

УДК 373.5.091.32-056.26:796

Павленко В. Й., Дісковський В. І., Пилипенко М. І.

ОРГАНІЗАЦІЯ ЗАНЯТЬ ШКОЛЯРІВ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ У СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУПАХ

У статті розглянуто питання організації та проведення занять для учнів, віднесених до спеціальної медичної групи (СМГ). Актуальність дослідження зумовлена невизначеністю системи організації фізичного виховання школярів спеціальних медичних груп. Мета дослідження – узагальнити досвід теорії й практики з проблеми організації та методики проведення уроків фізичної культури з учнями спеціальних медичних груп. Найбільш ефективний вплив на покращення здоров'я дітей можна здійснювати, проводячи заняття учнів спеціальної медичної групи на уроках фізичної культури, які проводяться окремою підгрупою за розкладом уроків основної медичної групи, та заняття учнів спеціальної медичної групи, що проводяться в позаурочний час. На сьогодні не розв'язано залишається проблема організації уроків фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи. Наявні підходи до проведення таких занять мають переваги та недоліки об'єктивного й суб'єктивного характеру. Невиконання організаційних, нормативних умов проведення занять фізичними вправами в СМГ є грубим порушенням вимог навчальних програм і не вирішує освітні, оздоровчі і виховні завдання фізичного виховання школярів.

Ключові слова: школярі, спеціальна медична група, фізичні вправи, оцінювання фізичних можливостей.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями.

У Державній національній програмі "Освіта (Україна XXI століття)" серед стратегічних завдань формування змісту освіти наголошується на потребі сприяти фізичному й психічному здоров'ю учнівської молоді.

За останні роки здоров'я різних груп населення, а особливо дітей, погіршилося, збільшилась кількість людей із хронічними захворюваннями. Це пояснюється тим, що впродовж тривалого часу не звертали необхідної уваги на роботу щодо формування здорового способу життя, боротьбу зі шкідливими звичками, впровадження масових форм культури, у тому числі й фізичної. Основні показники стану фізичної культури в суспільстві – рівень здоров'я і фізичного розвитку людей, ступінь використання фізичної культури у сфері виховання та освіти, у виробництві, побуті, спортивні досягнення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На жаль, у сучасних умовах в Україні склалася критична ситуація щодо стану здоров'я населення. Сучасний стан здоров'я дітей шкільного віку викликає тривогу суспільства. Так, серед підлітків здоровими можна вважати лише 20 %. Фахівці галузі [5; 6] свідчать, що під час вступу до школи різноманітні відхилення у стані здоров'я має кожна 3–4 дитина, а до кінця навчання (у 9 класі) – вже кожен другий учень. Несприятливі умови навколишнього середовища спричиняють зростання кількості хворих дітей. Очевидною є залежність ефективності використання та самовикористання потенціалу молодого покоління від рівня його здоров'я [4].

На думку фахівців [1; 2; 3; 5], значною мірою здоров'я людини визначається її способом життя. Незважаючи на те, що фізична культура й спорт відіграють вагомий роль у формуванні та зміцненні здоров'я громадян, в Україні певною мірою недооцінюється їх соціально-економічна, оздоровча і виховна роль. Крім того, не виконуються вимоги Закону України "Про фізичну культуру і спорт" (стаття 12) про проведення фізкультурно-оздоровчої роботи у поєднанні з фізичним вихованням учнівської молоді з урахуванням стану здоров'я, рівня фізичного та психічного розвитку дітей шкільного віку. У розв'язанні зазначеної проблеми винятково важливу роль відіграє рівень розвитку фізичного виховання у закладах загальної середньої освіти і, зокрема, фізичне виховання учнів, які за станом здоров'я тимчасово віднесені до спеціальної медичної групи. Незважаючи на те, що у зазначеному напрямі науковці [1; 2; 7] проводять активний пошук, не може не викликати стурбованості невизначеність самої системи організації фізичного виховання школярів спеціальних медичних груп. У зв'язку з наведеним, проблема надання фізичному вихованню дітей шкільного віку оздоровчої спрямованості є актуальною. Враховуючи велике значення фізичного виховання для таких учнів, Міністерство освіти і науки України запровадило обов'язкові заняття з фізичної культури з цією категорією дітей.

Мета роботи полягає у розкритті організації і методики проведення навчальних занять із фізичної культури з учнями з ослабленим здоров'ям та початковими формами його порушень, які віднесені до спеціальної медичної групи.

