

ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИКА НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ СПЕЦІАЛЬНОГО МЕДИЧНОГО ВІДДІЛЕННЯ У ВНЗ

Оксана ІВАНОЧКО

Львівський державний університет фізичної культури

В даній статті розглядається аналіз літератури стосовно організації навчальних занять в спеціальних медичних групах. Мета – вивчення та аналіз наукової літератури з проблеми дослідження та пошуку раціональних форм і методів організації занять з фізичного виховання студентів, які за станом здоров'я віднесені до спеціальних медичних груп.

Проведений аналіз літературних джерел показав, що на даний час існують розбіжності в теорії та методиці фізичного виховання студентів СМГ, щодо засобів і методів розвитку фізичних якостей, обсягу та інтенсивності фізичних навантажень, тривалості та кількості занять тощо. А саме не вирішеними та актуальними на теперішній час є питання планування тривалості етапів занять фізичним вихованням з врахуванням рівня фізичних навантажень та функціональних можливостей студенток спеціальних медичних груп.

Ключові слова: навчальний процес, тривалість етапів занять, спеціальні медичні групи, рівень фізичної підготовленості.

Постановка проблеми. У вищих навчальних закладах освіти України навчаються сотні тисяч студентів, з яких значний відсоток має певні вади в стані здоров'я постійного чи тимчасового характеру, котрі пов'язані з недоліками фізичного розвитку і зниженими функціональними можливостями організму. В зв'язку з цим проблема зміцнення здоров'я і підвищення працездатності студентів на основі ефективних науково-обґрунтованих методик з фізичного виховання має першочергове соціально-економічне значення. Вочевидь, через ці причини протягом багатьох років у вищих навчальних закладах освіти України і за кордоном ведуться пошуки раціональних форм і методів організації занять з фізичного виховання студенток, які відносяться до спеціального медичного навчального відділення.

Мета – вивчення та аналіз наукової літератури з проблеми дослідження та пошуку науковцями раціональних форм і методів організації занять з фізичного виховання студентів, які за станом здоров'я віднесені до спеціальних медичних груп (СМГ).

Результати аналізу літератури та їх обговорення. Серед наукових робіт, присвячених фізичному вихованню студентів спеціального медичного навчального відділення, все більше значення отримують дослідження засобів фізичного розвитку організму і методів дозування фізичних навантажень. У наукових публікаціях пропонується дозувати фізичне навантаження за фізіологічною кривою за частотою серцевих скорочень, яка змінюється у широкому діапазоні [6, 8 та інші]. Л.С. Захарова, 1998, В. Леонова, О. Дуржинська, Н. Ковбой (2006) пропонують дозувати фізичне навантаження за показниками фізіологічної кривої з максимальною частотою серцевих скорочень (Мх ЧСС) 120-150 уд/хв. За даними І. Боднар [3] на початку півріччя рекомендується виконувати вправи з ЧСС 120-130 уд/хв., поступово підвищуючи інтенсивність фізичних навантажень в основній частині заняття і ЧСС до 140 – 150 уд/хв. до кінця семестру. Однак, запропоновані Мх ЧСС не взаємопов'язані з іншими важливими фізіологічними параметрами, які характеризують функціональний стан організму студентів СМГ, що не дає можливості будувати оптимальне керування фізичним навантаженням.

Немає однієї думки у співвідношенні засобів і змісту занять фізичним вихованням. Зокрема, В.А. Епіфанов (1987) стверджує [7], що програма занять студентів СМГ повинна вбирати в себе засоби лікувальної фізичної культури, яка є однією із форм фізичного виховання і має лікувально-профілактичну спрямованість. Р. Антощук, В. Ільницькій (2000) у своїй роботі [1] пропонують застосовувати в заняттях виключно вправи загальної фізичної підготовки, але із зниженням вимог щодо рівня фізичного навантаження. О.Д. Дубогай, В.І. Завацький, Ю.О. Короп (1995) стверджують [6], що доцільно використовувати засоби і методи, визначені програмою

з фізичного виховання для студентів вищої школи. На думку Л. Долженко (2001), головним критерієм у виборі засобів оптимального навантаження, повинен бути не діагноз, а функціональні можливості, ступінь тренуваності та компенсаційних можливостей організму [5].

