

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

ОПОРНИЙ КОНСПЕКТ ЛЕКЦІЙ

**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. Опорний конспект лекцій з ОК «Методика викладання фізичної
культури в спеціальних медичних групах з гігієнічним супроводом». Луцьк, 2024.
176 с.

Опорний конспект лекцій з освітнього компонента «Методика викладання
фізичної культури в спеціальних медичних групах з гігієнічним супроводом»
спрямований на систематизацію теоретичних, медико-педагогічних і гігієнічних
засад організації фізичного виховання учнів, які за станом здоров'я віднесені до
спеціальних медичних груп. У матеріалах висвітлено нормативно-правові вимоги,
фізіологічні механізми впливу фізичних вправ, особливості планування та
проектування уроків, принципи дозування навантажень, педагогічного й
лікарського контролю, а також методичні підходи до роботи з учнями з різними
нозологічними формами. Конспект орієнтований на формування професійних
компетентностей майбутнього вчителя фізичної культури, здатного забезпечувати
індивідуалізоване, інклюзивне та безпечне освітнє середовище з дотриманням
санітарно-гігієнічних норм і здоров'язберезувальних принципів.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
Лекція 1. Фізичне виховання учнів спеціальної медичної групи: сучасний стан, завдання та засоби.....	8
Лекція 2. Нормативно-правове та санітарно-гігієнічне забезпечення фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи.....	22
Лекція 3. Фізіологічні та лікувально-профілактичні механізми впливу фізичних вправ на організм учнів з ослабленим здоров'ям.....	39
Лекція 4. Планування та організація освітнього процесу з фізичної культури в спеціальних медичних групах.....	49
Лекція 5. Проєктування структури та змісту уроку фізичної культури для учнів спеціальної медичної групи.....	62
Лекція 6. Педагогічний та лікарський контроль за дітьми з ослабленим здоров'ям.....	80
Лекція 7. Методика організації та індивідуалізації занять фізичною культурою для учнів з порушеннями опорно-рухового апарату.....	95
Лекція 8. Добір і реалізація безпечних засобів фізичного виховання для учнів із серцево-судинними захворюваннями.....	115
Лекція 9. Методичні підходи до фізичного виховання учнів із захворюваннями дихальної системи з урахуванням функціонального стану.....	127
Лекція 10. Методика фізичного виховання учнів з порушеннями обміну речовин.....	140
Лекція 11. Адаптація засобів і форм фізичного виховання для учнів з порушеннями зору.....	150
Лекція 12. Організація фізкультурно-оздоровчих занять для учнів із захворюваннями органів травлення.....	156
Лекція 13. Методика фізичного виховання учнів з порушеннями нервової системи та психоемоційної сфери.....	164
РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА.....	175

ВСТУП

Опорний конспект лекцій з освітнього компонента «Методика викладання фізичної культури в спеціальних медичних групах з гігієнічним супроводом» розроблено відповідно до освітньо-професійної програми підготовки здобувачів вищої освіти за спеціальністю 014 «Середня освіта (Фізична культура)» та спрямовано на формування професійної готовності майбутнього вчителя до роботи з учнями, які за станом здоров'я віднесені до спеціальних медичних груп.

Сучасні соціально-демографічні та медико-статистичні тенденції свідчать про зростання кількості дітей із хронічними захворюваннями, функціональними відхиленнями та тимчасовими порушеннями здоров'я. У цих умовах фізична культура перестає бути лише навчальною дисципліною і набуває оздоровчого, профілактичного та реабілітаційного значення. Саме тому підготовка фахівця, здатного здійснювати диференційоване, індивідуалізоване та безпечне фізичне виховання учнів спеціальних медичних груп, є одним із ключових завдань сучасної педагогічної освіти.

Метою освітнього компонента є 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. Реалізація цієї мети передбачає інтеграцію знань із педагогіки, анатомії, фізіології, спортивної медицини, гігієни, психології та методики фізичного виховання.

Освітній компонент спрямований на формування інтегральної компетентності майбутнього фахівця – здатності розв'язувати складні спеціалізовані завдання в галузі середньої освіти, що потребують комплексного застосування концептуальних методів освітніх наук, предметних знань та методичних підходів в умовах варіативності й невизначеності освітнього середовища. Особливе значення у межах цього курсу мають загальні компетентності, пов'язані з відповідальністю, командною взаємодією, адаптивністю та професійною мобільністю, а також

спеціальні (фахові) компетентності щодо добору адекватних форм, методів і засобів навчання, індивідуалізації навантаження, забезпечення безпечного й інклюзивного освітнього середовища.

Опорний конспект лекцій структуровано за логікою поступового засвоєння матеріалу – від теоретичних і нормативно-фізіологічних основ до організаційно-методичних та контрольнодіагностичних аспектів, а також специфічних методик фізичного виховання учнів із різними нозологічними формами. Зміст охоплює питання нормативно-правового забезпечення, санітарно-гігієнічних вимог, фізіологічних механізмів впливу фізичних вправ, планування та проєктування уроків, здійснення педагогічного й лікарського контролю, а також методики роботи з учнями, які мають порушення опорно-рухового апарату, серцево-судинної, дихальної, нервової систем, сенсорні порушення та розлади обміну речовин.

У структурі освітнього компонента «Методика викладання фізичної культури в спеціальних медичних групах з гігієнічним супроводом» забезпечується послідовне формування інтегральної, загальних та спеціальних (фахових) компетентностей здобувачів освіти через логічно вибудовану систему змістових модулів.

