



**Міністерство освіти і науки України  
Національний педагогічний університет  
імені М. П. Драгоманова  
Факультет фізичного виховання, спорту та здоров'я**



**«Організація уроків з фізичної культури  
учнів 7 класу, які за станом здоров'я  
віднесені до спеціальної медичної групи»**

*Виконав: студент 2 курсу 21 мФВ  
групи*

*денної форми навчання*

*факультету фізичного виховання  
спорту та здоров'я*

*Малько Сергій Володимирович*

**Науковий керівник –  
кандидат педагогічних наук,  
ст. викладач  
Малечко Тетяна Анатоліївна**



Київ - 2019

# \* АКТУАЛЬНІСТЬ

- \* 40% школярів страждають хронічними соматичними захворюваннями
- \* Кількість школярів СМГ в різних регіонах держави сягає 30-40%
- \* За даними досліджень лише 2,3% дітей підліткового віку можна зарахувати до основної медичної групи.

# \* Мета дослідження



**Мета роботи:**  
розробити зміст уроків  
з фізичної культури  
учнів 7 класу, які за  
станом здоров'я  
віднесені до  
спеціальної медичної  
групи з урахуванням їх  
діагнозу.

# Завдання дослідження



Проаналізувати сучасні підходи до фізичного виховання учнів 7 класу з відхиленнями у стані здоров'я у сучасній педагогічній теорії.



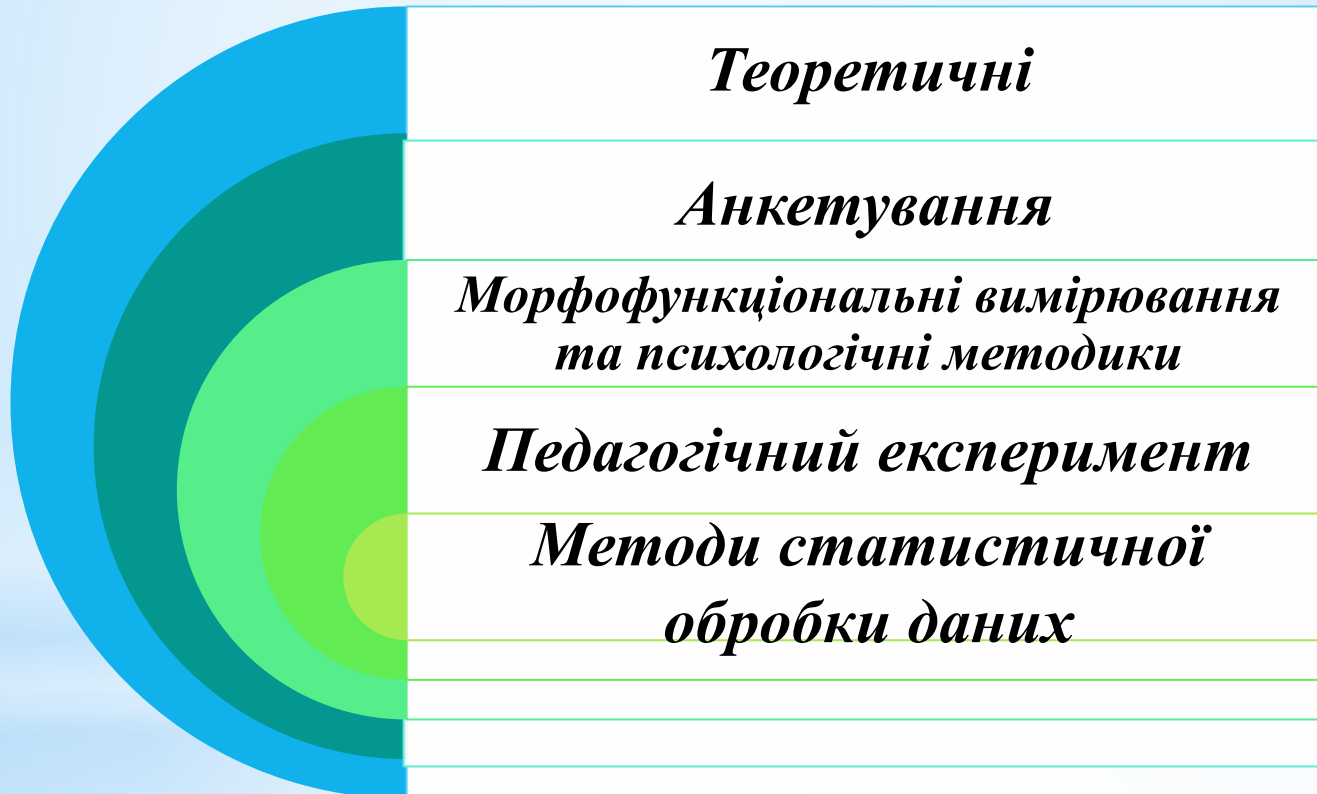
Вивчити практичний досвід організації уроків фізичної культури, особливості захворюваності; дослідити психофізичний та мотиваційний стан учнів 7 класу, які віднесені до спеціальної медичної групи.



