

**Силабус курсу  
МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В СПЕЦІАЛЬНИХ  
МЕДИЧНИХ ГРУПАХ**

**Освітній ступінь –бакалавр**

**Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка**

**Спеціальність: 016 Спеціальна освіта**

**Освітньо-професійна програма Спеціальна освіта (Фізична реабілітація)**

**Кількість кредитів – 5**

**Рік підготовки, семестр – 3 рік, II семестр**

**Компонент освітньої програми: обов'язковий**

**Дні занять: вівторок, 11.05-14.05, ауд. 171, п'ятниця 9.35-11.10**

**Консультації: серeda 14.05, ауд. 174**

**Мова викладання: українська**

**Керівник курсу**

**Омельяненко Інна Олександрівна**

канд. наук з фіз. виховання і спорту

**Контактна**

**Інформація** omelinna23@gmail.com 0352-40-60-80

**Опис дисципліни**

Аналіз стану здоров'я школярів і студентів в Україні свідчить про зростаючу з року в рік їх кількість, яка за результатами медичного огляду направляється для занять фізичними вправами до спеціальних медичних груп. Тому фахівець з фізичної культури повинен спрямовувати власні зусилля не стільки на поліпшення здоров'я дітей та учнівської молоді, скільки на його відновлення та збереження. Відмінності етіології, патогенезу захворювань вимагають від сучасного фахівця широких компетентностей використання фізичних вправ з урахуванням медичних показань та протипоказань.

Метою курсу є: формувати у студентів компетентності організації занять в спеціальних медичних групах, визначення змісту фізичних вправ, дозування фізичних навантажень у роботі з дітьми та учнівською молоддю, які характеризуються ослабленим здоров'ям.

**Навчальний контент**

<b>Годи ни лек/ с ем</b>	<b>Теми</b>	<b>Результати навчання</b>	<b>Завдання</b>
	<b>Змістовий модуль 1. Теоретико-методичні основи фізичного виховання школярів в СМГ</b>		
2/2	Здоров'я і хвороба як основні категорії, що визначають стан організму людини	Знати про поняття «хвороба» та причини її виникнення, механізми впливу фізичних вправ на відновлення здоров'я школярів.	Комп'ютерне тестування, творчі завдання

2/2	Організаційні засади фізичного виховання школярів з ослабленим здоров'ям	Знати критерії та технологію розподілу школярів на медичні групи, особливості організації занять школярів СМГ. Вміти користуватися навчальною програмою для школярів СМГ, застосовувати медико-педагогічні способи оцінки фізичного стану для розподілу школярів на медичні групи.	Комп'ютерне тестування, творчі завдання
2/2	Теоретико-методичні засади фізичного виховання школярів з відхиленнями у стані здоров'я	Знати мету і завдання фізичного виховання учнів СМГ, структуру занять, особливості дозування фізичних навантажень класифікацію засобів в СМГ. Бути компетентним у розробці програми використання фізичних вправ на довільне розслаблення м'язів для школярів з ослабленим здоров'ям.	Комп'ютерне тестування, творчі завдання
2/2	Використання дихальних вправ на заняттях в СМГ	Знати про вплив дихальних вправ на здоров'я школярів СМГ, правила правильного дихання, методику навчання правильному диханню на заняттях в СМГ, оздоровчо-лікувальні системи дихання. Бути компетентним у розробці вступної частини занять в СМГ.	Комп'ютерне тестування, творчі завдання
<b>Змістовий модуль 2.</b> <b>Фізичне виховання школярів з порушеннями опорно-рухового апарату</b>			
4/8	Фізичне виховання школярів при порушеннях постави	Знати про поняття постави, ознаки правильної постави, її формування у процесі онтогенезу, причини та різновиди її порушення, медичні показання і протипоказання при порушеннях постави. Володіти методами обстеження постави та цінки функціонального стану опорно-рухового апарату. Бути компетентним у розробці комплексів фізичних вправ для профілактики та корекції порушень постави.	Комп'ютерне тестування, творчі завдання

