

Особенности методики проведения занятий специальной медицинской группы

*Г.М. Негодяева
учитель физической культуры
ГБОУ СОШ №1
Образовательный центр»
с. Кинель-Черкассы*



▣ Педагогические и медико-биологические исследования и повседневные наблюдения свидетельствуют о том, что ослабленным, в силу различных причин, детям особенно необходимы правильно организованные занятия физической культурой, поскольку мышечная работа способствует активной мобилизации жизненно важных свойств организма – выносливости, силы, быстроты, гибкости, а также воспитанию волевых качеств, необходимых для преодоления физических, эмоциональных и умственных напряжений.





Организация деятельности СМГ

- В связи с особой значимостью роли занятий физической культурой для детей, отнесенных к СМГ, в нашей школе создаются условия для организации занятий СМГ не только для младших школьников, но и для учащихся среднего и старшего звена.
- на основании медицинских справок ,
- заявлений родителей учащихся 1 – 11 классов,
- формирование 2-х смешанных групп:
 - учащиеся 1 – 6 классов;
 - учащиеся 7 – 11 классов.



Условия

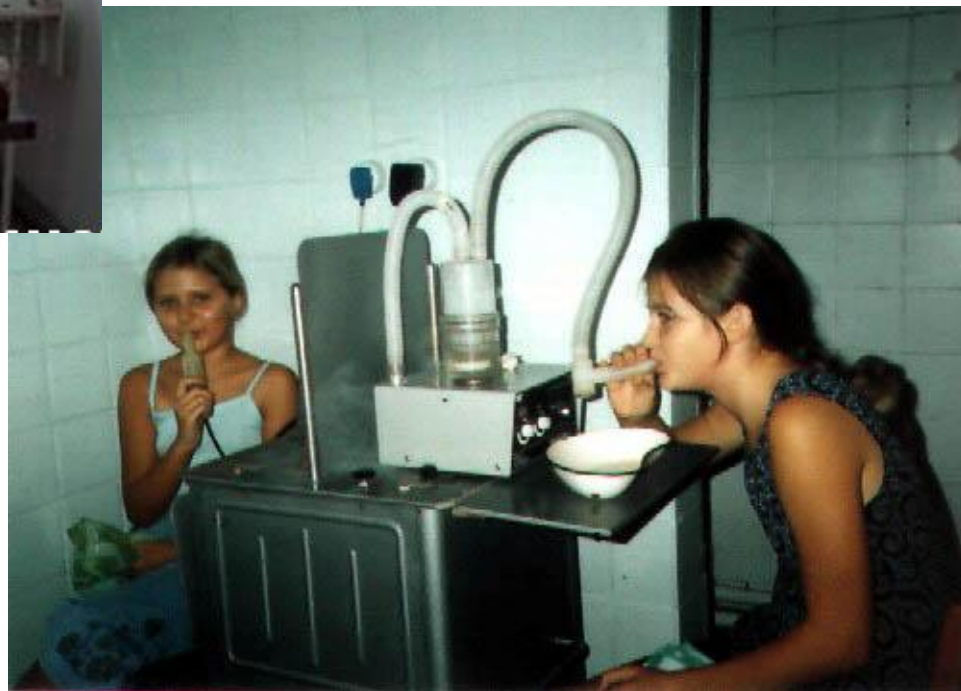
- Занятия по расписанию;
- 2 раза в неделю;
- медицинская зона;
- медицинское обследование;
- Паспорта здоровья школьника;
- санаторий «Колос»;
- кислородный коктейль,
- фиточай;
- кабинет «БОС-дыхание».



Сотрудничество с ЦРБ

- Лечебный массаж и гимнастика
- Медицинский лекторий для родителей

- Совместные конференции,
- Круглые столы на темы ЗОЖ

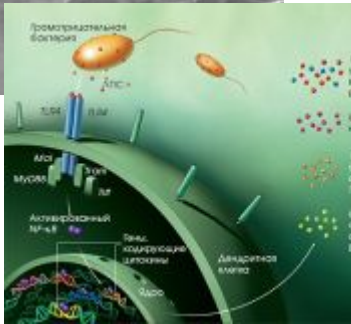


Ежемесячно учащиеся проходят оздоровление в санатории-профилактории «Колос»



Задачи

- укрепление здоровья, улучшение физического развития, закаливание организма;
- расширение диапазона функциональных возможностей основных физиологических систем организма, ответственных за энергообеспечение;
- повышение иммунитета;
- освоение основных двигательных навыков и качеств;
- воспитание морально-волевых качеств и интереса к регулярным самостоятельным занятиям физической культурой;
- разъяснение значения здорового образа жизни, принципов гигиены, правильного режима труда и отдыха, рационального питания, пребывания на воздухе;
- обучение элементарным навыкам самоконтроля.





Содержание занятий СМГ.

Раздел «Дыхательные упражнения».

- с целью выработки у детей глубокого дыхания, усиления вдоха; в сочетании с различными движениями рук, ног, туловища.
- 1-й год обучения - различные типы дыхания: грудное, брюшное и смешанное (полное) дыхание.



