відновні процеси, покращує загальний фізичний стан організму і

знижує рівень спортивного травматизму;

- застосування засобів стретчингу в навчально-тренувальному процесі кваліфікованих гравців у футзал у підготовчій та заключній частині тренувальних занять дозволило істотно зменшити кількісно-якісні показники пошкоджень нижніх кінцівок: з 6 (сезон 2016-2017 рр.) до 4 випадків (сезон 2017-2018 рр.), показники рецидивів спортивних травм у гравців збірної команди Запорізького державного медичного університету з футболу зменшились на 11,76 %.

- перспективи подальших розвідок у даному напрямі ґрунтуються на дослідженнях ефективності фізичної реабілітації кваліфікованих гравців у футзал з ушкодженнями нижніх кінцівок при комплексному застосуванні традиційних і нетрадиційних методів профілактики, лікування та реабілітації, визначенні їх раціонального співвідношення, уникнення рецидивів травм, тощо.