

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ  
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ  
«СУРГУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

---



# **ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ**

**СБОРНИК СТАТЕЙ  
II ВСЕРОССИЙСКОЙ  
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ  
С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ**

**Сургут,  
30 марта 2018 года**

Сургут,  
2018

УДК 613.4(08)  
ББК К51.204.0я431  
З-46

*Печатается по решению  
Редакционно-издательского совета СурГПУ*

- З-46**      Здоровый образ жизни и охрана здоровья : сб. науч. статей II Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием (Сургут, 30 марта 2018 года) / Департамент образования и молодеж. политики ХМАО – Югры, Бюджет. учреждение высш. образования ХМАО – Югры «Сургут. гос. пед. ун-т» ; ред. сост. А. Э. Щербакова ; под общ. ред. М. А. Поповой. – Сургут : РИО БУ «Сургутский государственный педагогический университет», 2018. – 321, [1] с.

# СОДЕРЖАНИЕ

## Раздел 1.

### МИРОВОЗЗРЕНЧЕСКИЕ ВОПРОСЫ И СОВРЕМЕННЫЕ СТРАТЕГИИ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

<i>Попова М.А.</i> Эволюция здоровьесберегающих технологий в современном обществе .....	7
<i>Логинов С.И.</i> Кардиореспираторная выносливость, вариабельность ходьбы и качество жизни ...	12
<i>Куяров А.В.</i> Микробиота и иммунитет человека .....	24
<i>Щербакова А.Э.</i> Психологические аспекты сохранения здоровья .....	28
<i>Рагозин О.Н.</i> Десинхронозы и здоровье. Гелиоклиматические факторы и хронопатология северного региона .....	32
<i>Мальков О.А.</i> Здоровье – основа безопасности жизнедеятельности .....	43

## Раздел 2.

### МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

<i>Волкова Т.В., Долгополова Д.А., Попова М.А.</i> Влияние коморбидного течения хронических бронхообструктивных заболеваний и артериальной гипертензии на развитие хронической болезни почек .....	46
<i>Каргаполов В.П., Сивенков В.А.</i> Состояние физического здоровья студентов первокурсников педагогического института .....	49
<i>Кузовлева И.А., Соцкая Я.А.</i> Оценка состояния клеточного иммунитета у больных острыми респираторными вирусными инфекциями на фоне хронической обструктивной болезни легких .....	51
<i>Матвеева А.М.</i> Анализ психического статуса пациента со стабильной стенокардией .....	55
<i>Мякоткина Г.В., Соцкая Я.А.</i> Показатели перекисного окисления липидов у больных неалкогольным стеатогепатитом на фоне пневмокониозов в сочетании с вегето-сенсорной полинейропатией в периоде медицинской реабилитации .....	59
<i>Саламех К.А., Соцкая Я.А.</i> Динамика показателей системы фагоцитирующих макрофагов у больных острым тонзиллитом на фоне хронической обструктивной болезни легких .....	62
<i>Сидорова Н.С., Соцкая Я.А.</i> Состояние системы глутатиона у больных с хроническим токсическим поражением печени и анемией на фоне перенесенного инфильтративного туберкулеза легких .....	66
<i>Хабарова А.В., Соцкая Я.А.</i> Динамика показателей цитокинов у больных неалкогольным стеатогепатитом на фоне перенесенного инфекционного мононуклеоза в периоде медицинской реабилитации .....	70
<i>Щербакова А.Э., Чистова В.В., Лакомкина А.С., Фадеева А.В.</i> Функциональное и психологическое состояние организма студентов педагогического университета в период сессии .....	74
<i>Якимович С.Е., Соцкая Я.А.</i> Показатели микроциркуляции у больных хроническим вирусным гепатитом в сочетании с хроническим некалькулезным холециститом на территории Луганской народной республики .....	77

## Раздел 3.

### МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ НА СЕВЕРЕ

<i>Герасимчик О.А., Гириш Я.В.</i> Влияние различной массы тела у детей и подростков Севера на состояние липидного и углеводного обменов .....	81
<i>Говорухина А.А., Слюсарь Е.Н.</i> Взаимосвязь параметров качества жизни с показателями вегетативной регуляции, состоянием сосудистой стенки и компонентным составом организма в условиях Севера .....	86
<i>Долгополова Д.А., Попова М.А.</i> Хроническая обструктивная болезнь легких и северные широты: эффект синергии в развитии коронарных событий .....	90

