

*Савченко С.В.,
Кандидат педагогических наук, доцент
Стерлитамакского филиала науки и технологий
Россия, г. Стерлитамак
Садыкова Д.Р.
Студент 2 курса,
факультет «Исторический»
Стерлитамакского филиала науки и технологий
Россия, г. Стерлитамак*

**ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА С
УЧАЩИМИСЯ И СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЕННЫМИ К
СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ**

***Аннотация.** Статья посвящена изучению особенностей организации образовательного процесса с учащимися и студентами, которые относятся к специальной медицинской группе. Немаловажное значение в статье отводится раскрытию проблемы организации всестороннего контроля за учащимися и студентами, имеющие различного рода заболевания и физиологические отклонения.*

***Ключевые слова:** Образовательный процесс, физическая культура, физическое воспитание, специальная медицинская группа.*

***Annotation.** The article is devoted to studying the specifics of organizing the educational process for schoolchildren and university students assigned to a special medical group. Particular attention is given to addressing the challenges of implementing comprehensive monitoring of students with various health conditions and physiological disorders.*

Key words: Educational process, physical education, physical training, special medical group.

Организация образовательного процесса по физической культуре имеет множество особенностей, в основе которых лежат медицинские показатели каждого учащегося и студента. Как показывает педагогическая практика, все учащиеся и студенты разделены на три группы по освоению навыков физического развития и воспитания, а именно: основная, подготовительная и специальная группы [2, с.48].

В настоящее время особое внимание уделяется организации физического воспитания со специальной медицинской группой учащихся. Причиной данного обстоятельства является то, что в специальной медицинской группе находятся учащиеся с различными заболеваниями, для которых необходимо выстраивать специальную программу физических упражнений и т.д.

Следует сказать о том, что к специальной медицинской группе относятся учащиеся и студенты, которые имеют значительные отклонения в состоянии здоровья постоянного и временного характера, а также те лица, имеющие противопоказания к занятиям по учебной программе физического воспитания. Занятия по физической культуре со специальной медицинской группой проводятся по отдельным образовательным программам.

Существует ряд важных особенностей при комплектовании преподавателем физической культуры специальной медицинской группы. Преподаватель должен учитывать диагноз заболевания каждого учащегося, данные о функциональном состоянии здоровья, а также индивидуальный уровень физической подготовки. Уровень физической подготовки учащихся специальной медицинской группы определяется путем прохождения определенных двигательных тестов. В качестве тестовых двигательных упражнений используются только те, которые не противопоказаны учащимся специальной медицинской группы. Характерной особенностью работы со

специальной медицинской группой является то, что планирование и проведение занятий по физической культуре осуществляется по определенному графику и отдельно от основного расписания [1, с.56].

Занятия по физической культуре в специальных медицинских группах проводятся 2-3 раза в неделю по 40-45 минут. Специальные медицинские группы должны быть постоянными на весь период учебного года и должны быть закреплены за одним преподавателем. В свою очередь, преподаватель по физической культуре должен проводить не только учебные занятия со специальной медицинской группой, но и проводить систематическое наблюдение за состоянием здоровья, динамики выполнения физических упражнений и т.д.

В процессе физического воспитания в специальной медицинской группе, должно проходить постоянное взаимодействие преподавателя физической культуры, медицинского специалиста и учащегося. Именно при таком взаимодействии, возможно, минимизировать развитие различных заболеваний. Каждый учащийся специальной медицинской группы должен заниматься самоконтролем и наблюдать за собственным состоянием здоровья и самочувствием. Этому каждый учащийся может обучиться как самостоятельно, так при помощи преподавателя физической культуры и врача. Для построения плодотворной и результативной работы, каждый преподаватель физической культуры должен изучать физические показатели учащихся, для того чтобы корректировать дальнейший образовательный процесс [5, с.100].

Все учебное занятие со специальной медицинской группой состоит из трех последовательных этапов, а именно: вводно-подготовительного, основного и заключительного. Содержание и продолжительность каждого этапа урока по физической культуре в специальной медицинской группе кардинально отличается от базового образовательного процесса.

Вводно-подготовительный этап учебного занятия по физической культуре в специальной медицинской группе всегда начинается с опроса самочувствия учащихся, изменение чистоты сердечных сокращений, а также выполнение общеразвивающих физических упражнений. В общеразвивающий комплекс входят от 15 до 18 физических упражнений, которые проводятся медленно и в среднем темпе. Основной целью общеразвивающего комплекса является проработка и разминка всех групп мышц тела. На выполнение вводно-подготовительного плана в специальной медицинской группе отводится не более 15-20 минут [3, с.117].

В основной части урока проводится обучение лишь одному из основных видов движения. Плотность урока не должна быть выше 50 -55% в начале занятия (первый семестр первого курса и в какой – то мере для второго курса) и по мере «вработываемости» повышать, но не более, чем до 65-70% по интенсивности, а по длительности уроки должны быть соответственными состоянию здоровья и подготовленности занимающихся. В этой части урока также осваиваются новые физические упражнения и двигательные навыки в пределах возможности обучающихся, развиваются основные физические качества: быстрота, ловкость, сила, гибкость. Необходимо больше уделять внимание координации движений, коррекции осанки. Эффективно использовать различные виды ходьбы и бега (отрезки по 20 – 30 м), упражнения с предметами, метание теннисных мячей, упражнения на снарядах, подвижные игры и эстафеты [4, с.137].

Заключительная часть длится до 5 минут и включает медленную ходьбу, упражнения на расслабление и дыхание, игры малой подвижности, упражнения постепенного снижения физической нагрузки, способствующие восстановлению функционального состояния организма, вызванных физической нагрузкой в основной части урока.

Таким образом, в настоящее время в системе физического воспитания уделяется большое внимание организации учебного процесса с учащимися и

студентами специальной медицинской группе. Это обусловлено тем, что физическая культура в специальной медицинской группе связана с индивидуальными особенностями каждого учащегося. Организация образовательного процесса в специальной медицинской группе должна иметь систематизированный, последовательный и оздоровительный характер.

Список использованной литературы

1. Волкова Е.Г. Роль физической культуры в укреплении здоровья студентов. М.: АСТ, 2022. 567 с.
2. Григорьева И.В. Спорт и социальная активность личности. М.: Вече, 2023. 484 с.
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. М.: Физкультура и спорт. 2021. 509 с.
4. Петрова Т.Н. Организация занятий физической культурой и спортом в условиях спортивно-ориентированного физического воспитания в вузах. СПб.: Яуза, 2024. 378 с.
5. Плотников А.А. Влияние физических упражнений на сердечно-сосудистую систему. М.: Книга, 2023. 349 с.