

Организация физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем

Н.В. Тиванюк
МОУ гимназия № 86,
г. Нижний Тагил

Специальную медицинскую группу (СМГ) условно можно разделить на две подгруппы: подгруппу «А» (обучающиеся с обратимыми заболеваниями, которые после лечебно-оздоровительных мероприятий могут быть переведены в подготовительную группу, и подгруппу «Б» (обучающиеся с патологическими отклонениями – необратимыми изменениями).

Основные *задачи* физического воспитания учащихся, отнесенных к СМГ:

- ✓ укрепление здоровья, ликвидация или стойкая комплектация нарушений, вызванных заболеванием;
- ✓ улучшение показателей физического развития;
- ✓ освоение жизненно важных двигательных умений, навыков и качеств;
- ✓ постепенная адаптация организма к воздействию физических нагрузок, расширение диапазона функциональных возможностей физиологических систем организма;
- ✓ закаливание и повышение сопротивляемости защитных сил организма;
- ✓ формирование волевых качеств личности и интереса к регулярным занятиям физической культурой;
- ✓ воспитание сознательного и активного отношения к ценности здоровья и здоровому образу жизни;
- ✓ овладение комплексами упражнений, благоприятно воздействующими на состояние организма обучающегося с учётом имеющегося у него заболевания
- ✓ обучение правилам подбора, выполнения и самостоятельного формирования комплекса упражнений утренней гигиенической гимнастики с учётом рекомендаций врача и педагога;
- ✓ обучение способам самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера;
- ✓ соблюдение правил личной гигиены, рационального режима труда и отдыха, полноценного и рационального питания.

Занятия со СМГ следует проводить отдельно, чтобы щадить психику детей и избегать излишнего напряжения. Гимназия работает в одну смену, поэтому все занятия в СМГ проводятся после уроков. Как правило,

формируются три медицинские группы: 7-11 лет, 12-14 лет и 15-17 лет. Занятия проводятся два раза в неделю (понедельник, пятница). Кроме того, учащиеся посещают уроки физической культуры с остальными школьниками, если они проводятся в спортивных залах гимназии (исключение – бассейн и лыжная база), где выполняют дыхательные упражнения, корригирующую гимнастику и т.д.

Основной формой занятий с учащимися СМГ является уроки физической культуры, которые носят комплексный характер. Часть урока включает обучение учащихся новым двигательным действиям и упражнениям, он соотносится с программным содержанием. Второй фрагмент связан с решением оздоровительных задач: учащиеся приступают к выполнению учебных заданий (комплексов упражнений с корригирующей направленностью). В третьем фрагменте предусматривается развитие основных физических качеств, при этом учитель наблюдает и контролирует функциональное состояние учащихся по внешним признакам и показаниям частоты сердечных сокращений.

Итоговая отметка по физической культуре в группах СМГ выставляется с учётом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), а также с учётом динамики физической подготовленности и прилежания.

Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре учащихся, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья, должен быть сделан на стойкой их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамики их физических возможностей. При самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях обучающихся, которые обязательно должны быть замечены учителем и сообщены учащемуся (родителям), выставляется положительная отметка.

Положительная отметка должна быть выставлена также обучающемуся, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия по физической культуре, старательно выполнял задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми значениями в области физической культуры.

В аттестате об основном общем образовании и среднем (полном) общем образовании обязательно выставляется отметка по физической культуре.