<i>Коньков В.З., Нифонтова О.Л.</i> Тотальные размеры тела спортсменов и лиц не занимающихся спортом в возрасте 9–11 лет .....	94
<i>Конькова К.С., Нифонтова О.Л.</i> Некоторые показатели сердечно-сосудистой системы школьников 11–14 лет в зависимости от популяционной принадлежности .....	97
<i>Малюкова Т.И.</i> Особенности сердечно сосудистой системы педагогов при формировании синдрома эмоционального выгорания в условиях Севера .....	100
<i>Новоселова А.А.</i> Особенности состояния механизмов регуляции студентов, проживающих в условиях северного региона .....	102
<i>Палюшкевич А.С., Граудина В.Е.</i> Распространенность избыточной массы тела и ожирения в популяции урбанизированных ханты разных возрастных групп, проживающих в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре .....	107
<i>Сетяева Н.Н., Нифонтова О.Л., Кодохмаева М.К.</i> Изучение биопотенциалов головного мозга школьников из числа коренных малочисленных народов Севера .....	110

#### Раздел 4.

#### ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

<i>Багнетова Е.А.</i> Ассертивность как необходимое качество личности педагога .....	114
<i>Брайцева С.В., Арпентьева М.Р.</i> Психологические причины, сущность и функции болезней мочевыводящей системы .....	117
<i>Ильиных Н.Е.</i> Психологические аспекты сохранения здоровья обучающихся с тяжелыми нарушениями речи в период адаптации к условиям обучения в основной школе .....	122
<i>Лапкина Е.В.</i> Профилактика профессионального стресса преподавателей высшей школы .....	125
<i>Могунова М.Н., Сушкова А.В.</i> Анализ понятия «здоровый образ жизни» как социально-педагогической категории .....	127
<i>Мыльченко И.В., Чистова В.В., Щербакова А.Э.</i> Современные представления о психофизиологической стрессоустойчивости у спортсменов экстремальных видов спорта в ХМАО-Югре .....	130
<i>Петров М.И.</i> Актуальность духовно-нравственного воспитания учащихся .....	137
<i>Ракишина Н.С.</i> Восприятие времени студентами первого курса специальности «Лечебное дело» с различным уровнем личностной тревожности .....	139
<i>Селиверстова Г.П.</i> Психофизиологические и психолого-педагогические аспекты проблемы здоровья студентов профессионально-педагогического вуза .....	143
<i>Штуккерт А.Л.</i> Мотивация к занятию спортом у населения через популяризацию его в СМИ .....	147

#### Раздел 5.

#### ИННОВАЦИОННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

<i>Булыгина И.И., Гаранина Е.Н., Елисеев А.В.</i> Реализация концепции «Здоровый образ жизни и спорт для всех» в условиях отеля «Sport Inn Hotel&Wellness» .....	152
<i>Попова М.А., Дронь А.Ю.</i> Здоровьесберегающие технологии у спортсменов с дисплазиями соединительной ткани .....	156
<i>Сафин Р.М.</i> Ритм сердца и тип вегетативной регуляции в оценке уровня подготовленности спортсменов на Севере .....	162
<i>Сибатагуллин А.Р.</i> Методика воспитания скоростной выносливости у лыжников и лыжниц на специально-подготовительном этапе тренировки .....	165
<i>Усачева А.В.</i> Адаптационный потенциал женщин, занимающихся кроссфитом в северном и южном регионах страны .....	167
<i>Фурсов А.В., Синяевский Н.И., Мартынцов А.Ф.</i> Инновационные технологии мониторинга физического потенциала населения .....	170
<i>Шапвалова И.А., Соцкая Я.А.</i> Оценка эффективности гепадифа при лечении больных хроническим токсический гепатит, соединенный с хроническим некалькулезным холециститом и ожирением .....	175

## Раздел 6.

### ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

<i>Ахтырская Е.Н.</i> Здоровьесберегающие технологии на уроках обучения грамоте и русского языка в начальной школе .....	179
<i>Гильванов Р.Р., Антонова Э.И.</i> Использование здоровьесберегающих технологий в процессе подготовки к ГИА .....	183
<i>Жигальская М.Н.</i> Компенсаторно-нейтрализующие технологии в здоровьесберегающей деятельности вспомогательной школы .....	186
<i>Изаак С.И.</i> Мониторинг физического состояния учащихся образовательных учреждений .....	189
<i>Капитанова С.Н., Рябчун Н.И.</i> Проектная деятельность на уроках письма и развития речи как средство здоровьесбережения умственно отсталых младших школьников .....	194
<i>Ложкина-Гамецкая Н.И., Мамедов В.Н.</i> Формирование модели экологически безопасной образовательной среды на уроках ОБЖ .....	197
<i>Моисейчик Э.А.</i> Здоровьесозидание как перспективное направление в формировании физической культуры личности студента .....	201
<i>Полянский С.А., Чиглинцев В.М., Привалова А.Г.</i> Уровень знаний школьников среднего звена о здоровом образе жизни .....	205
<i>Снигур М.Е., Красавин М.П.</i> Технология формирования основ здорового образа жизни у дошкольников в процессе взаимодействия дошкольной образовательной организации и семьи ....	207
<i>Сухоносова А.А., Труфанова Г.К.</i> Реализация здоровьесберегающих технологий в обучении детей с ограниченными возможностями здоровья .....	211
<i>Томилова З.Р.</i> Дополнительные занятия физкультурно-оздоровительной направленности как средство формирования мотивации младших школьников к занятиям физической культурой ...	215
<i>Черных Ю.А.</i> Проблемы соблюдения режима сна и его влияние на здоровье и физическую активность студентов технического вуза .....	219