Питання про комплектування спеціальних медичних груп у багатьох авторів [2, 9 та інші] займає одне з важливих місць в організації навчально-виховної роботи студентів з відхиленнями у стані здоров'я та фізичному розвитку. Ми вважаємо, що від правильності комплектування навчальних груп у великій мірі залежить ефективність фізичного виховання вказаної категорії студентів, але єдиної думки в літературних джерелах ми не виявили.

А саме Г.Л. Апанасенком зі співавторами (1985) була описана методика комплектування третьої лікарської групи в медичному університеті в період перших пошуків форм та методів організації занять фізичними вправами студентів з відхиленнями у стані здоров'я та фізичного розвитку. Студенти вказаної групи були поділені на дві підгрупи "А" та "Б". В групу "А" увійшли студенти, які мали незначні відхилення у стані здоров'я та недостатню фізичну підготовленість. В підгрупу "Б" – ті, які мали більш серйозні протипоказання до занять фізичними вправами. Вони займалися у кабінеті лікувальної фізкультури [2].

І. Боднар (2005) вказує [3], що існує два підходи до розподілу дітей на підгрупи: в залежності від характеру захворювання (діагнозу) та залежно від важкості захворювання (функціонального стану).

Розподіл залежно від характеру захворювання (діагнозу). Підгрупа "А" формується з осіб із серцево-судинними і легеневиими патологіями. У підгрупу "Б" зараховуються особи з хронічним частим тонзилітом, захворюваннями кишково-шлункового тракту та з порушенням функцій сечостатевої системи. В групу "В" об'єднуються особи з вираженими порушеннями опорно-рухового апарату.

Залежно від важкості захворювання (функціонального стану). Підгрупа "А" (сильна) – школярі, які мають відхилення у стані здоров'я зворотного характеру, ослаблені різними захворюваннями; школярі, що тимчасово відносяться до СМГ для повного відновлення їх здоров'я після травм або захворювання. Підгрупа "Б" (слабка) – школярі, які мають важкі незворотні зміни у діяльності органів і систем (органічні ураження серцево-судинної, сечовидільної системи, печінки, висока ступінь порушення корекції зору зі змінами на очному дні тощо); з загостреними хронічними захворюваннями, з аномалією розвитку рухового апарату.

Осіб, стан здоров'я яких не дозволяє справитися з навантаженнями спеціальної медичної групи, спрямовують у поліклініку, або лікарсько-фізкультурний диспансер для занять з ЛФК. Таким чином, усі учні з відхиленнями у стані здоров'я займаються фізичними вправами.

Отже, аналіз літератури показав, що одні автори пропонують комплектувати групи з врахуванням стану здоров'я, характеру захворювання, ступеня компенсації та тренуваності без врахування статі та курсу, а інші вважають за необхідне враховувати стать, характер захворюваності, функціональні можливості і стан фізичного розвитку.

Низкою науковців відмічено [9, 10, 12], що існують проблеми психологічного характеру, коли студенти, які відносяться до СМГ, не усвідомлюють усієї важливості занять фізичним вправами. Мотивацією до активного рухового режиму мають бути не лише наявність відхилень у стані здоров'я, але й низка інших чинників. У тому числі і модульний контроль за фізичною підготовленістю і функціональним станом на основі багатобальної рейтингової оцінки. Тести, які забезпечують модульний контроль, стимулюють студентів СМГ досягнути конкретного рівня показників стану організму. Ефективність такого контролю підтверджується порівнянням даних до і після експерименту.

В літературі ми не виявили єдиної думки щодо тривалості та кількості занять з фізичного виховання на тиждень, а також спостерігаються протиріччя і відносно місць занять. Питання про організацію занять фізичними вправами студентів спеціального медичного відділення в літературних джерелах викладене як досвід роботи кафедри фізичного виховання вузів і тому включає в себе різні за характером, змістом і спрямованістю підходи в організації фізичного виховання.

