

УПРАВЛІННЯ ОСВІТИ І НАУКИ
ВОЛИНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ
КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ «ЛУЦЬКИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
КОЛЕДЖ» ВОЛИНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ

Факультет початкової освіти та фізичної культури
Кафедра фізичної культури

Олеся ДИШКО

Методичні рекомендації до практичних занять
з ОК «МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В
СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУПАХ З ГІГІЄНИЧНИМ СУПРОВОДОМ»



Луцьк 2024

УДК 378.04:338.48

Рекомендовано до друку вченою радою факультету початкової освіти та фізичної культури КЗВО «Луцький педагогічний коледж»
(протокол № 2 від 04.09.2024)

Розглянуто та затверджено на засіданні кафедри фізичної культури КЗВО «Луцький педагогічний коледж»
(протокол № 1 від 03.09.2024)

Розробник:

Олеся ДИШКО – доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури

Рецензенти:

Олена ТОМАЩУК – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теорії фізичного виховання та рекреації Волинського національного університету імені Лесі Українки,

Ірина КЛІШ – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри фізичної культури КЗВО «Луцький педагогічний коледж»

Дишко О.Л. Методичні рекомендації до практичних занять з ОК «Методика викладання фізичної культури в спеціальних медичних групах з гігієнічним супроводом». Луцьк, 2024. 46 с.

Методичні рекомендації до практичних робіт з освітнього компонента «Методика викладання фізичної культури в спеціальних медичних групах з гігієнічним супроводом» розроблені з метою формування у студентів практичних умінь організації та проведення занять фізичною культурою з учнями, які мають різні відхилення у стані здоров'я. У рекомендаціях визначено зміст, структуру та алгоритм виконання практичних завдань, подано вимоги до добору фізичних вправ, дозування навантажень, організації гігієнічного супроводу та забезпечення безпечних умов навчання. Матеріали спрямовані на розвиток професійної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури, формування навичок диференційованого підходу, педагогічного аналізу та оцінювання ефективності оздоровчої діяльності в умовах інклюзивного освітнього середовища.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ.....	8
Сучасний стан та засоби фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи.....	8
Нормативно-правове та програмно-методичне забезпечення ФВ в Україні: поділ учнів за медичними групами та гігієнічні вимоги.....	10
Фізіологічні механізми лікувально-оздоровчої дії фізичних вправ.....	12
Організаційні та методичні вимоги до проведення занять з учнями СМГ.....	14
Структура та педагогічні вимоги до уроку фізичної культури в СМГ.....	15
Педагогічний і лікарсько-педагогічний контроль у фізичному вихованні дітей з ослабленим здоров'ям.....	17
Методичні особливості організації занять з учнями спеціальних медичних груп при порушеннях опорно-рухового апарату.....	20
Методика фізичного виховання учнів спеціальних медичних груп при захворюваннях серцево-судинної системи.....	22
Методичні підходи до проведення занять з учнями спеціальних медичних груп при захворюваннях дихальної системи.....	24
Організація та методика фізичного виховання учнів спеціальних медичних груп при порушеннях обміну речовин.....	26
Методика проведення занять з учнями спеціальних медичних груп при розладах зору.....	27
Методичні особливості фізичного виховання учнів спеціальних медичних груп при захворюваннях органів травлення.....	29
Методика організації занять з учнями спеціальних медичних груп при порушеннях нервової системи.....	30
КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ.....	33
ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДЛЯ СЕМЕСТРОВОГО КОНТРОЛЮ.....	35
ЛІТЕРАТУРА.....	45

ВСТУП

Освітній компонент «Методика викладання фізичної культури в спеціальних медичних групах з гігієнічним супроводом» є важливою складовою професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури в умовах сучасної системи освіти. Актуальність курсу зумовлена зростанням кількості учнів із різними відхиленнями у стані здоров'я, потребою забезпечення індивідуалізованого підходу до організації рухової діяльності та реалізацією принципів інклюзивної освіти.

У сучасному закладі загальної середньої освіти вчитель фізичної культури виконує не лише навчальну, а й оздоровчу, профілактичну та корекційну функції. Робота зі спеціальними медичними групами потребує глибоких знань із фізіології, основ медичних показань і протипоказань до фізичних навантажень, принципів дозування рухової активності, а також володіння методикою добору вправ з урахуванням індивідуальних особливостей учнів.

Особливого значення набуває гігієнічний супровід освітнього процесу, який включає дотримання санітарно-гігієнічних норм, контроль мікроклімату спортивних приміщень, режиму навантаження та відпочинку, організацію безпечного середовища для занять. Саме гігієнічні чинники є важливою передумовою збереження і зміцнення здоров'я школярів, профілактики перевтоми та травматизму.

