

СЕКЦИЯ СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ,  
ЛФК И ФИЗИОТЕРАПИИВЛИЯНИЕ СЕНСОРНОЙ ЭЭГ-ЗАВИСИМОЙ СТИМУЛЯЦИИ  
НА ФУНКЦИЮ РАВНОВЕСИЯ  
У ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА

*Астахова Е.А.*

Научный руководитель: Некрасова В.В.  
НИО Клиника биоакустической коррекции  
Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет

**Актуальность исследования:** поддержание равновесия — сложный комплексный процесс, который включает скоординированную активность многих систем и органов организма. Нарушение хотя бы на одном из этапов получения, проведения и обработки информации могут существенно исказить равновесие даже у клинически здоровых лиц [1].

**Цели исследования:** изучить возможность применения метода сенсорной ЭЭГ-зависимой сенсорной стимуляции для улучшения функции равновесия.

**Материалы и методы:** исследование проводилось на оборудовании ST-150 с 2 группами испытуемых: исследовательской и контрольной. Обе группы прошли тест Ромберга. Затем членам первой группы провели сеанс стимуляции, в то время как лица из второй проводили время в тишине. После все испытуемые прошли повторно тест Ромберга.

**Результаты:** у представителей исследовательской группы была прослежена положительная динамика чувства равновесия. Улучшения составили от 6 до 40 процентов, в среднем 19,45 процентов. У представителей контрольной группы улучшения в среднем поставили 1,3 процента, однако, преобладало отсутствие динамики.

**Выводы:** сенсорная ЭЭГ-зависимая стимуляция, более известная как биоакустическая коррекция, позволяет улучшить чувство равновесия в представленной группе, в среднем, на 19,45 процентов по оценке на стабиллоплатформе ST-150.

#### Литература

1. О.В., Гроховский С.С., Доброродный А.В. Исследование опорных реакций человека (постурография, стабилметрия) и биологическая обратная связь в программе STPL Мера-ТСП, 2018. 121 с. ISBN978-5-6040686-0-1.

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ  
НА ОТКРЫТОМ ВОЗДУХЕ НА ЗАБОЛЕВАЕМОСТЬ  
И ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ

*Бакиева Э.А.*

Научный руководитель: ст. преподаватель Ляшенко А.А.  
Кафедра физической культуры  
Оренбургский государственный медицинский университет

**Актуальность исследования:** занятия на свежем воздухе повышают устойчивость организма к воздействию неблагоприятных природно-климатических условий.

**Цели исследования:** изучение влияния физических упражнений на открытом воздухе на заболеваемость и физическую подготовленность студентов.