

УДК 796.011.3-056.24:373.3/5

Захарова О.М.¹, Сметанін С.В.²

¹ старш. викл. НУ «Запорізька політехніка»

² старш. викл. НУ «Запорізька політехніка»

НАПРЯМКИ ОРГАНІЗАЦІЙНОЇ РОБОТИ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗІ ШКОЛЯРАМИ, ВІДНЕСЕНИМИ ДО СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

Анотація. Були розглянуті напрямки організаційної роботи на уроках фізичної культури зі школярами, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи. Визначено, що з метою створення в школі здоров'язберігаючого середовища необхідно забезпечувати системність, систематичність, комплексність заходів, здійснювати діяльнісний та програмно-цільовий підходи. Зазначені шляхи до організації головної складової освітнього процесу – уроку та вказано способи оцінки його якості з погляду здоров'язбереження школярів з урахуванням дистанційного або змішаного формату його проведення.

Ключові слова: здоров'я, школярі, спеціальні медичні групи, здоров'язбереження, урок фізкультури.

Abstract. The directions of organizational work in physical education lessons with schoolchildren who are classified as special medical groups due to their health status were considered. It was determined that in order to create a health-preserving environment in school, it is necessary to ensure systematicity, systematicity, and comprehensiveness of measures, to implement activity-based and program-targeted approaches. The ways of organizing the main component of the educational process - the lesson - are indicated, and methods of assessing its quality from the point of

view of preserving the health of schoolchildren are indicated, taking into account the distance or mixed format of its implementation.

Key words: health, schoolchildren, special medical groups, health care, physical education lesson.

Здоров'язберігаючі освітні технології (ЗОТ) фахівці розглядають як технологічну основу здоров'язберігаючої педагогіки. Стверджується, що вона є однією з найперспективніших систем XXI століття. Також вона описується як сукупність прийомів, форм та методів організації навчання школярів без шкоди для їхнього здоров'я. Значна увага в сучасних дослідженнях звертається щодо якісної характеристики будь-якої педагогічної технології за критерієм її впливу на здоров'я учнів та педагогів.

В наш час загострилася проблема визначення підходів до організації головної складової освітнього процесу – уроку та способів оцінки якості з точки зору здоров'язбереження з урахуванням особливостей проведення занять у дистанційному або змішаному форматі.

Актуальність даного питання обумовлена потребою кожної людини, суспільства і держави у здоров'язберігаючій освіті. Багато років дитина знаходиться у межах освітніх закладів, і тому ціннісне ставлення до здоров'я не може формуватися без участі педагогів [1].

Довгий час наша освіта не приділяла належної уваги збереженню, зміцненню та розвитку здоров'я, уникала оцінок впливу педагогічного процесу на психічний стан учнів, не розглядала освітні технології з точки зору здоров'язберігаючої спрямованості. Така ситуація превалювала на практиці, хоча теоретична складова цього питання активно доповнювалася [2].

Отже, практика оголила реальний стан ситуації. Судячи зі статистики, лише мала частина випускників належать до умовно здорових. Таким чином, кожному вчителю в своїй роботі необхідно враховувати, що присутня на уроці дитина, як правило, не є повністю здоровою.

Після аналізу літературних та інтернет-джерел і проаналізувавши причини шкільних хвороб, було зроблено висновок про необхідність вирішення цієї проблеми в галузі здоров'язбереження комплексно. З цією метою було вирішено розглянути організаційну роботу з учнями, віднесеними до спеціальної медичної групи. Ця проблема особливо актуальна, оскільки на сьогоднішній день практично відсутній чіткий узаконений перелік захворювань та патологічних станів, що є підставою для звільнення від занять фізичною культурою або зарахування дітей до спеціальних медичних груп.

Загальною стратегією спеціальних медичних груп, на наш погляд, повинно стати формування фізичної культури особистості. Метою роботи треба визначити якісний, максимально ефективний вплив на певні м'язові групи, системи та функції організму за допомогою комплексу лікувального впливу. Досягнення поставленої мети передбачає вирішення низки завдань:

- зміцнення здоров'я, поліпшення постави, профілактика плоскостопості, сприяння гармонійному фізичному розвитку, вироблення стійкості до несприятливих умов зовнішнього середовища, зниження захворюваності;

- оволодіння основами різноманітних життєво важливих рухів;

- розвиток координаційних та силових параметрів рухів, рівноваги, ритму, швидкості та точності реагування на сигнали;

- формування мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури, засвоєння елементарних знань про особисту гігієну, режим дня, про здоровий спосіб життя, вплив фізичних вправ на стан здоров'я, працездатність та розвиток рухової активності;

Основними засобами для розв'язання даних завдань були визнані:

- загальнорозвиваючі вправи;

- спеціальні вправи;

- вправи для домашнього виконання;

- робота із батьками;

- проведення занять на свіжому повітрі (за можливістю).