## Раздел 7.

### ПЕРВИЧНАЯ И ВТОРИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ

<i>Багнетова Е.А.</i> Санитарно-гигиенические факторы здоровья педагога .....	222
<i>Болотская Л.А.</i> Иммунотропные препараты в педиатрической практике .....	227
<i>Каримов Р.Р., Попова М.А., Щербакова А.А., Мыльченко И.В.</i> Выявление предикторов сердечно-сосудистого риска врачей неотложной помощи методом оценки уровня функционирования физиологических систем .....	230
<i>Кушникова И.П.</i> Профилактика коморбидности у больных бронхиальной астмой .....	234
<i>Рыбалка О.О.</i> оценка результатов применения реабилитационных мероприятий у больных бронхиальной астмой с сопутствующим сахарным диабетом 2-го типа с использованием биоинформационного анализа .....	238
<i>Тилелюева Е.С.</i> Организация профилактики ВИЧ-инфекции у подростков .....	241
<i>Тимощук А.С.</i> Мировоззренческие вопросы трезвого образа жизни курсантов .....	244
<i>Чиглинцев В.М., Магомедова З.А., Привалова А.Г.</i> Уровень знаний школьников о мерах профилактики сальмонеллеза .....	247
<i>Чистова В.В., Мыльченко И.В., Дронь А.Ю.</i> Донозологическая диагностика сердечно-сосудистых дисфункций у биатлонистов высокой квалификации в соревновательный период .....	250

## Раздел 8.

### КУЛЬТУРА ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

<i>Антонова Э.Р.</i> Использование мобильных устройств как фактор нарушения правил безопасности жизнедеятельности у современной молодежи .....	253
<i>Ванданова Э.Л.</i> Проблемы девиантного поведения и социального самочувствия детей и подростков .....	256
<i>Ветвицкая Е.В.</i> Культура здорового образа жизни студентов СИБГУ .....	259

<i>Вишневский В.А.</i> Проектный подход к формированию компетенций, связанных с культурой здорового и безопасного образа жизни студентов .....	262
<i>Джакенов А.Б.</i> Формирование культуры безопасности учащихся на разных уровнях образования .....	265
<i>Дорохова О.Ф.</i> Формирование безопасного образа жизни у детей с особенностями психофизического развития на уроках основы безопасности жизнедеятельности .....	268
<i>Мыльченко И.В., Баландина А.Ю.</i> Формирование культуры информационной безопасности учащихся в условиях образовательного процесса .....	271
<i>Привалова А.Г., Чиглинец В.М., Скрага Б.В.</i> Формирование культуры безопасного поведения в условиях города .....	276
<i>Сазанова М.Л., Попова Г.А.</i> Формирование культуры здоровья студентов в ходе освоения учебной дисциплины .....	279
<i>Сарапульцева Л.А.</i> Условия и механизмы формирования здорового образа жизни студенческих семей .....	282
<i>Сушкова А.В., Могунова М.Н.</i> Двигательная активность – один из обязательных факторов здорового образа жизни студенческой молодёжи лесотехнических вузов .....	285
<i>Чеботарев Н.Ф.</i> Здоровый образ жизни как составляющая профессиональной, экономической культуры и человеческого капитала .....	287
<i>Шинкевич Ю.С.</i> Современные здоровьесберегающие технологии студентов СИБГУ .....	291

#### Раздел 9.

#### МЕДИЦИНСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

<i>Асланханов М.А.</i> Ожирение у детей младшего школьного возраста и его коррекция на уроках физической культуры .....	293
<i>Копылова В.В., Рыбина Л.Д.</i> Влияние музыкального сопровождения на эмоциональное состояние студентов во время занятий бальными танцами .....	298
<i>Михель О.И., Анисимова Л.Г.</i> Развитие адаптивного спорта в Ханты-Мансийском автономном округе .....	300
<i>Рябая С.А.</i> Адаптивная физическая культура и спорт в регионах Российской Федерации .....	306
<i>Сетяева Н.Н., Шерстнева В.Ю.</i> Развитие логического мышления и физической подготовленности шашкистов младшего школьного возраста с нарушением интеллекта средствами адаптивного физического воспитания .....	310
<i>Урмова С.Е., Молоткова Д.Д., Молоткова Н.В.</i> Опыт решения проблемы комплектования групп лиц с ограниченными возможностями здоровья для обучения спортивным способам плавания в условиях ФОК .....	315
Статья к разделу 4.	
<i>Беляева Ю.Н., Меликова С.А.</i> Изучение уровня стресса и путей его преодоления у студентов высших учебных заведений .....	319