

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр» с. Александровка муниципального района Кинель — Черкасский Самарской области

446327 Самарская область, Кинель-Черкасский район, с. Александровка, ул. Школьная, д. 14
Телефон (факс) 8 (84660) 3 – 35 – 18, электронный адрес: so_alexandrovka@samara.edu.ru

**Информационная справка
об организации работы с детьми специальной медицинской группы в
ГБОУ СОШ «Оц» с. Александровка в 2023-2024 учебном году**

Количество детей, обучающихся в ГБОУ СОШ «Оц» с. Александровка – 100 чел.

Из них относятся:

К основной группе (количество учащихся, % от общего количества) -95 уч-ся (95%).

Обучаются на дому – 22 уч-ся (22%)

В подготовительной группе (количество учащихся, % от общего количества) – 2 уч-ся (2%).

В специальной медицинской группе: 5 уч-ся (5%).

Подгруппа «А» (количество учащихся, % от общего количества) - 0 уч-ся (0%).

Подгруппа «Б» (количество учащихся, % от общего количества) - 5 уч-ся (5%).

В последнее время наша школа сталкивается с проблемой преподавания физкультуры учащимся с ослабленным здоровьем, которые требуют особых норм физической нагрузки и индивидуального подхода в организации занятий. Необходима дифференциация ученического состава в зависимости от состояния здоровья школьников.

Специальная медицинская группа (СМГ) формируется из учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, допущенные к групповым занятиям, но имеющие противопоказания к усиленной физической нагрузке.

Обязательным видом занятий по физкультуре для них являются занятия по специальным программам с дифференцированным подходом и индивидуальной оценкой их влияния на организм. Основным критерием для отнесения ребенка к СМГ является установление диагноза заболевания, однако, и в этом случае медицинская группа должна назначаться с учетом тяжести патологического процесса и адаптационных возможностей организма.

Основными задачами физического воспитания учащихся из группы СМГ являются:

- Укрепление здоровья, стойкая компенсация нарушений, вызванных заболеваниями, а иногда и их ликвидация;
- Содействие правильному физ. развитию, закаливанию, повышение сопротивляемости Организма;
- Улучшение показателей физического развития, освоение жизненно важных двигательных умений и навыков;
- Повышение функционального уровня органов и систем, ослабленных болезнью;
- Постепенная адаптация организма к воздействию физических нагрузок;
- Овладение комплексами специальных упражнений, благотворно воздействующих на организм, с учетом имеющегося заболевания;
- Обучение способам самоконтроля и дозировки нагрузки;
- Воспитание интереса к самостоятельным занятиям физкультурой.

Принципы методики занятий СМГ:

- Оздоровительная лечебно-профилактическая направленность средств физической культуры. При проведении занятия учитывается влияния физических упражнений и средств закаливания на больной или ослабленный организм ребенка, выбираются необходимые для лечения заболевания средства и методы физической культуры, оценивается эффективность их влияния на организм;
- Дифференцированный подход к использованию средств физической культуры в зависимости от характера и выраженности структурных и функциональных нарушений в организме учащегося, вызванных патологическим процессом;
- В подготовительный период средства и методы физического воспитания используются исключительно в оздоровительных целях;
- В основном периоде по мере улучшения адаптации организма учащихся к условиям мышечной деятельности и восстановления нарушенного функционирования

состояния постепенно переходят к профессионально-прикладной физической подготовке;

- На заключительном этапе занятий обеспечивается повышение общей и особенно специальной работоспособности, укрепление защитных сил организма.

Комплектование групп осуществляется на основании установленного диагноза с обязательным указанием степени нарушения функций организма.

Для более дифференцированного подхода к назначению двигательных режимов учащихся СМГ подразделяют на две подгруппы – «А» и «Б» (по тяжести и характеру заболевания).

К подгруппе «А» относят тех, кто имеет отклонения обратимого характера, т.е. ослабленных в связи с различными заболеваниями.

В подгруппу «Б» объединяют школьников с необратимыми изменениями органов и систем (поражения сердечно-сосудистой, мочевыделительной систем, печени; высокая степень нарушения рефракции зрения с изменением глазного дна и др.).