2/2	Фізичне виховання школярів при сколіозах	Знати про поняття сколіотичної хвороби, види та клінічні ознаки сколіозів, ступені їх розвитку, медичні показання і протипоказання при сколіозі. Бути компетентним у розробці комплексів фізичних вправ для корекції сколіозів.	Комп'ютерне тестування, творчі завдання
2/2	Особливості фізичного виховання при статичній плоскостопості	Знати про поняття плоскостопості, її різновиди, причини виникнення, медичні показання і протипоказання при статичній плоскостопості. Бути компетентним у розробці комплексів фізичних вправ для профілактики та корекції статичної плоскостопості.	Комп'ютерне тестування, творчі завдання
<b>Змістовий модуль 3.</b> <b>Фізичне виховання школярів з захворюваннями внутрішніх органів та сенсорних систем</b>			
4/4	Фізичне виховання дітей при захворюваннях обміну речовин	Знати про поняття ожиріння, його різновиди, причини виникнення, ступені розвитку, правила використання бігу та медичні показання і протипоказання при ожирінні. Володіти методикою визначення впливу генетичного чинника на розвиток ожиріння. Бути компетентним у розробці комплексів фізичних вправ для корекції ожиріння. Знати про поняття цукрового діабету, його різновиди, причини виникнення, ступені розвитку, завдання фізичного виховання, медичні показання та протипоказання.	Комп'ютерне тестування, творчі завдання
0/2	Особливості фізичного виховання дітей СМГ з порушеннями зору	Знати про найпоширеніші захворювання зору у школярів, причини порушення рефракції зору, захворювання очей, які не потребують та ті, які мають протипоказання чи обмеження фізичного вправління, механізми лікувальної дії фізичних вправ, медичні показання та протипоказання при захворюваннях очей. Бути компетентним у розробці комплексів фізичних вправ для корекції міопії.	Комп'ютерне тестування, творчі завдання

0/0	Фізичне виховання школярів з захворюваннями органів дихання	Характеризувати захворювання органів дихання, найпоширеніші серед школярів. Знати механізми лікувальної дії фізичних вправ та особливості фізичного виховання при окремих захворюваннях органів дихання.	Питання
0/0	Особливості фізичного виховання школярів з патологіями серцево-судинної системи	Характеризувати серцево-судинні захворювання, найпоширеніші серед школярів. Знати про клініко-фізіологічне обґрунтування та особливості застосування фізичних вправ при окремих захворюваннях серцево-судинної системи.	Питання
0/0	Фізичне виховання школярів при хворобах органів травлення	Характеризувати найпоширеніші серед школярів хвороби органів травлення. Знати механізми лікувальної дії фізичних вправ та особливості фізичного виховання при функціональних захворюваннях органів травлення.	Питання

### Формування програмних компетентностей

Індекс матриці ОП	Програмні компетентності
ЗК 11	Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями
<u>СК 15.</u>	Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури.
<u>СК 16.</u>	Здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методики та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей) на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки.
<u>СК 17.</u>	Здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в середніх загальноосвітніх навчальних закладах.

<u>СК 18.</u>	Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.
<u>ПРН 8.</u>	Знання класифікації, клініко-фізіологічної дії фізичних вправ на організм людини; пояснює значення основних понять та визначень, що характеризують перебіг фізіологічних процесів в організмі людини.
<u>ПРН 9.</u>	Прогнозування змін функціональних процесів при емоційних та фізичних навантаженнях; опис біохімічних механізмів енергетичного та пластичного м'язового скорочення.
<u>ПРН 15.</u>	Знання про основні засоби, форми та методи, рухові режими, періоди та етапи фізичної реабілітації.
<u>ПРН 18.</u>	Знання технології оцінювання рівня рухової активності людини.
<u>ПРН 24.</u>	Оцінювати і проводити моніторинг рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості та індивідуального здоров'я.
<u>ПРН 25.</u>	Володіння методикою надання долікарської допомоги під час раптових серцево-судинних захворювань, під час травм опорно-рухового апарату, під час кровотечі тощо.
<u>ПРН 26.</u>	Уміння підбирати, демонструвати виконання фізичних вправ, проводити процедуру лікувальної фізкультури, вивчати та оцінювати її вплив.
<u>ПРН 27.</u>	Знання організаційно-правових форм суб'єктів фізичної реабілітації та фізичної культури.
<u>ПРН 28.</u>	Знання передового зарубіжного досвіду з функціонування організацій з фізичної реабілітації.
<u>ПРН 29.</u>	Уміння використовувати алгоритм дій щодо створення організацій реабілітаційної та оздоровчої спрямованості різних форм власності.

