

СПЕЦИФИКА ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ СО СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППОЙ

Лившиц Л.А.

МАОУ "Гимназия №56", социально-оздоровительный комплекс, УР, г.Ижевск,
ул.Удмуртская 230, L_Livshits@mail.ru

Организация и проведение занятий в специальной медицинской группе по физической культуре для учителей представляет сложность. Поэтому уроки физической культуры в нашей гимназии для них построены следующим образом:

1. Учащиеся объединяются по гендерным признакам и характеру заболевания.

2. Уроки проводятся с разнообразием использования средств и своевременного их чередование, что мотивирует интерес учащихся к занятиям, придает им эмоциональную окраску, вследствие чего предупреждает утомление в процессе занятий.

3. Занятие разработаны по и адаптированы под данную категорию, с индивидуальным подходом к каждому ученику, согласно его диагноза, в том числе:

-подготовительную часть урока группа осуществляет совместно, проводится разминка и выполняются общеукрепляющие упражнения;

- основной части урока учитель делит учащихся на подгруппы по заболеваниям. На данном этапе учащиеся уже владеют арсеналом комплексов по своей нозологии (заболевания) и выполняют комплексы упражнений, самостоятельно, контролируемые учителем;

-заключительная часть урока проводится объединенным составом, выполняются корригирующие упражнения на коррекцию осанки и зрения.

Для мониторинга деятельности специальной медицинской группы, нами проводятся срезы функциональных проб. Ежеурочное измерение пульса до занятия /после; пробы Штанге, Генча, и пробы-индекса Руфье (проводимые раз в месяц), которые позволяют объективно анализировать и оценивать изменения в уровне подготовленности учащихся.

В конце учебного года проводится врачебный осмотр для отслеживания адаптации учащихся специальной медицинской группы к физическим нагрузкам и влияния занятий на организм учащихся. В результате апробации трехлетней программы зафиксирована положительная динамика: снижение количества занимающихся в специальной медицинской группе и увеличения числа учащихся с основной группой здоровья.