Основной формой физического воспитания учащихся СМГ являются уроки, которые проводятся два раза в неделю по 40 мин.

В группе 5 человек. Группы комплектуются по характеру заболевания:

- сердечно-сосудистой системы;
- эндокринной системы;
- пищеварительной;
- позвоночника и опорно-двигательного аппарата;
- органов зрения и слуха;
- мочевыделительной системы;
- ЦНС и периферической нервной системы (ДЦП, полиомиелит и др.).

Малочисленность учащихся с однородными заболеваниями не позволяет группировать их по форме заболевания. Допустимо следующее группирование: а) хроническая патология сердечно-сосудистой и дыхательной систем, б) патология опорно-двигательного аппарата и аномалия рефракции.

Группы формируются по классам (например, из учащихся 1–2-х, 3–4-х, 5–9-х классов). Если число учащихся недостаточно для комплектования группы, то их объединяют из учеников трех или четырех классов: 1–4-х, 5–9-х. Нагрузка, строго дифференцированная с учетом индивидуального подхода к учащимся.

Учебные занятия в СМГ организуются следующим образом:

построение на уроке не по росту, а по степени физической подготовленности: на

правом фланге более подготовленные дети, на левом – менее подготовленные;

перед каждым уроком у школьников определяют ЧСС. Дети, у которых ЧСС выше 80 ударов в минуту, становятся на левый фланг;

при проведении эстафеты более подготовленные стоят в начале колонны, начинают и заканчивают эстафеты, при необходимости сделав два повторения, менее подготовленные – одно;

при проведении игр слабо подготовленные ученики заменяются каждые 2 минуты;

в первой четверти рекомендуется 5-7 минут основной части урока уделять выполнению индивидуальных заданий, состоящих из упражнений, которые рекомендуются в зависимости от диагноза.

Важнейшие требования к уроку:

- обеспечение дифференцированного подхода к учащимся с учётом их состояния здоровья, физического развития и двигательной подготовленности;

- достижение динамичности, эмоциональности, образовательной и инструкторской направленности учебных занятий;

- формирование у учащихся навыков и умений самостоятельных занятий физическими упражнениями.

- Регистрация данных осуществляется в дневнике самоконтроля, (слабость, утомление, головокружение, боли, потливость, снижение работоспособности, характер сна, аппетит), а также частота пульса в начале и конце занятия. Дневники проверяются не реже одного раза в месяц, их данные используются при определении нагрузки. Объективные данные о состоянии здоровья учащихся учитель получает во время медицинских осмотров.

Основными документами планирования учебной работы являются:

- годовой план прохождения программного материала;
- четвертной план;
- конспекты и планы отдельных уроков;
- журнал учёта занятий со школьниками.

Дополнительными документами:

- планы проведения врачебно-педагогических мероприятий;
- паспорт здоровья школьника;
- комплексы физических упражнений, рекомендуемых учащимся для самостоятельных занятий;
- комплексы физических упражнений, рекомендуемых для проведения физкультминуток;
- правила проведения коррекционных подвижных игр;
- тематический план проведения бесед со школьниками;
- тематический план проведения бесед с родителями;

Организация учебного процесса

Занятия СМГ придерживаются общепринятой структуры занятий по физическому воспитанию. Но в методике их проведения есть особенность: занятие состоит не из трех, а из четырех частей.

Вводная часть (3–4 мин.): наблюдение за частотой пульса, дыхательные упражнения.

Подготовительная часть (10–15 мин.): общеразвивающие упражнения, выполняемые сначала в медленном, а затем в среднем темпе. Каждое упражнение повторяется от 4–5 раз до 6–8 раз. Особое внимание следует обращать на правильность дыхания. Не рекомендуются упражнения, требующие больших мышечных усилий и затрудняющие дыхание. При помощи общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятия удастся обеспечить поочередное (по принципу «рассеивания» нагрузки) включение в работу всех крупных мышечных групп. При этом нагрузка не должна возрастать резко. Специальные дыхательные упражнения, применяемые после наиболее утомительных физических нагрузок, позволяют уменьшить степень функционального напряжения, испытываемого организмом.