Методичні рекомендації спрямовані на формування у студентів системного бачення організації занять фізичною культурою у спеціальних медичних групах, розвитку професійної відповідальності та готовності до прийняття обґрунтованих педагогічних рішень. У процесі опрацювання матеріалу студенти повинні навчитися:

- визначати особливості фізичного розвитку та стану здоров'я учнів;
- планувати та проводити заняття з урахуванням медичних показань;

- здійснювати диференційований підхід до дозування фізичних навантажень;
- забезпечувати гігієнічний супровід навчального процесу;
- оцінювати ефективність оздоровчої діяльності.

Зміст методичних рекомендацій охоплює теоретичні засади організації занять у спеціальних медичних групах, особливості добору фізичних вправ, принципи побудови уроку, питання контролю фізичного стану учнів, а також алгоритми забезпечення безпечних умов навчання. Окрему увагу приділено формуванню компетентностей майбутнього вчителя щодо інтеграції здоров'язберезувальних технологій в освітній процес.

Опрацювання матеріалів сприятиме підготовці конкурентоспроможного фахівця, здатного здійснювати професійну діяльність відповідно до сучасних вимог, стандартів освіти та принципів інклюзивного навчання.

Мета та завдання освітнього компонента

Мета освітнього компонента «Методика викладання фізичної культури в спеціальних медичних групах з гігієнічним супроводом» – забезпечення здобувачів освіти необхідними теоретичними знаннями та практичними вміннями для формування фахівця, майбутнього учителя фізичного виховання та підготовка до професійної діяльності в закладах загальної середньої освіти зі школярами, які за станом здоров'я скеровані до спеціальних медичних груп (СМГ).

Основними завданнями вивчення є:

- Сформувати у здобувачів освіти систему знань про теоретико-методичні, медико-педагогічні та гігієнічні основи фізичного виховання учнів спеціальних медичних груп.
- Оволодіти методикою планування, організації та проведення занять фізичною культурою з учнями спеціальних медичних груп з урахуванням стану їхнього здоров'я та функціональних можливостей.

□ Навчити добирати та застосовувати засоби фізичного виховання при різних нозологічних формах захворювань із дотриманням принципів безпеки та гігієнічного супроводу.

□ Розвинути уміння здійснювати педагогічний і лікарський контроль, регулювати фізичні навантаження та оцінювати ефективність занять з учнями спеціальних медичних груп.

□ Підготувати майбутніх учителів фізичної культури до впровадження здоров'язбережувальних, індивідуалізованих та інклюзивних підходів у професійній діяльності в закладах загальної середньої освіти.

Зміст освітнього компонента

Змістовий модуль I. ТЕОРЕТИЧНІ ТА НОРМАТИВНО-ФІЗІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ СМГ

Тема 1. Фізичне виховання учнів спеціальної медичної групи: сучасний стан, завдання та засоби

Тема 2. Нормативно-правове та санітарно-гігієнічне забезпечення фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи

Тема 3. Фізіологічні та лікувально-профілактичні механізми впливу фізичних вправ на організм учнів з ослабленим здоров'ям

Змістовий модуль II. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ТА КОНТРОЛЬНО- ДІАГНОСТИЧНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

Тема 4. Планування та організація освітнього процесу з фізичної культури в спеціальних медичних групах

Тема 5. Проектування структури та змісту уроку фізичної культури для учнів спеціальної медичної групи

Тема 6. Педагогічний та лікарський контроль за дітьми з ослабленим здоров'ям

Змістовий модуль III. МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ З ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ ТА ФУНКЦІЙ ЖИТТЄЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Тема 7. Методика організації та індивідуалізації занять фізичною культурою для учнів з порушеннями опорно-рухового апарату

Тема 8. Добір і реалізація безпечних засобів фізичного виховання для учнів із серцево-судинними захворюваннями

Тема 9. Методичні підходи до фізичного виховання учнів із захворюваннями дихальної системи з урахуванням функціонального стану

Змістовий модуль IV. МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ З ПОРУШЕННЯМИ ОБМІНУ РЕЧОВИН, СЕНСОРНИХ І НЕРВОВИХ ФУНКЦІЙ

Тема 10. Методика фізичного виховання учнів з порушеннями обміну речовин

Тема 11. Адаптація засобів і форм фізичного виховання для учнів з порушеннями зору

Тема 12. Організація фізкультурно-оздоровчих занять для учнів із захворюваннями органів травлення

Тема 13. Методика фізичного виховання учнів з порушеннями нервової системи та психоемоційної сфери

ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

Практична робота № 1

Сучасний стан та засоби фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи

Мета заняття: формування знань з оздоровлення дітей віднесених до спеціальних медичних групах, як одне з важливих місць у реалізації завдань фізичного виховання школярів.

