

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
ШКОЛЯРІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

Олена Мороз

*Чернівецький національний університет
імені Юрія Федьковича, м. Чернівці*

Анотація. Актуальною є на сьогоднішній день проблема пошуку засобів та методів оптимізації рухової активності школярів, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи. Доцільним постає питання застосування сучасних фізкультурно-оздоровчих занять, які б сприяли розвитку позитивної мотивації до занять фізичною культурою школярів та формуванню їх прагнення до здорового способу життя.

Ключові слова: здоров'я, школярі, рухова активність.

Abstract. The current issue is the problem of finding ways and methods for optimizing motor activity of students who are classified into a special medical group for their health status. It is worth considering the use of modern physical education and wellness classes, which would contribute to the development of positive motivation to study physical culture students and the formation of their desire for a healthy lifestyle.

Key words: health, pupils, motor activity.

Постановка проблеми. Виховання здорового молодого покоління – одне з пріоритетних завдань української загальноосвітньої школи. Основні підходи до формування і зміцнення здоров'я нації визначені у низці законодавчих документів (цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації», 1998; закон України «Про фізичну культуру і спорт», 1993; основи законодавства України про охорону здоров'я, 1992), де здоров'я особистості розглядається, як інтегрований показник соціально-економічного і духовного розвитку суспільства, могутній фактор впливу на економічній і культурній потенціал держави [2, 3].

Аналіз останніх досліджень. За результатами досліджень попередників більшість показників здоров'я дітей в Україні характеризується проявами негативних тенденцій. У Цільовій комплексній програмі «Фізичне виховання – здоров'я нації» зазначається, що в Україні складається вкрай незадовільна ситуація із станом здоров'я населення, а особливо дітей і підлітків. Майже 90 % учнів мають відхилення у стані здоров'я, понад 50 % – незадовільну фізичну підготовленість [2].

Сучасна система фізичного виховання, детермінована завданнями прикладної фізичної підготовки, всупереч комплексного підходу до реалізації всіх цінностей фізичної культури не в змозі забезпечити оптимальний рівень рухової активності та розвитку фізичних можливостей і вимагає удосконалення [1, 4].

Незважаючи на численні дослідження за даною проблемою, актуальним залишається питання застосування сучасних фізкультурно-оздоровчих видів занять, які б сприяли розвитку позитивної мотивації до занять фізичною культурою, формували основи самостійної оздоровчої діяльності та прагнення до здорового способу життя [3].

Таким чином, актуальною є проблема пошуку засобів та методів оптимізації рухової активності школярів, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи.

Мета дослідження – оптимізація процесу фізичного виховання школярів, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи, на прикладі фітбол-фітнесу.

Методи дослідження. У роботі використано комплекс взаємодоповнюючих методів, що широко використовуються у дослідженнях з теорії та методики фізичного виховання: аналіз науково-методичної і спеціальної літератури; педагогічні методи; методи математичної статистики.

Результати дослідження. Аналіз науково-методичної літератури свідчить, що питання оздоровчої діяльності дітей є предметом уваги значної кількості фахівців. Чисельні дослідження виявили: низький рівень стану здоров'я дітей, їх рухової активності, фізичної підготовленості, інтересу до занять з фізичного виховання. Погіршення стану здоров'я дітей, які навчаються у загальноосвітніх навчальних закладах, призводить до збільшення кількості дітей котрі займаються у спеціальних медичних групах. Успішне вирішення оздоровчих, виховних і реабілітаційних завдань в процесі фізичного виховання школярів з послабленим здоров'ям залежить від правильного планування навчально-виховного процесу, методики проведення занять. Методика занять з цієї категорією осіб залежить від цілей і завдань лікування, підбору засобів фізичного виховання, оптимального їх застосування, раціонального дозування навантаження. Узагальнення даних з зазначеної проблематики дозволило зробити висновок, що заняття фітбол-фітнесом сприяють досягненню більш гармонійного фізичного розвитку, корегуванню фігури, позитивно впливають на психічний стан і фізіологічні функції дитини, ніж інші різновиди оздоровчого фітнесу [1, 4].

Аналіз карт медичного обстеження дітей старшого шкільного віку, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи показав, що у них спостерігаються різноманітні захворювання, серед яких: 23,10 % – сколіози II–III ступеню; 21,50 % – хронічний нефрит; 19,80 % – вегето-судинна дисто-

нія; 18,70 % – гастродуоденіт; 8,20 % – бронхіальна астма; 6,40 % – виразкова хвороба 12-ти палої кишки; 2,30 % – міопія високого ступеня обох очей.

Висновок. Проведена експрес-оцінка рівня фізичного здоров'я дітей старшого шкільного віку, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи показала, що під впливом занять фітбол-фітнесу у школярів експериментальної групи після експерименту показник життєвого індексу вірогідно покращився на 18,8 %; силового індексу на 15 %; індексу Робінсона на 21 %; індексу Руф'є на 19,1 %. Отримані результати свідчать, що під впливом занять фітбол-фітнесом відбувається достовірне покращення фізичного здоров'я школярів, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи.

Список використаних джерел:

1. Боднар І. Р. Теорія, методика і організація фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи : навч.-метод. посіб. / І. Р. Боднар. – Львів : Українські технології, 2005. – 48 с.

2. Малишева О. Фізична культура у спеціалізованих медичних групах / Малишева О., Самохіна Л. // Роль фізичної культури та спорту в здоровому способі життя : матеріали Всеукр. студент. наук.-практ. конф. – Полтава, 2003. – С. 6–8.

3. Омеляненко О. Фізична реабілітація учнів з ослабленим здоров'ям засобами рухливих ігор / Омеляненко О., Власенко Н. // Роль фізичної культури та спорту в здоровому способі життя : матеріали Всеукр. студент. наук.-практ. конф. – Полтава, 2003. – С. 21–23.

4. Пильненький В. В. Методичні основи підвищення фізичної підготовленості і фізичного здоров'я студентів методом оздоровчого тренування : навч. посіб. для викл. фіз. виховання ВЗО / В. В. Пильненький, В. А. Леонова. – Миколаїв : МДУ, 2004. – 91 с.