

Чем мой семинар по коррекции нарушений осанки отличается от аналогичных семинаров?

В последнее время все большее количество фитнес центров позиционирует свои услуги как оздоровительные и реабилитационные. Посетителям обещают исправить осанку. К сожалению методик, основанных на научных исследованиях, которые бы освещали методику коррекции осанки у взрослых старше 20 лет, существует ограниченное количество. Создается информационный вакуум. Таких клиентов в фитнес центрах 100 процентов (результаты собственного исследования о распространенности нарушений осанки у занимающихся в фитнес индустрии). Как с ними грамотно работать знают единицы. Вы можете расширить спектр проблем, с которыми вы справляетесь, пройдя мой семинар. **На семинаре вы научитесь диагностировать нарушения осанки у клиентов с помощью визуальной диагностики, специального программного обеспечения. Акцент будет сделан на методике построения тренировки именно в тренажерном зале, особенностях выполнения упражнений с отягощениями при различных видах нарушений осанки. Информация, которой я буду делиться - результат 4 летнего диссертационного исследования, в результате которого разработана методика коррекции осанки на основе применения упражнений с отягощениями и стретчинга у посетителей фитнес центров. По теме семинара опубликованы статьи в научных рецензируемых журналах. На методику оформлен патент на изобретение РФ.**

Список научных публикаций по теме семинара:

Жирным шрифтом выделены статьи в рецензируемых ВАК журналах.

1. Бабыдов Е.А. Физическая реабилитация лиц молодого возраста с кифолордотической осанкой на основе применения физических упражнений с отягощениями и стретчинга/

Е.А. Бабыдов, О.В. Козырева //Сборник трудов студентов и молодых ученых ФГБОУ «РГУФКСМиТ»: материалы научных конференций студентов и молодых ученых – М., 2014. – С. 149-153

2.Бабыдов Е.А. Коррекция мышечного дисбаланса, возникающего при кифолордотической осанке, на основе применения упражнений с отягощениями и стретчинга / Е.А. Бабыдов // Эколого – гигиенические проблемы физической культуры и спорта (инновационные оздоровительные технологии): материалы научной конференции с международным участием, посвященной 110 – летию академика АМН СССР профессора А.А. Минха – М., 2014. – С. 39-42

3.Бабыдов Е.А. Коррекция мышечного дисбаланса, возникающего при кифолордотической осанке, на основе применения упражнений с отягощениями и стретчинга / Е.А. Бабыдов // Национальные программы формирования здорового образа жизни: материалы международного практического конгресса – М., 2014. – С. 33-36

4.Бабыдов Е.А. Механизм действия упражнений с отягощениями для коррекции кифолордотической осанки у лиц молодого возраста / Е.А. Бабыдов // Наука. Фитнес. Рекреация: материалы Всероссийской конференции с международным участием – М., 2015. – С. 164-168

5.Бабыдов Е.А. Сравнительный анализ коррекции кифолордотической осанки у лиц молодого возраста на основе использования упражнений с отягощениями, стретчинга и пилатеса / Е.А. Бабыдов, О.В. Козырева // Лечебная физическая культура: достижения и перспективы развития: материалы 4 Всероссийской научно – практической конференции с международным участием – М., 2015. – С. 24-27

6.Бабыдов Е.А. Обзор современных методов коррекции кифолордотической осанки / Е.А. Бабыдов // Вестник новых медицинских технологий. – М., 2015. – Т. 9 № 2. – С. 33

7.Бабыдов Е.А. Коррекция кифолордотической осанки у офисных работников на основе использования упражнений с отягощениями и стретчинга / Е.А. Бабыдов // Терапевт. – М., 2015. - № 2. – С. 44-48

8.Бабыдов Е.А. Упражнения с отягощениями и стретчинг как средства коррекции кифолордотической осанки у лиц молодого возраста / Е.А. Бабыдов // Образование. Наука. Научные кадры. – М., 2015. - № 1. – С. 174-176

9.Бабыдов Е.А. Диагностика состояния ослабленных мышц у лиц 25-35 лет с кифолордотической осанкой / Е.А. Бабыдов, О.В. Козырева // Лечебная физическая культура: достижения и перспективы развития: материалы 5 Всероссийской научно – практической конференции с международным участием – М., 2016. – С. 40-44

10.Babydov E. A. Correction of muscle imbalance, arising kypholordotic posture, based on the use of exercises with weight and stretching

/
E
.
A
.
Babydov
// Национальные программы формирования здорового образа жизни: материалы международного практического конгресса – М., 2014. – С. 149 – 153

Изобретения по теме диссертации:

1. Патент РФ № 2598757 «Способ коррекции осанки» от 18 июня 2015г.