Велика увага приділяється оздоровленню студентів спеціальної медичної групи, за допомогою самостійних занять фізичними вправами в домашніх умовах, як на основі індивідуальних завдань, так і в комплексі ранкової гігієнічної гімнастики. Такі заняття розглядають, як метод профілактики захворювання [11].

Немає в літературі і єдиної думки щодо специфічних принципів, які необхідно застосовувати в навчальному процесі. І. Вржесневський та О. Давиденко [4] виділили низку принципів для занять фізичного виховання учнів, студентів, яких за станом здоров'я відносять до спеціальної медичної групи. Перший принцип полягає в тому, що спрямованість усіх форм і засобів фізичного виховання з цим контингентом дітей має бути оздоровчою, лікувально-профілактичною. Другий – у диференційованому підході до використання дозованого фізичного навантаження. Як і на заняттях з фізичного виховання зі здоровими дітьми, фізичні навантаження диференціюють залежно від віку, статі і рівня фізичної підготовленості, рухового досвіду тощо. Диференційований підхід у фізичному вихованні з учнями СМГ окрім цього реалізується залежно від характеру і виразності структурних і функціональних порушень в організмі, викликаних патологічним процесом. Третій – обов'язкове емоційне та естетичне оформлення занять. Доброзичливе ставлення викладача, використання рухливих ігор, танцювальних кроків під музичний супровід, акуратна спортивна форма, естетичне оформлення і достатнє освітлення спортивного залу тощо сприятиме позитивного ставлення студенток до заняття фізичним вихованням.

На наш погляд, основним принципом в методиці фізичного виховання студентів СМГ є методика поетапного системного збільшення рівня фізичних навантажень і керування ними. Аналіз літературних джерел показав, що методика поетапного системного збільшення рівня фізичних навантажень для студентів СМГ на основі вивчення характеристики функціонального стану організму не знайшла відображення в опублікованих роботах. Недостатньо вивчені також питання комплектування навчальних груп, визначення статусу студента СМГ, системи модульного контролю за фізичною підготовленістю і функціональним станом організму. Не вивчені методи побудови діагностичної технології фізіологічних і педагогічних засобів моделювання рівнів фізичних навантажень і режимів їх регламентації.

Висновки

Отже, аналіз літературних джерел показав, що в більшості випадків фізичне виховання розглядається як фактор оздоровлення студентів спеціальних медичних груп. Однак, велика кількість питань залишається ще не вирішеними. Особливо це стосується питання побудови моделей керуючих впливів на рівні внутрішньо- і міжсистемних структурно-функціональних зв'язків. Не з'ясованими залишаються питання про рівень індивідуального фізичного навантаження за обсягом, інтенсивністю і потужністю з урахуванням нозологічних форм захворювання, рівня функціонального стану і фізичної підготовленості. Враховуючи це перспектива подальшого вирішення проблеми є наступною:

- визначення критеріїв регламентації режимів фізичних навантажень шляхом керування на етапах фізичного виховання;
- вивчення впливу різних режимів занять фізичних вправ на стан здоров'я, розвиток фізичних якостей і компенсаторних механізмів систем дихання і кровообігу;
- виявлення закономірностей для планування тривалості етапів занять фізичним вихованням з врахуванням рівня фізичних навантажень та функціональних можливостей студенток СМГ;
- виявлення можливостей для розширення рухового потенціалу студентів за рахунок самостійних занять, включаючи екзаменаційні сесії і канікули;
- визначення шляху оптимального темпу вдосконалення функцій організму на основі модульного контролю.

Література

1. Антощук Р., Ильницький В., Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы у студентов специальной медицинской группы при занятиях физическими упражнениями // Олімпійський спорт і спорт для всіх: IV Міжнар. наук. конгрес. – К., 2000. – С. 332.
2. Апанасенко Г.Л., Волков В.В., Науменко Р.Г. Распределение студентов на медицинские группы для участия в учебных и внеучебных занятиях физическими упражнениями // Тез. докл. I Всесоюзной научной конференции “Физическое воспитание студентов медицинских и фармацевтических институтов в системе подготовки специалистов здравоохранения”. – Харьков, 1985. – С. 32.