Визначити особливості організації учнів 7 класу, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи.

- \* **Об'єкт дослідження** – освітній процес на уроках фізичної культури учнів 7 класу, які віднесені до спеціальної медичної групи.
- \* **Предмет дослідження** – уроки фізичної культури учнів-підлітків з відхиленнями у стані здоров'я.

# Методи дослідження



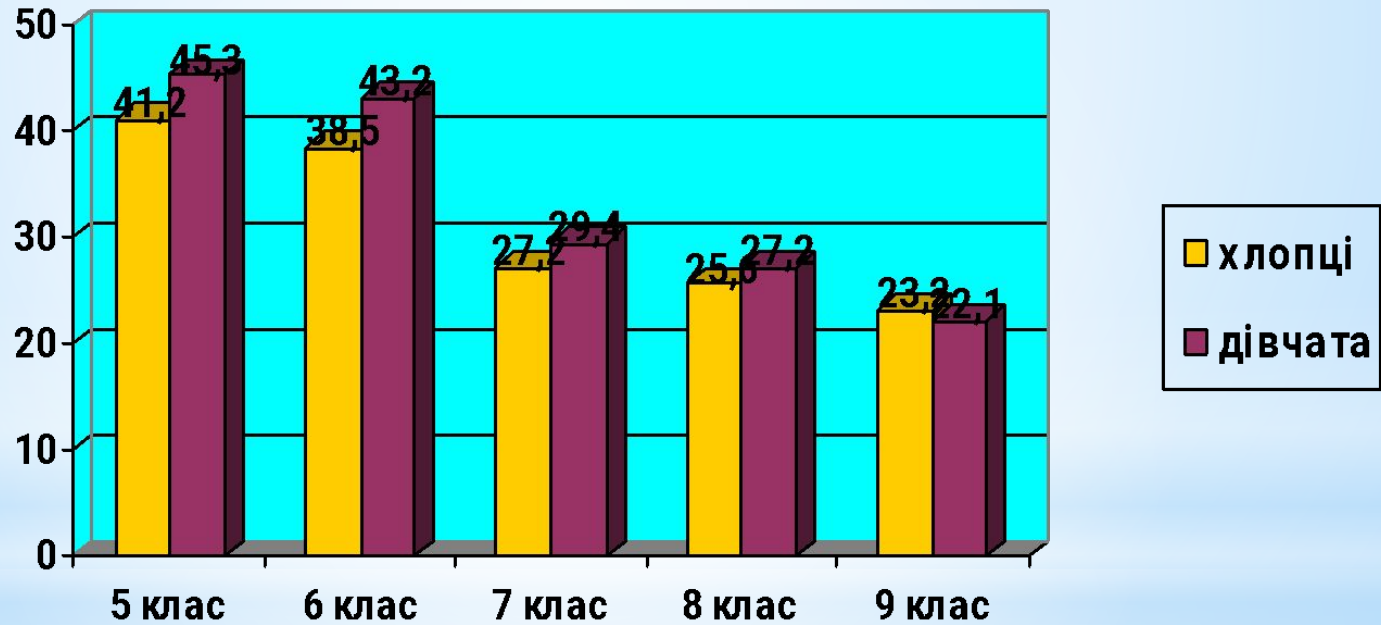
# \* Організація дослідження

На першому етапі зроблено огляд літератури, присвяченої даній проблемі. На основі опрацьованих літературних даних виявлено проблемну ситуацію та обрано шляхи її дослідження.

На другому етапі (грудень 2018 - травень 2019) педагогічний експеримент, під час якого були проведені психодіагностичні та фізіометричні дослідження, визначено мотивацію учнів-підлітків до уроків з фізичної культури. Обґрунтовано необхідність врахування діагнозу захворювання та індивідуально-типологічних показників при організації уроку з фізичної культури.