### **Літературні джерела**

1. Амосов Н.М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья /Н.М. Амосов.-М.: «Издательство АСТ»; Донецк «Сталкер», 2002.-590с.
2. Бенедь С.П. Фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку спеціальної медичної групи.: Навчально-методичний посібник. – Луцьк: Настир'я, 1998.

3. Боднар І.Р. Теорія, методика і організація фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи. Навч.-методичний посіб. - Львів, Українські технології.-2005.-48 с.
4. Бубела О.Ю. 700 вправ для формування правильної постави: Навчально-методичний посібник. – Львів: НВФ «Українські технології», 2002.-205с.
5. Васин Ю.Г. Физические упражнения – основа профилактики ожирения у детей.-2-е изд., перераб. и доп.-К.:Здоров'я, 1989.-104.
6. Горяная Г.А. Ваша осанка –К.: Либідь, 1955. - 23с.
7. Гнесь Н., Зеник О. Фізичні та фізіологічні аспекти лікувального плавання при порушеннях постави та сколіозів у дітей. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві / Зб. наук. праць. – Луцьк. - 2002. – Т.ІІ. – С.50-51.
8. Давиденко О., Вржесневський І. Теоретико-методичні аспекти проведення занять зі спеціальною медичною групою //Теорія і методика фізичного виховання і спорту.- 2002.- №2-3.- С.53-56.
9. Дж.Х.Уилмор Д.Л.Костилл. Физиология спорта и двигательной активности. - К.: Олимпийская литература, 1997.- С.431-484.
10. Дінейка Кароліс. Рух, дихання, психофізичне тренування. – К.:Здоров'я,1984.-168с.
11. Дубогай О.Д., Завацький В.І., Короп Ю.О. Методика фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи: Навчальний посібник.- Луцьк: Надстир'я, 1995. - 220с
12. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура:Учебник для студентов вузов.- М.:Гуманит.изд. центр ВЛАДОС, 1998.-608с.
13. Івасик Н. Бронхіальна астма, фізична реабілітація, спорт // Актуальні проблеми юнацького спорту. Зб.наук.-практ.конф. – Херсон, 2003. – С. 128-130. Кашуба В.А. Формирование позвоночного столба и вертикальной позы тела человека в онтогенезе. //Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб.наук.пр. під ред. Єрмакова С.С. –Харків:ХДАДМ, 2002.- №3.-с.87-91.
14. Князев Ю.А., Картилишев А.В. Ожирение у детей.-2-е изд.-М.: Медицина, 1982.-80с.
15. Костикова С.Д. Повышение эффекта уроков физической культуры, используя оздоровительные системы // ТіПФ/В, 2002, №2, с.19.
16. Крутько Б.Г., Васюк М.М, Бабічев О.М. та ін. Валеологічні аспекти оздоровлення молоді. // ТіПФ/В, 2002, №2, стор 86.
17. Кузнецова Т.Д., Левитский П.М., Язловецький В.С. Дыхательные упражнения в физическом воспитании.- К.: Здоровья, 1989. -136с.
18. Левків В. Коригуюча гімнастика у системі фізичного виховання дітей 10-11 років //Теорія і методика фізичного виховання і спорту.- 2002.- №2-3.-стор.86-89.
19. Левчук Леся. Фізична підготовленість школярів 15-16 років, відібраних для занять спортивною аеробікою. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб.наук,пр. За ред. Єрмакова С.С. – Харків-Львів: ХДАДМ (ХІІІ), 2003. -№18. – стор.72-77.
20. Лікувальне та профілактичне плавання при захворюваннях сколіозом: Методичні рекомендації для студентів із захворюванням опорно-рухового апарату/Г.І Чирва, М.Н.Власенкова, Л.В.Білогурова, -Донецьк:ДонДУ, 1996-19с.
21. Лобода В.Ф., Банадига Н.В., Слободян Л.М. та ін.. Методичні підходи до оцінки здоров'я дітей в навчальному процесі на кафедрі педіатрії факультету післядипломної освіти. //ТіПФ/В, 2002, №2 стор 91 –94.
22. Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник. - М.:Советский спорт, 2003.-480с.
23. Мухін В.М. Фізична реабілітація.-К.:Олімпійська література, 2000.
24. Нил Ф. Гордон. Диабет и двигательная активность. - К.: Олимпийская литература, 1999.- 142с.
25. Нил Ф. Гордон. Заболевания органов дыхания. - К.: Олимпийская литература, 1999.- 121с.
26. Потапчук А.А., Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей. Программы диагностики и коррекции нарушений. – СПб.: Речь,2001. –166с.