Завдання дослідження

1. Узагальнити досвід теорії і практики з проблеми організації та методики проведення уроків фізичної культури з учнями спеціальних медичних груп.
2. Визначити підходи щодо організації уроків фізичної культури з учнями спеціальних медичних груп.

Виклад основного матеріалу дослідження. Організація занять з учнями, які за станом здоров'я віднесені до медичних груп занять з фізичного виховання, проводяться тільки за умов наявності наказу директора про комплектування медичних груп.

Організація занять з учнями, які за станом здоров'я віднесені до спеціальних медичних груп, здійснюється відповідно до розпорядження Кабінету Міністрів України від 16.10.2008 № 1352 "Про затвердження комплексного плану заходів з розвитку освіти в Україні на період до 2011 р.", листа Міністерства охорони здоров'я України від 31.08.2009 № 04.04.43-19-769, спільного наказу Міністерства охорони здоров'я України, Міністерства освіти і науки України від 20.07.2009р. № 518/674 "Про забезпечення медико-педагогічного контролю за фізичним вихованням учнів у загальноосвітніх навчальних закладах" та "Інструкції про розподіл учнів на групи для занять на уроках фізичної культури".

Лікарський контроль за фізичним станом учнів проводиться:

- до початку занять з фізичного виховання під час вступу до першого класу;
- в усіх наступних класах на початку навчального року, а також після перенесених захворювань, травм або тривалих перерв у заняттях фізичними вправами, за скеруванням учителя або за бажанням самого учня.

На основі одержаних даних про стан здоров'я, фізичний розвиток та фізичну підготовку, учнів розподіляють для навчальних занять на три відділення (табл. 1)

Таблиця 1

Медична характеристика учнів відповідно навчальних відділень

Назва відділення	Медична характеристика	Допустиме фізичне навантаження
Основне	Особи без відхилень у стані здоров'я, а також особи, які мають незначні відхилення в стані здоров'я, при достатньому фізичному розвитку й фізичній підготовленості.	Заняття за навчальними програмами фізичного виховання в повному обсязі, заняття в одній із спортивних секцій, участь у змаганнях.
Підготовче	Особи без відхилень у стані здоров'я, а також, особи, які мають незначні відхилення в стані здоров'я, з недостатнім фізичним розвитком і фізичною підготовкою.	Заняття за навчальними програмами фізичного виховання при умові більш поступового освоєння комплексу рухових навиків і вмінь, особливо пов'язаних із пред'явленням до організму підвищених вимог. Додаткові заняття для підвищення рівня фізичної підготовки й фізичного розвитку.
Спеціальне	Особи, які мають відхилення в стані здоров'я постійного або тимчасового характеру і які потребують обмеження фізичних навантажень, допущені до виконання навчальної та виробничої роботи.	Заняття за спеціальними навчальними програмами.

Поділ класу на групи здійснюється згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 20.02.2002р. № 128. За наявності можливостей, уроки фізичної культури у 5–9 класах варто проводити для хлопців та дівчат окремо.

З урахуванням медичних показань, фізичної підготовленості і статі учнів у спеціальному навчальному відділенні комплектують групи А, Б.

Група А – відхилення у стані здоров'я, що мають зворотній характер (таких дітей більшість). Вона формується з учнів із серцево-судинними та легеневиими патологіями, ревматичними вадами серця, кардіальним синдромом, хронічною пневмонією, туберкульозом легень в стадії ущільнення, гіпертонічною хворобою першої стадії. Сюди можна віднести і дітей з бронхіальною астмою, але тільки з урахуванням того, що після останнього приступу минуло не менше року.

Група Б – школярі, які мають тяжкі, незворотні зміни в діяльності органів і систем. До групи Б входять діти з хронічними тонзилітами, що часто рецидивують, виразковою хворобою, хронічними

гастритами, колітом, холециститом, порушенням жирового і водно-сольового обміну, функцій сечостатевої системи.

Чисельність цих груп не повинна перевищувати 10-20 дітей на одного вчителя. Краще, якщо група складається з учнів із однаковими діагнозами захворювання. Допускається комплектування груп учнів для сумісних занять, які перенесли різні захворювання, за умови початкового рівня їх підготовленості до виконання навантажень.