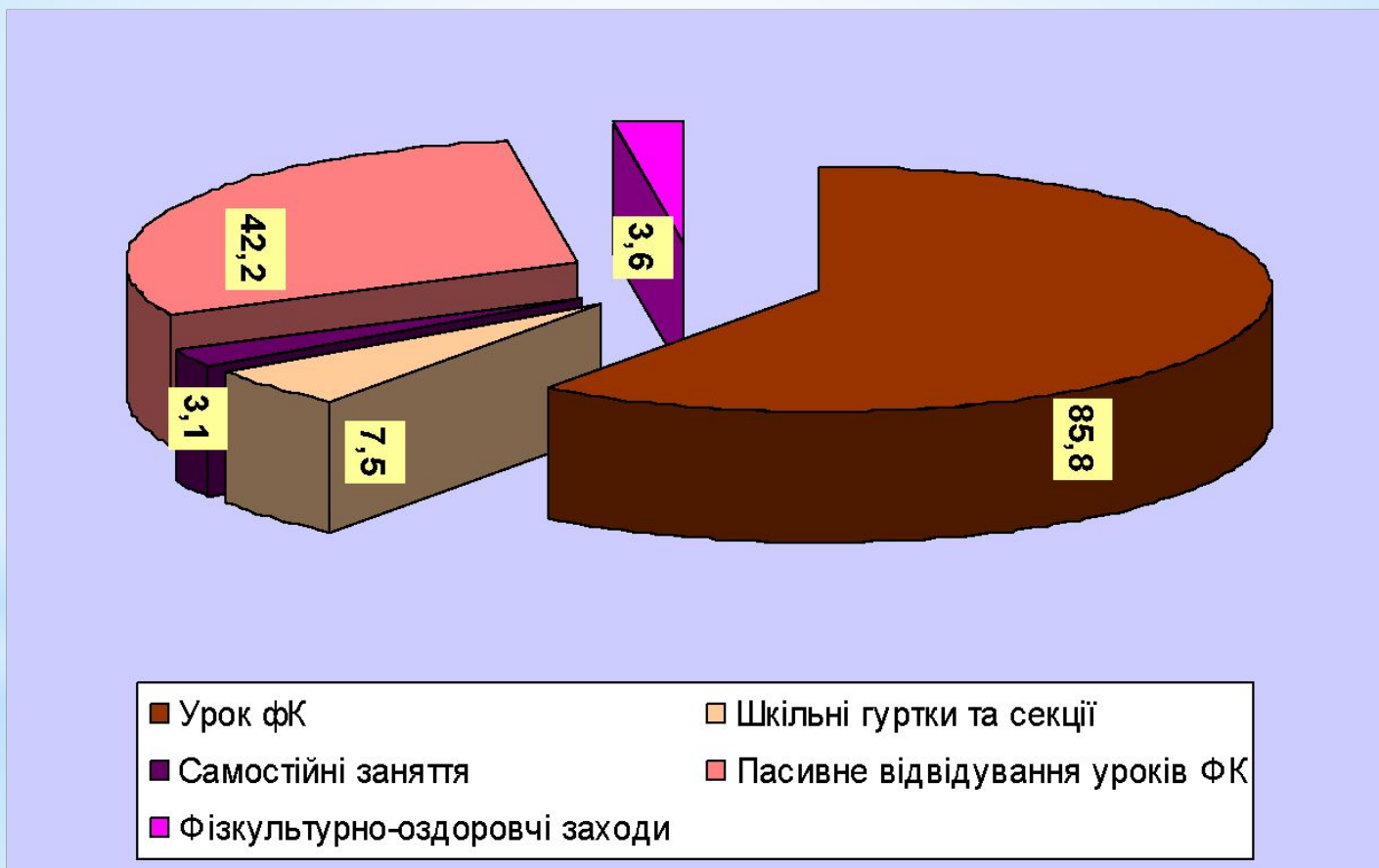
На третьому етапі (вересень 2019 – листопад 2019), здійснено аналіз отриманих результатів, сформульовано висновки роботи. У дослідженні взяло участь 56 учнів 7-А та 7-Б класів закладу загальної середньої освіти №169 (м. Київ).