27. Поташнюк Р.З. Оздоровча спрямованість професійної діяльності вчителя фізичної культури. Матеріали науково-методичної конференції “ Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні”. - Луцьк: Надстир’я, 1994.-С.94-95.
28. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів.- К.: Олимпийская литература, 2001.- С.412-417.
29. Смолевский В.М., Ивлиев Б.К. Нетрадиционные виды гимнастики.-М.: Просвещение, 1992.- С.23-36.
30. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет. – М.: Новая школа, 1994.- 288с.
31. Федоров Н.С., Федоров А.С. Оздоровительный и лечебный бег трусцой.- Симферополь: «СОНАТ», 1997.-207с.
32. Физиология оздоровительного бега /Фурман Ю.Н. – К.: Здоров’я, 1994.- С. 162-192.
33. Филоненко А.И., Кравченко Т.М., Удовеченко С.А. О валеологических принципах физического воспитания студентов с ослабленным здоровьем. Матеріали науково-методичної конференції “ Здоров’я та освіта: проблеми та перспективи” .- Донецьк: ДонДУ, 2000.- стор.392-394.
34. Язловецький В.С. Физическое воспитание детей и подростков с ослабленным здоровьем.-К.: Здоровья,1991, стор.126-152.
35. Язловецький В.С., Поярков В.О., Івасюта Ю.М. Формування валеологічних знань та навичок здоров’я в учнів на уроках фізкультури.-Кіровоград, 1995, стор. 111-112.

#### Політика оцінювання

- **Політика щодо дедлайнів та перескладання:** Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності балів). Перескладання модулів відбувається із дозволу деканату за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
- **Політика щодо академічної доброчесності:** Списування під час комп’ютерного тестування, виконання творчих завдань та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час виконання практичних завдань на заняттях.
- **Політика щодо відвідування:** Відвідування кожного заняття є умовою для нараховання балів за виконанні студентом завдання. За об’єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу, або на індивідуальних заняттях.

#### Оцінювання

Остаточна оцінка за курс розраховується наступним чином:

Види оцінювання	% остаточної оцінки
Модуль 1 (теми 1- ) комп’ютерне тестування, виконання творчих, аналітичних та дослідницьких завдань	23%
Модуль 2 (теми - ) комп’ютерне тестування, виконання творчих, аналітичних та дослідницьких завдань	27%

Види оцінювання	% остаточної оцінки
Модуль 3 (теми - ) комп'ютерне тестування, виконання творчих, аналітичних та дослідницьких завдань	25%
Екзамен	25%

До Силабусу також готуються матеріали навчально-методичного комплексу:

- 1) Навчальний контент (розширений план лекцій)
- 2) Тематика та зміст практичних занять
- 3) Завдання для самостійної роботи
- 4) Комп'ютерні тести
- 5) Тематика ІНДЗ
- 4) Електронне навчання в системі MODLE