Для вирішення поставлених завдань рекомендовано виконання наступних умов:

- навчально-виховний процес проводити з урахуванням індивідуального підходу до кожного школяра, рухові дії підбирати в залежності від рівня розвитку дитини, виду та тяжкості захворювання. Тривалість занять, інтенсивність та кількість повторень рухових дій також необхідно визначати з урахуванням індивідуальних здібностей тих, хто займається, а також у міру засвоєння ними цих дій [3];

- на уроках фізичної культури використовувати сучасні здоров'язберігаючі технології: антистресова пластична гімнастика, дихальні вправи, елементи танців та рухливих ігор;

- посилити освітню спрямованість навчально-виховного процесу, використовуючи варіативну частину навчального плану;

- формувати мотивацію до фізичного вдосконалення, зміцнення власного здоров'я через систему самостійних занять з фізичної культури з використанням спеціального «Щоденника здоров'я»;

- приділяти увагу саморефлексії при оволодінні навичками фізичного самовдосконалення та ведення індивідуального самоконтролю, при заповненні щоденника;

- школярі спеціальної медичної групи повинні навчатися здоровому способу життя за індивідуальними програмами;

- школярі можуть вибирати фізичні вправи за інтересами, потребами та мотивацією, отримуючи задоволення від занять фізичною культурою, від поліпшення фізичного розвитку та загального стану;

- в режим дня школярів необхідно включити обов'язкові домашні вправи;

- проводити моніторинг педагогічних, фізіологічних та соціально-психологічних показників.

Провідним принципом роботи з учнями спеціальної медичної групи треба обрати диференційований підхід, дозування навантажень з урахуванням індивідуальних особливостей.

Ми вважаємо, що належна ефективність занять може бути повністю забезпечена лише при творчому використанні дидактичних принципів, що підтверджується науковими дослідженнями [4]. Таким чином, в роботі зі школярами, віднесеними до спеціальної медичної групи, необхідно враховувати:

- принцип всебічності, який ґрунтується на фізіологічних положеннях про взаємозв'язок та взаємозумовленість функцій і фізичних якостей та передбачає гармонійний розвиток організму;

- принцип свідомості, який спрямований на виховання у тих, хто займається глибокого розуміння ролі і значення занять, що проводяться з метою зміцнення їх ослабленого здоров'я, а також підвищення розумової працездатності;

- принцип поступовості, який передбачає послідовне, але неухильне збільшення складності вправ та перехід від менш важких до більш складних;

- принцип повторності, який ґрунтується на фізіологічних даних про значення повторних впливів для утворення рухового стереотипу навички;

- принцип індивідуалізації, який передбачає використання засобів фізичної культури, що відповідають стану здоров'я, віково-статевим, функціонально-психологічним особливостям даного контингенту школярів та є доступними.

Отже, основним резервом здоров'язберігаючої діяльності був і залишається урок, у якому сконцентровані проблеми сучасної школи, а вирішення залежить від професіоналізму вчителя. Цілеспрямована та систематична робота з реалізації ідей здоров'язбереження дозволить досягти позитивних результатів, що вкрай важливо при дистанційному або змішаному форматі освітнього процесу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Організація занять у спеціальній медичній групі. Освітній проект «На Урок» для вчителів. URL: <https://naurok.com.ua/organizaciya-zanyat-u-specialniy-medichniy-grupi-395830.html>

2. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах: метод. рек./ уклад. Т.Я. Белей. м. Берислав: КЗ «Берисл. мед. Коледж» Херсон. облради, 2018. 50 с.

3. Бісмак О. В. Лікувальна фізична культура у спеціальних медичних групах: навч. посіб. Харків: Вид-во Бровін О. В., 2010. 202 с.

4. Методика проведення фізичної культури в спеціальних медичних групах: навч.-метод. посіб./ уклад.: О.Д. Гауряк, Л.Г. Доцюк. Чернівці: Чернів. нац. ун-т, 2021. 156 с.