План:

1. Сучасні тенденції фізичного виховання СМГ.
2. Мета, завдання, функції, цілі фізичного виховання.
3. Принципи фізичного виховання.
4. Стан здоров'я та фізичний розвиток дітей СМГ.
5. Засоби фізичного виховання учнів з відхиленнями в стані здоров'я.

Література:

1. Методика проведення фізичної культури в спеціальних медичних групах : навч.-метод. посібник / укл. О.Д. Гауряк, Л.Г. Доцюк. Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2021. 156 с.
2. Методика проведення фізичної культури в спеціальних медичних групах : навч.-метод. посібник / уклад.: О.Д. Гауряк, Л.Г. Доцюк. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2021. 156 с.
3. Особливості фізичного виховання студентів у спеціальних медичних групах: навч.-метод. посібник / уклад. О. В. Онопрієнко. Черкаси, 2018. 116 с.
4. Яців Я.М., Полатайко Ю.О. Лапковський Е.Й., Дума З.В., Маланюк Л.Б., Пятничук Г.О., Синиця А.В., Хохлова Л.А. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах : метод. рекомендації. Івано-Франківськ: Місто-НВ, 2012. 47 с.

Питання для обговорення:

1. Чи маєте Ви досвід роботи з учнями спеціальної медичної групи?
2. Які основні захворювання або відхилення у стані здоров'я найчастіше спостерігаються серед учнів СМГ?
3. Чи відповідає, на Вашу думку, чинна програма з фізичного виховання потребам учнів СМГ?
4. Які труднощі найчастіше виникають під час організації занять з учнями СМГ?
5. Які форми фізичного виховання Ви використовуєте в роботі з учнями СМГ?
6. Які засоби фізичного виховання є, на Вашу думку, найбільш ефективними для учнів СМГ?
7. Чи застосовуєте Ви індивідуалізацію фізичних навантажень для учнів СМГ?
8. Як часто здійснюється контроль функціонального стану учнів СМГ під час занять?

9. Чи використовуєте Ви оздоровчі, корекційні або реабілітаційні вправи у роботі з учнями СМГ?

10. Наскільки достатнім є матеріально-технічне забезпечення для проведення занять з учнями СМГ?

11. Чи співпрацюєте Ви з медичними працівниками під час організації фізичного виховання учнів СМГ?

12. Чи сприяють заняття з фізичного виховання покращенню фізичного стану учнів СМГ (на Вашу думку)?

13. Які інноваційні або сучасні методи Ви застосовуєте у фізичному вихованні учнів СМГ?

14. Чи потребуєте Ви додаткового методичного забезпечення або підвищення кваліфікації для роботи з учнями СМГ?

15. Які, на Вашу думку, напрями удосконалення фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи є пріоритетними?

Практичні завдання:

1. Охарактеризуйте стан здоров'я школярів СМГ різних вікових категорій (молодший, середній та старший шкільний вік).

2. Розкрийте функції фізичної культури СМГ.

3. Дискусія: питання для групового обговорення:

1. Чи відповідає сучасна система фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи реальним потребам дітей з ослабленим здоров'ям?
Аргументуйте відповідь, спираючись на чинні програми та власний педагогічний досвід / спостереження.

2. Спеціальна медична група: сегрегація чи форма інклюзивної підтримки?
Обґрунтуйте позицію з урахуванням принципів Нової української школи.

3. Які засоби фізичного виховання є найбільш ефективними для учнів СМГ: традиційні чи інноваційні (ігрові, релаксаційні, цифрові)?
Наведіть приклади та умови їх застосування.

4. Де межа між оздоровчим і надмірним фізичним навантаженням у СМГ?
Які індикатори повинен відстежувати вчитель фізичної культури?

5. Роль учителя фізичної культури у формуванні мотивації учнів спеціальної медичної групи до рухової активності.
Які педагогічні стратегії є найбільш дієвими?

6. Чи достатньо сьогодні уваги приділяється гігієнічному супроводу занять у СМГ?
Які ризики виникають у разі його недотримання?

4. Учні СМГ сприймають заняття фізичною культурою як формальну вимогу та демонструють низький рівень зацікавленості. Визначте причини зниження мотивації. Запропонуйте педагогічні прийоми підвищення інтересу до занять. Обґрунтуйте роль позитивного емоційного фону уроку.