Організація занять з учнями, які за станом здоров'я віднесені до спеціальних медичних груп для проведення занять з фізичного виховання, здійснюється відповідно до навчальних програм, рекомендованих Міністерством освіти і науки України для використання в закладах загальної середньої освіти для спеціальних медичних груп.

Навчальні програми розроблені на основі дидактичних принципів прогностичної педагогіки. План реалізації навчального матеріалу закладів загальної середньої освіти з фізичного виховання на навчальний рік (семестр) складаються за програмами МОН України та з урахуванням індивідуальних можливостей моторного та фізичного розвитку учнів. Програма дозволяє засвоєння залікових вимог щодо теоретичного і практичного розділів, які є загальними для учнів спеціальної медичної групи (табл. 2).

Таблиця 2

**Перелік навчальних програм,
рекомендованих Міністерством освіти і науки України для використання
в закладах загальної середньої освіти для спеціальних медичних груп**

№ з/п	Назва	Автор	Клас	К-сть годин	Видавництво	Документ про надання грифа
1.	Програма для загальноосвітніх навчальних закладів "Фізична культура" для дітей, які за станом здоров'я, віднесені до спеціальних медичних груп.	Майер В. І.	1-4	2	Ранок	Лист МОН від 05.10.2005 № 1/11-5812
2.	Програма для загальноосвітніх навчальних закладів "Фізична культура" для спеціальних медичних груп.	Майер В. І., Деревянко В. В.	5-9	2		Лист МОН від 16.08.2007 № 1/11-6410
3.	Програма для загальноосвітніх навчальних закладів "Фізична культура" для спеціальних медичних груп.	Деревянко В. В., Майер В. І., Пустолякова Л. М.	10-11	2	www.mon.gov.ua	Лист МОН молоді спорту від 11.07.2012 № 1/11-11360

До обов'язкових вимог учнів спеціальних груп з практичного розділу навчальних програм віднесені:

– Розділ "Гімнастика" – вміння виконати стройові вправи, вправи на осанку, основні рухи руками, ногами, тулубом, танцювальні рухи, окремі акробатичні елементи, рівновага, вміння піднімати й переносити невелику вагу (до 3-х кг), окремі вправи на гімнастичних приладах;

– Розділ "Легка атлетика" – вміння продемонструвати техніку бігу на короткі, середні дистанції, способів кидання гранати або штовхання ядра, стрибки у висоту та довжину;

– Розділ "Лижна підготовка" – вміння показати техніку володіння окремими способами пересування на лижах, підйомів і спусків з гір, поворотів на місці і при пересуванні.

– Розділ "Плавання" – знайомство з водою, вміння правильно виконувати рухи руками, ногами, триматися на воді і проплисти за завданням учителя відрізок дистанції вивченим способом, вміння поєднати рухи рук, ніг з диханням під час вивчення техніки плавання одним із способів.

Організація і методика навчального процесу у спеціальному навчальному відділенні має свої особливості. Вчитель фізичної культури повинен орієнтуватися в кваліфікації різних відхилень у стані

здоров'я школярів, уміти визначати фізичне навантаження з урахуванням показань і протипоказань, знати терміни допуску учнів до занять фізичними вправами після перенесених захворювань.

Для учнів спеціальних медичних груп, які навчаються за відповідними програмами, оцінювання навчальних досягнень здійснюється у повному обсязі. Велике значення мають вимоги щодо тижневого рухового режиму. Важливо пояснити учням, що практично кожний з них за умови систематичних занять фізичними вправами може поступово засвоїти рекомендовані об'єми фізичних навантажень тижневого рухового режиму.

Під час планування роботи з фізичної культури у закладі освіти необхідно враховувати особливості організації занять із дітьми, які за результатами медичного огляду тимчасово віднесені до спеціальної медичної групи, відвідують обов'язкові заняття з фізичного виховання, але виконують фізичні вправи для загального фізичного розвитку, що їм не протипоказані (табл. 3).