Змістовий модуль I, присвячений теоретичним, нормативно-правовим і фізіологічним основам фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи, сприяє формуванню інтегральної компетентності (ІК1), оскільки передбачає здатність застосовувати концептуальні положення освітніх наук, анатомії, фізіології та спортивної медицини для розв'язання складних професійних завдань. Опрацювання тем, пов'язаних із нормативно-правовим та санітарно-гігієнічним забезпеченням, забезпечує розвиток загальної громадянської компетентності (ЗК-1) та спеціальної компетентності СК16 щодо створення безпечних умов освітнього процесу. Водночас засвоєння фізіологічних механізмів впливу фізичних вправ корелює з формуванням СК5 (урахування вікових та індивідуальних особливостей) і забезпечує досягнення програмних результатів ПРН 3, ПРН 9 та ПРН 10, що передбачають використання знань анатомії, фізіології та дотримання санітарно-гігієнічних норм.

Змістовий модуль II, який охоплює планування, організацію освітнього процесу та здійснення педагогічного і лікарського контролю, безпосередньо спрямований на формування спеціальних компетентностей СК3, СК5, СК11 і СК13, що відображають здатність добирати доцільні форми, методи та засоби навчання, проєктувати структуру уроку, регулювати фізичні навантаження з урахуванням функціонального стану учнів. У межах цього модуля реалізуються програмні результати ПРН 4 (планування і моделювання уроків), ПРН 5 (навчання рухових дій та їх індивідуалізація), ПРН 8 (аналіз рухової діяльності та контроль) і ПРН 10 (профілактика травматизму). Водночас розвивається загальна компетентність ЗК-7, що передбачає інтеграцію теоретичних знань і практичних навичок у типових і нетипових педагогічних ситуаціях.

Змістовий модуль III, присвячений методиці фізичного виховання учнів з порушеннями опорно-рухового апарату, серцево-судинної та дихальної систем, забезпечує поглиблення спеціальних компетентностей СК5, СК13 та СК16. Саме в межах цього модуля формується здатність індивідуалізувати зміст занять, забезпечувати їх безпечність і поступовість розвитку фізичних якостей. Реалізуються програмні результати ПРН 3 (урахування вікових та індивідуальних особливостей), ПРН 5 (корекція рухових умінь), ПРН 9 (добір безпечних засобів фізичного виховання) та ПРН 10 (забезпечення профілактики травматизму).

Змістовий модуль IV, що охоплює методику роботи з учнями з порушеннями обміну речовин, сенсорними та нервовими порушеннями, сприяє формуванню компетентностей СК7, СК10, СК11 і СК16, які пов'язані зі створенням психологічно комфортного, інклюзивного та безпечного освітнього середовища. Особлива увага приділяється здатності керувати власними емоційними станами, підтримувати позитивний емоційний фон взаємодії та застосовувати адаптивні методики навчання. У межах цього модуля забезпечується досягнення ПРН 3, ПРН 7, ПРН 9 та ПРН 11, що передбачають створення інклюзивного середовища, організацію освітнього процесу з урахуванням психоемоційних особливостей учнів і впровадження здоров'язбережувальних технологій.

Таким чином, усі змістові модулі освітнього компонента логічно взаємопов'язані та спрямовані на досягнення комплексних програмних результатів навчання, формування професійної готовності майбутнього вчителя фізичної культури до організації безпечного, індивідуалізованого та інклюзивного фізичного виховання учнів спеціальних медичних груп із обов'язковим гігієнічним супроводом.

Опорний конспект лекцій має на меті не лише систематизацію теоретичних знань, а й формування професійного мислення майбутнього вчителя фізичної культури, здатного відповідально, науково обґрунтовано та гуманістично здійснювати фізичне виховання учнів спеціальних медичних груп. Його опрацювання сприятиме підготовці конкурентоспроможного фахівця, який володіє сучасними здоров'язберезувальними, індивідуалізованими та інклюзивними підходами до організації освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти.

Лекція 1

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

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

План

1. Сучасний стан і перспективи удосконалення фізичного виховання учнів у спеціальної медичної групи.
2. Мета, завдання, принципи, функції фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи.
3. 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.

1. Сучасний стан і перспективи удосконалення фізичного виховання учнів у спеціальної медичної групи.

Здоров'я людини формується змалку і є найвищою життєвою цінністю, яку неможливо придбати чи отримати миттєво. Воно потребує постійної турботи, свідомого ставлення та готовності докладати зусиль для його збереження і зміцнення протягом усього життя. Усвідомлення цієї істини має формуватися завдяки цілеспрямованій роботі батьків, учителів і вихователів, які повинні не лише пояснювати значення здорового способу життя теоретично, а й демонструвати його власним прикладом. Особливої ваги це набуває для дітей, які вже мають певні порушення здоров'я та потребують підтримки й мотивації до активної участі в оздоровчій діяльності.

Організація фізичного виховання учнів, віднесених за станом здоров'я до спеціальних медичних груп, є важливим напрямом роботи сучасної школи. Ця категорія дітей потребує професійного, уважного та індивідуалізованого підходу з боку вчителів фізичної культури й медичних працівників, оскільки рівень захворюваності серед школярів залишається високим і має тенденцію до зростання. Лише систематично організований, науково обґрунтований і гігієнічно