3. Боднар І.Р. Теорія, методика і організація фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи. Навч.-методичний посіб. – Львів, Українські технології. – 2005. – 48 с.
4. Вржесневський І., Давиденко О. Теоретико-методичні аспекти проведення занять зі спеціальною медичною групою // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – № 2 – 3. – 2002.
5. Долженко Л. Оптимизация физического воспитания в вузе на основе учета уровня физического здоровья // Олімпійський спорт і спорт для всіх: IV Міжнар. наук. Конгрес – К., 2000. – С. 362.
6. Дубогай О.Д., Завацький В.І., Корон Ю.О. Методика фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи: Навчальний посібник. – Луцьк: Надстир'я, 1995. – 220 с.
7. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура: Справочник. – М.: Медицина, 2001. – 453 с.
8. Леонова В., Дуржинська О., Ковбой Н. Нові технології у фізичному вихованні: фізичні навантаження для студентів з вадами зі сторони серцево-судинної системи // Молода спортивна наука України: Зб. наук. статей з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 10. – Л., 2006. – Т. 1. – С. 289 – 293.
9. Мізеров М.М. Ефективність фізичних навантажень на підставі оцінки аеробних можливостей і фізичного стану організму студентів спеціального медичного відділення // Тез. доп. III регіональної науково-практичної конференції “Роль фізичної культури в здоровому способі життя”. – Львів, 1992. – 52-53.
10. Мізеров М.М., Заверкин А.М. Рейтингова оцінка фізичного стану студентів спеціального медичного відділення // Тез. доп. I Всеукраїнської науково-практичної конференції “Роль фізичної культури в здоровому способі життя”. – Львів, 1993. – 16-17.
11. Пономарева В.В. Оздоровительно-тренировочная программа для студентов специальной медицинской группы // Тез. докл. II Всесоюзной научной конференции “Физическое воспитание студентов медицинских и фармацевтических институтов в системе подготовки специалистов здравоохранения”. – Львов, 1991, – С. 28 – 30.
12. Працездатність студентів: оцінка, корекція, управління / Магльований А.В., Сафронова Г.Б., Галайтатий Г.Д., Белова Л.А. – Львів, 1997. – 126 с.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ СПЕЦИАЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ В ВУЗЕ

Оксана ИВАНОЧКО

Львовский государственный университет физической культуры

В данной статье рассматривается анализ литературы по поводу организации учебных занятий в специальных медицинских группах. Цель – изучение и анализ научной литературы по проблеме исследования и поисков рациональных форм и методов организации занятий по физическому воспитанию студентов, которые занимаются в специальных медицинских группах.

Проведенный анализ литературных источников показал, что на данный момент, есть разногласия в теории и методике физического воспитания студентов специальных медицинских групп, относительно средств и методов развития физических качеств, объема и интенсивности физической нагрузки и другое. Также, не разрешенными и актуальными на сегодняшний день есть вопросы планирования и продолжительности занятий физическим воспитанием с учетом уровня физической нагрузки и функциональных возможностей студентов специальных медицинских групп.

Ключевые слова: учебный процесс, продолжительность этапов занятий, специальные медицинские группы, уровень физической подготовленности.

**ORGANIZATION AND METHODS OF LESSONS
IN SPECIAL MEDICINE GROUPS AT HIGH EDUCATIONAL INSTITUTES**

Oksana IVANOCHKO

Lviv State University Of Physical Culture

In this article the analysis of the literature concerning organization of educational classes of the special medical groups is considered. By the purpose - study and analysis of the scientific literature on a problem of research both searches of the rational forms and methods of organization of employment (occupations) on physical education of the students, which are engaged in special medical groups.

The carried out (spent) analysis of the references has shown, that at present, there are disagreements in the theory and technique of physical education of the students of special medical groups, concerning means and methods of development of physical qualities, volume and intensity of physical loading and another. Also, not solved and urgent for today there are questions of planning and duration of employment (occupations) by physical education in view of a level of physical loading and functionalities student of special medical groups.

Key words: study process, duration of stages of occupations special, medical groups, level of physical preparedness.