Таблиця 3

**Рекомендовані вправи в залежності
від виду захворювання**

Системні захворювання	Вправи, які неможна застосовувати	Рекомендовані вправи
Серцево-судинна система	Статичні; в швидкому темпі; із затримкою дихання; з натужуванням; на тренажерах; для розвитку швидкості.	Без предметів; з предметами та малим обтяженням (гімнастична палиця, набивний м'яч); спеціальні дихальні вправи з акцентом на грудне і черевне дихання; циклічні вправи (дозована ходьба, біг, плавання, лижі тощо).
Опорно-руховий апарат	З вихідного положення сидячи – велике навантаження на хребет; у висі (на перекладині, кільцях, гімнастичній стінці) – сприяють надмірному розтягуванню хребта; із значним струсом хребта (стрибки, зістрибування з висоти); з асиметричними рухами.	Коригувальна гімнастика; на приладах (гімнастична лава, гімнастична стінка); біля дзеркала (оцінюючи симетричність рухів); в парах (партнер оцінює симетрію рухів); статичні вправи – зміцнюють м'язовий корсет.
Органи дихання	Вправи, що ведуть до затримки дихання, натужування.	Більше уваги приділяти дихальним вправам, які сприяють тренуванню повного дихання, особливо подовженому видиху; доцільні заняття плаванням, лижами.
Нервова система	Вправи у рівновазі на підвищеній опорі, рухливі ігри, елементи спортивних ігор.	Загальнорозвиваючі вправи.
Захворювання органів зору	Стрибкові вправи, перекиди, вправи з натужуванням, стійки на руках і на голові.	Загальнорозвивальні вправи.
Хронічні захворювання шлунку, печінки, жовчного міхура	Знизити навантаження на м'язи живота, обмежити стрибкові вправи як за обсягом, так і за інтенсивністю.	Загальнорозвивальні вправи.
Захворювання нирок	Стрибкові вправи, не можна охолоджувати тіло.	Під час проведення загальнорозвивальних вправ особлива увага приділяється зміцненню м'язів передньої стінки живота.

Для дітей, які не відвідують СМГ, разом із шкільним лікарем розробляють індивідуальні картки-завдання, згідно з якими учні займаються на уроках фізкультури та в домашніх умовах.

Дозування фізичного навантаження під час практичних занять з учнями спеціального медичного відділення має вирішальне значення. Це необхідно належним чином враховувати під час складання планів-конспектів занять. Таке дозування регулюється: темпом руху, тобто кількістю рухів за одиницю часу; підбором фізичних вправ; відношенням вихідних положень під час виконання вправ; кількістю повторень і тривалістю вправ; ступенем самостійного напруження.

У процесі занять вчитель має спостерігати за зовнішніми ознаками втоми учнів (табл. 4).

Ознаки і характеристики стадій втоми

Ознаки	Стадії втоми		
	Початкова	Середня	Недопустима
Колір шкіри обличчя	Невелике почервоніння.	Значне почервоніння.	Різка почервоніння або поява синюшності
Пітливість	Відсутня або невелика на чолі, грудях.	Велика пітливість.	Пітливість різка, поширюється на все тіло.
Дихання	Прискорене, рівне.	Прискорене, іноді чергується з форсованим.	Різка прискорене, поверхове дихання через рот, задуха.
Постава	Постава незмінна, хода бадьора.	Постава невпевнена, м'язи розслаблені, хода невпевнена.	Погана постава, плечі опущені, хода некоординована. Відставання при ходьбі і бігу.
Увага і інтерес до занять, активність	Стійкий інтерес до занять, вправи виконуються точно.	Увага знижена, спостерігається в'ялість, неточність виконання команд, помилки під час виконання вправ.	Неуважність, відсутність інтересу до занять, апатія, сприймає лише гучну команду.

Оцінювання навчальних досягнень учнів здійснюється відповідно до наказу МОНМСУ від 13.04.2011 року №329 "Про затвердження критеріїв оцінювання навчальних досягнень учнів (вихованців) у системі загальної середньої освіти". Учням, які віднесені до спеціальної медичної групи, можна виставляти поточну оцінку за знання і техніку виконання корегувальних вправ і вправ для загального фізичного розвитку, які їм не протипоказані (за сприятливих для учня умов), а наприкінці навчального року ставиться "зараховано" або "не зараховано" (при відвідуванні менш ніж 50 % занять навчальної програми) або диференційний бал за нормативами, що оцінюються, відповідно до програми для спеціальних медичних груп. Підсумковий бал у журналі навчальних досягнень учнів повинен виставляти вчитель, який викладає предмет "Фізична культура", з урахуванням оцінок учня, отриманих на заняттях у спецмедгрупі. Учні, які за станом здоров'я віднесені до спеціальних медичних груп, державні тести фізичної підготовленості населення України не складають.

Оцінки виставляються за:

1. Теоретичні знання:

- загальної спрямованості відповідно до вимог навчальної програми;
- лікувально-оздоровчої спрямованості.