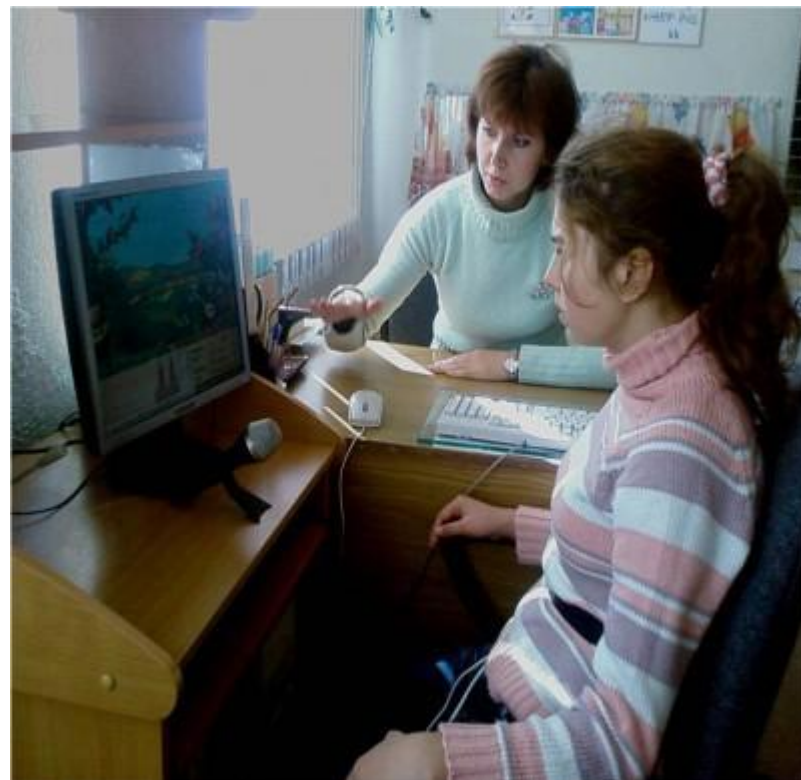


- Большое внимание уделяется проведению занятий на свежем воздухе во время первой и четвёртой четверти а так же в зимнее время.

Это особенно важно для детей с хроническими заболеваниями органов дыхания. Чтобы не было переохлаждения, нужно следить за соответствием одежды учащихся температуре воздуха.



Очень интересным и новым
является
применение в процессе обучения
ИКТ



Конечно такие занятия
проводятся не всегда,
но интерес и польза от применения
ИКТ очевидны.





Обязательным условием работы СМГ является строгое соблюдение всех ограничений, предусмотренных в программе.



На занятиях не допускаются упражнения:

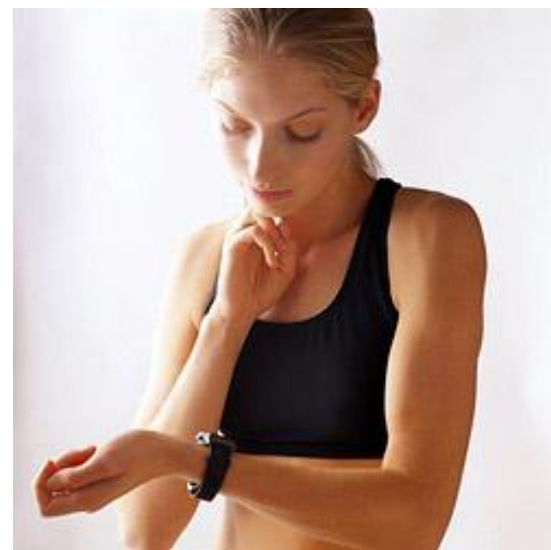
- **связанные с продолжительным статическим напряжением, вызывающим длительную задержку дыхания.**
- **ограничены упражнения на скорость, силу и выносливость,**
- **уменьшены дистанции в ходьбе и беге.**

Организация занятий СМГ.

- *Комплектование*
- *Работа со списками*
- *Индивидуальная карта и паспорт здоровья*
- *Прохождение медицинского осмотра*
- *Проведение урока*

Организация врачебно-педагогического контроля

- реакция учащихся на предлагаемые нагрузки по внешним признакам утомления, по ЧСС;
- Учет качества выполнения упражнений;
- спецтесты
- создание презентаций, буклетов по разделам программы физкультурно-оздоровительной деятельности.



Динамика учащихся СМГ



На период с 2010 года количество учащихся, отнесённых по состоянию здоровья в группу СМГ составляло 53 человека, а в этом учебном году 21 человек, остальные учащиеся были переведены в основную и подготовительную группу. Это ещё раз подчёркивает важность и эффективность систематических занятий в СМГ.

Результативность обучения в СМГ

- ✓ повысился интерес к занятиям в СМГ;
- ✓ изменилось отношение учащихся к самим себе
- ✓ старшеклассники подключаются к судейству различных кроссов, эстафет и других соревнований;
- ✓ часть учащихся, ранее отнесенных к группе «А», перешли в подготовительную группу,;
- ✓ повысилась степень доверия родителей к занятиям в СМГ;
- ✓ сформирован банк данных комплексов упражнений для профилактики разных видов заболеваний.