## Мотивація до уроків фізичної культури учнів 5-9 класів з відхиленнями в стані здоров'я.

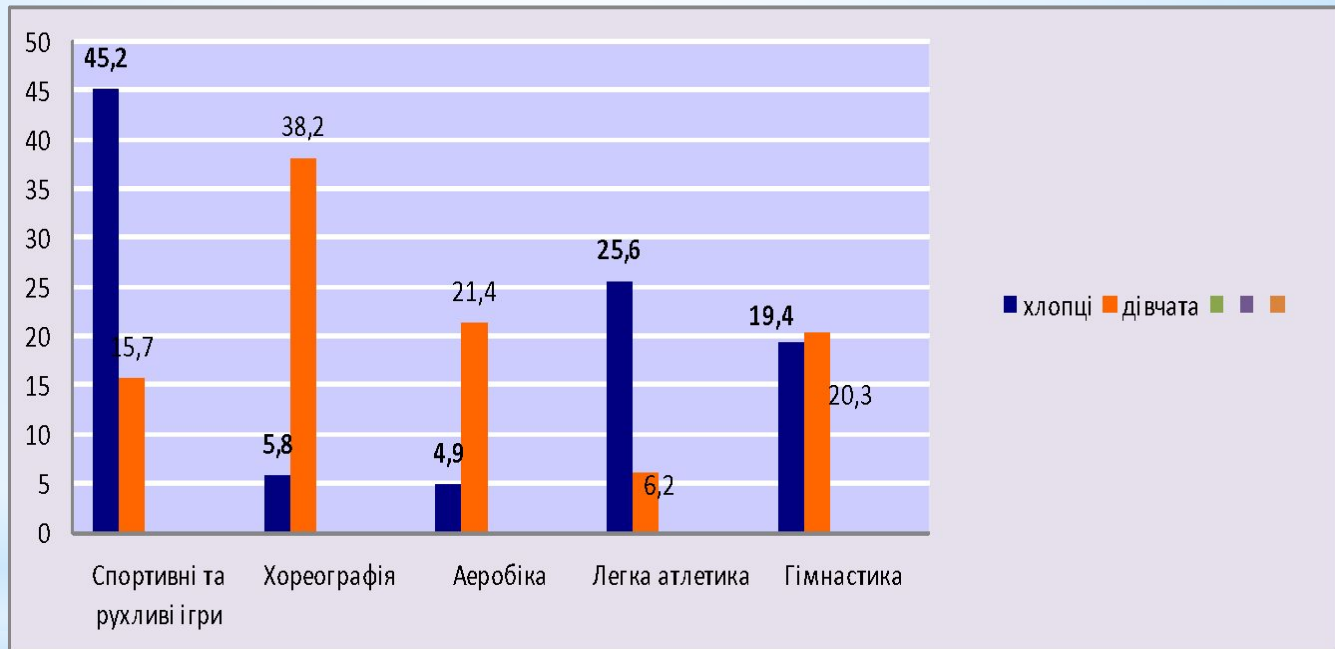




\* **Форми фізичного виховання, що відвідують учнів 7-х класів з відхиленнями в стані здоров'я**



# \* Фізкультурно-спортивні інтереси учнів 7-х класів спеціальної медичної групи



**\* Характеристика показників фізичного здоров'я хлопців та дівчат 12-13 років з відхиленнями у стані здоров'я**

| Стать          | Масо-зростовий індекс, кг/м <sup>2</sup> | Життєвий індекс, мл/кг | Силовий індекс, % | проба Мартіне-Кушелєвського, ум.од. |
|----------------|--|------------------------|-------------------|-------------------------------------|
| хлопці (n=25)  | 17,4±1,2                                 | 55,2±8,4               | 62,5±7,2          | 98,1±7,3                            |
| дівчата (n=31) | 18,2±1,5                                 | 43,8±4,6               | 46,2±6,1          | 95,3±1,8                            |

**\* Показники емоційного стану хлопців та дівчат 7-х класів років, які мають відхилення в стані здоров'я, бали**

| Стать          | Самопочуття | Активність | Настрій   |
|----------------|-------------|------------|-----------|
| хлопці (n=25)  | 4,5 бали    | 2,8 балів  | 4,6 балів |
| дівчата (n=31) | 3,2 бали    | 3,1 бал    | 5,1 бал   |

**\* Особливості організації уроків з фізичної культури для учнів, які мають протипоказання відповідно до діагнозу захворювання**

| Рухові протипоказання                            | Приклади  |   |
|--|---|---|
|  | Стандартне рухове завдання  | Оптимізоване рухове завдання  |
| Вправи з натужуванням                            | Піднімання тулуба в сід з положення лежачи  | Піднімання прямих або зігнутих ніг з положення лежачи.  |
|  | Підтягування у висі   | Підтягування у висі лежачи  |
|  | Виси і упори, що передбачають статичне напруження   | Імітація цих вправ в положенні лежачи з гімнастичною палкою   |
| Вправи на витривалість                           | Рівномірний біг на довгі дистанції  | Дозована ходьба, плавання.  |
| Швидкісні вправи,                                | Біг на короткі дистанції  | Ходьба на місті в максимально можливому темпі, кидки м'яча в стіну  |
| Швидкісно-силові вправи                          | Метання м'яча з розбігу на дальність  | Метання м'яча з місця на дальність  |
| Вправи з різкою зміною положення тіла в просторі | Стійка на голові та руках, перекиди вперед, назад, гімнастичний «міст», підйом переворотом в упор | Рівновага на лівій (правій) стійка на лопатках», Підвідні вправи, виконання з допомогою вчителя.  |
| Вправи з навантаженням на хребет, струси тіла    | Різновиди стрибків  | Спеціальні вправи для зміцнення м'язів гомілки, стопи, зміцнення м'язового корсету. Підвідні вправи. Ходьба на носках, на п'ятках, вправи з предметами, ходьба по похилій поверхні, помірної ходьба на лижах, нордична ходьба плавання. |

Дякую за  
увагу!