2. Практичні навички прийомів самоконтролю.

3. Техніку виконання навчального матеріалу (за сприятливих умов для учнів у відповідності до лікарняних показань).

Вимоги до учнів відповідно до рівнів навчальних досягнень:

I рівень – початковий (учень має уявлення про значення лікувально-оздоровчих заходів і комплексів);

II рівень – середній (учень виконує дві вимоги);

III рівень – достатній (учень виконує три вимоги і володіє навичками самостійних занять);

IV рівень – високий (учень виконує три вимоги і творчо володіє навичками самостійних і колективних занять).

Учні, стан здоров'я, фізичний розвиток і фізична підготовленість яких у процесі занять покращилися, на основі висновків лікаря після медичного огляду переводять до підготовчого відділення.

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямі. Невиконання організаційних, нормативних умов проведення занять фізичними вправами в СМГ є грубим порушенням вимог програми фізичного виховання учнів, що не вирішує освітні, оздоровчі і виховні завдання школярів.

Перспективи подальших досліджень передбачають розробку методичних основ, побудову моделей занять спеціальної медичної групи школярів з різними нозологіями.

Використані джерела

1. Боднар І. Р. Теорія і методика фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи : методичний посібник / Іванна Романівна Боднар. – Львів : ЛДІФК, 2004. – 38 с.
2. Васьков Ю. В. Система фізичного виховання учнів спеціальних медичних груп. 1-4 класи / Ю. В. Васьков. – Харків : Вид-во "Ранок", 2010. – 208 с.
3. Круцевич Т. Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания / Т. Ю. Круцевич. – К. : Олимпийская література, 1999. – 232 с.
4. Мурза В. П. Фізичні вправи і здоров'я / В. П. Мурза. – К. : Здоров'я, 1991. – 256 с.
5. Неделько В. П. Здоровье школьников и основные пути его дальнейшего укрепления : автореф. дис. ... д-ра мед. наук / В. П. Неделько. – К, 1975. – 58 с.
6. Язловецкий В. С. Физическое воспитание детей и подростков с ослабленным здоровьем / В. С. Язловецкий. – К. : Здоровье, 1991. – 232 с.
7. Яців Я. М. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах : методичні рекомендації / Я. М. Яців, Ю. О. Полатайко, Е. Й. Лапковський, З. В. Дума, Л. Б. Маланюк, Г. О. Пятничук, А. В. Синиця, Л. А. Хохлова. – Івано-Франківськ : Місто-НВ, 2012. – 47 с.

Pavlenko V. Y., Diskovsky V. I., Pilipenko N. I.

ORGANIZATION OF LESSONS WITH PHYSICAL EXERCISES USING FOR PUPILS IN SPECIAL MEDICAL GROUPS

The article deals with the issues of organizing and conducting classes for students belonging to a special medical group (SMG). The urgency of the study is due to the uncertainty of the system of physical education organization of special medical groups pupils.

The purpose of the work is to reveal the organizational and methodical aspects of conducting training sessions on the physical education of schoolchildren with impaired health and the initial forms of their violations, which are assigned to a special medical group. Objectives of the research: 1) to summarize the experience of theory and practice on the problem of organization and methods of conducting lessons of physical culture with pupils of special medical groups; 2) to identify approaches to organizing physical education classes with students of special medical groups.

The most effective influence on the improvement of children's health can be done by conducting classes of students of a special medical group at physical education lessons, which are conducted by a separate subgroup according to the schedule of the basic medical group lessons, and classes of pupils of the special medical group, which take place during the extra hours. The problem of organizing physical education classes with students of a special medical group remains unresolved. Available approaches to conducting such classes have the advantages and disadvantages of objective and subjective nature. The plan of realization of educational material of general educational institutions on physical education is compiled according to the programs of the Ministry of Education and Science of Ukraine and taking into account the individual possibilities of motor and physical development of students. The program allows you to master the set of requirements for theoretical and practical sections that are common to students of a special medical group. Failure to comply with organizational, normative conditions for conducting physical exercises in SMG is a gross violation of the requirements of the curriculum and does not solve the educational, recreational and educational tasks of physical education of schoolchildren.

Key words: *schoolchildren, special medical group, physical exercises, organization of classes, assessment of physical abilities.*

Стаття надійшла до редакції 12.03.2018 р.