

Секция «Исследования в области физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности»

Организация работы по физическому воспитанию учащихся специальных медицинских групп

Кильдяев Всеволод Андреевич

Студент (бакалавр)

Мордовский государственный педагогический университет им. М. Е. Евсевьева, Саранск, Россия

E-mail: Sevkill777@yandex.ru

Организация работы по физическому воспитанию учащихся специальных медицинских групп

Кильдяев Всеволод Андреевич

Студент (бакалавр)

Мордовский государственный педагогический университет имени М.Е. Евсевьева, факультет физической культуры, Саранск, Россия

E-mail: <mailto:Sevkill777@yandex.ru>

Современные условия жизни ставят перед системой образования все более сложные задачи по сохранению и укреплению здоровья подрастающего поколения. Особое внимание требует работа с учащимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья, объединенными в специальные медицинские группы (СМГ). Отсутствие должной организации и методической грамотности в работе с данной категорией детей может привести не только к отсутствию положительного эффекта от занятий физической культурой, но и к ухудшению состояния их здоровья.

Эффективная организация физического воспитания учащихся специальных медицинских групп (СМГ) достигается путем применения комплексного, индивидуализированного и дифференцированного подхода, основанного на тесном взаимодействии медицинских, педагогических и психологических специалистов, с целью укрепления их здоровья, развития физических качеств и формирования устойчивой мотивации к здоровому образу жизни.

Цель исследования заключается в теоретическом обосновании и систематизации организации педагогических условий, обеспечивающих эффективность процесса физического воспитания учащихся специальных медицинских групп (СМГ) для коррекции их состояния здоровья и повышения уровня функциональных возможностей.

Основные особенности работы с СМГ:

1) Нозологический подход: Комплектование групп и подбор физических упражнений осуществляются на основе первичного диагноза и рекомендаций врача, что требует от педагога знаний в области частной патологии и реабилитологии.

2) Специфическая структура занятия: Удлинение подготовительной (до 20 мин) и заключительной (до 10 мин) частей урока. Это необходимо для постепенной адаптации сердечно-сосудистой системы к нагрузке и обеспечения полноценного восстановления после неё.

3) Ограничение интенсивности нагрузок: Моторная плотность урока ниже стандартной. ЧСС (пульс) строго контролируется и в основной части занятия обычно не превышает 130–150 ударов в минуту, исключая фазы выраженного утомления.

4) Исключение противопоказанных движений: Из программы полностью изымаются упражнения, связанные с задержкой дыхания (натуживанием), резкими ускорениями, прыжками в полную силу и значительным отягощением, которые могут спровоцировать обострение заболеваний.

5) Акцент на специальные упражнения: Включение в каждое занятие блоков дыхательной гимнастики, упражнений на формирование правильной осанки, развитие координации и психоэмоциональную релаксацию.

6) Особая система оценивания: Переход от нормативного метода (сдача зачетов на скорость/силу) к критериальному методу, где оценивается прилежание, теоретические знания, качество освоения техники движений и индивидуальный прогресс учащегося относительно его стартовых показателей.

7) Непрерывный мониторинг: Обязательное ведение учащимися «дневников самоконтроля» и регулярное проведение учителем функциональных проб (например, проба Руфье или Штанге) для оценки адекватности нагрузок.

Источники и литература

1) Медведева, Л. Е. Организация и методика проведения занятий в специальной медицинской группе : учебное пособие / Л. Е. Медведева, Ю. А. Мироненко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Омск : СибГУФК, 2020. — 144 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/242114> (дата обращения: 17.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2) Кокурина, Е. Н. Физическое воспитание студентов специальной медицинской группы : учебно-методическое пособие / Е. Н. Кокурина, Н. В. Южакова, Е. П. Удалова. — Москва : Дело РАНХиГС, 2019. — 92 с. — ISBN 978-5-7786-0750-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/469727> (дата обращения: 17.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3) Лазарева, Э. А. Теоретический материал для занятий со специальной медицинской группой по физической культуре : монография / Э. А. Лазарева, Л. В. Коновалова, В. В. Вавилов. — Ульяновск : УлГУ, 2022. — 172 с. — ISBN 978-5-88866-905-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/382877> (дата обращения: 17.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.