

A blue silhouette of a person running, positioned in the background of the slide. The person is in a dynamic, forward-leaning pose, suggesting movement and progress. The silhouette is semi-transparent, allowing the text to be visible through it.

Особенности врачебно-педагогического контроля за школьниками

Курбанбаев Фархад Мадаминович



Введение

- Среди актуальных проблем физического воспитания значительное место занимает такая специфическая проблема, как развитие основных физических (двигательных) качеств.
- Важную роль здесь играют не только пути развития и совершенствования, но и средства контроля, особенно педагогического.



Введение

- **Основная задача** этих наблюдений - совершенствование учебно-тренировочного процесса с целью получения наилучшего эффекта.
- Такая задача может быть решена плодотворно с участием врача, хорошо знающего спорт, методы планирования, а педагог-тренер, в свою очередь, должен обладать необходимыми медицинскими знаниями.



Задачи врачебно-педагогического контроля

- уточнение в планировании учебно-тренировочного процесса,
- дозировка физических нагрузок в недельном цикле,
- определение длительности интервалов отдыха между упражнениями и тренировками,
- нахождение наиболее рационального сочетания различных средств тренировок и т.п.



Практическая реализация врачебно-педагогического контроля

- осуществляется в системе специально реализуемых проверок, включаемых в содержание **занятий по физическому воспитанию, либо тренировочных занятий.**



Методы врачебно-педагогического контроля

- не требующие сложной аппаратуры, отличающиеся простотой методики оценки
- (визуальное наблюдение, определение частоты дыхания, измерение артериального давления, веса тела, различные координационные пробы и др.)



Методы врачебно-педагогического контроля

- требующие довольно сложной аппаратуры и специально подготовленных людей, проводящих контроль (электрокардиография и др.)



Три вида проверок (контроля):

- **предварительную** (прием первичных контрольных нормативов);
- **текущую** (отмечается преподавателем-тренером в журнале или дневнике);
- **итоговую** (прием государственных тестов).



Врачебный контроль

- научно-практический раздел медицины, изучающий вопросы физического развития, функционального состояния и состояния здоровья человеческого организма в процессе занятий физическими упражнениями и спортом.
- Врачебный контроль является основным разделом спортивной медицины.



Цель врачебного контроля

- *всемерное содействие эффективности процесса физического воспитания, правильному использованию средств физической культуры.*
- Он призван исключить все условия, при которых могут появляться отрицательные воздействия от занятий физическими упражнениями и спортом на организм занимающихся.



Показатели функционального состояния отдельных систем организма

• Дыхательная система

- Проба с задержкой дыхания. Определяется время (в с), в течение которого исследуемый способен задержать дыхание после 3-х глубоких вдохов.
- У здоровых детей длительность задержки составляет: 6 лет - 16 с, 7 лет - 26 с, 8 лет - 32 с, 9 лет - 34 с, 10 лет - 39 с, 12 лет - 42 с, 13 лет - 39 с.
- ЖЕЛ



Показатели функционального состояния отдельных систем организма

- Уровень максимального потребления кислорода (МПК).
- МПК характеризует аэробные возможности организма и является основой общей выносливости, играющей важную роль в "стабилизации" здоровья.

Гигиенические нормы суточной двигательной активности в детском и подростковом возрасте (по А.Г. Сухареву)

Возрастная группа	Локомоции (цифры в тыс.)	Условный километраж, ходьба, бег	Величина энерготрат, кал.-сут.	Двигательная активность	
				Продолжительность, часы	Доля, в %
дошкольный (дошколята)	15-20	7,5-10,0	2500-3000	3,0-3,6	12-15
школьный (школьники)	20-25	12,0-17,0	3000-4000	3,6-4,8	15-20
подростковый (подростки)	25-30	18,0-23,0	3,500-4,300	4,8-5,8	20-24
взрослый (взрослые)	20-25	15,0-20,0	3000-40000	3,6-4,8	