Основная часть (15–18 мин.): обучение и тренировки. В ней изучаются новые физические упражнения, тренируются дыхательные навыки, развиваются двигательные качества. Наибольшая физическая нагрузка должна приходиться на вторую половину основной части урока. Для этого учебный материал распределяется так, чтобы начальный период основной части был заполнен более легкими физическими упражнениями. Как правило, в этой части занятия проводят обучение одному новому упражнению. На каждом уроке необходимо также повторение нескольких упражнений, освоенных раньше. Очень важно избегать утомляемости в ходе повторения однообразных движений. Для этого, как и в подготовительной части занятия, необходимо «рассеивать» нагрузку на разные мышечные группы.

Предусмотренное программой по физическому воспитанию освоение гимнастики, легкой атлетики, баскетбола, лыжной подготовки, волейбола обеспечивается главным образом за счет основной части урока. Но для освоения отдельных разделов спортивной подготовки целесообразно использовать и подготовительную его часть.

Заключительная часть занятия (5 мин.) включает упражнения дыхательные и на расслабление. Главная задача этой части урока – восстановление функционального состояния организма учащихся после физических нагрузок. Здесь целесообразны упражнения на те мышечные группы, которые не были задействованы на уроке.

Интенсивность этих упражнений, обеспечивающих активный отдых утомленных мышечных групп, должна быть ниже, чем в основной части занятия.

Практические разделы программы по физическому воспитанию для учащихся основной и специальной медицинских групп существенно различны. Учащиеся СМГ освобождены от выполнения каких-либо практических нормативов. Но к числу обязательных для них требований по отдельным видам спорта относятся:

- гимнастика – выполнение строевых упражнений, упражнений на осанку, основных движений руками, туловищем, танцевальных шагов, акробатических элементов, равновесия, опорных прыжков; поднимание и переноска небольших тяжестей, упражнения на гимнастических снарядах и со снарядами;
- легкая атлетика – техника бега на короткие и средние дистанции, способы метания

гранаты, прыжки в длину;

– лыжная подготовка – техника владения отдельными способами передвижения на лыжах, подъемов и спусков с гор, поворотов на месте и при передвижении (по заданию преподавателя);

Домашнее задание

Логическим продолжением учебной работы на уроке являются домашние задания, которые помогут повысить объем двигательной активности учащихся, улучшить их физическую подготовленность, укрепить здоровье, внедрить физкультуру в быт. Учитель обязан предварительно показать задаваемые на дом упражнения, уточнить нагрузки. Общее время выполнения домашнего задания не должно превышать 15–20 мин. Чаще всего в домашние задания включаются следующие упражнения:

1. Ходьба на месте с правильной осанкой, высоким подниманием бедер и движением рук (у зеркала).
2. Прыжки на месте (высота 20–30 см) с мягким приземлением.
3. Сохранение равновесия согнутой и выпрямленной ноги.
4. Упражнения из и.п.: лежа на животе, руки согнуты в локтевых суставах и разведены в стороны, кисти – одна на другой под подбородком, ступни вместе. Поднимание головы и рук назад или в стороны; поднимание головы и рук, согнутых в локтевых суставах (локти назад, лопатки соединены); поднимание головы и туловища, руки на пояс.
5. Упражнения из и.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища: поднимание головы с одновременным сгибанием ступней; попеременное поднимание ног (под разными углами), движения велосипедиста; поднимание туловища с опорой руками о пол, то же – руки на пояс.
6. Упражнения на расслабление рук и поочередно ног, выполняемые из и.п.: стоя.
7. Упражнение из и.п.: стоя, руки в стороны: пяткой правой ноги прикоснуться к левому колену, зафиксировать это положение, сохраняя равновесие. То же – с закрытыми глазами.
8. Приседания на полной стопе, вытягивание рук вперед. Приседания на носках, руки впереди. То же – руки на пояс.
9. Упражнения для мышц стопы: захват легких предметов (малого мяча, коробка спичек и т.п.) пальцами ног, сгибая стопу в положении сидя.
10. Ходьба по гимнастической скамейке (линиям на полу) с подбрасыванием мяча, ударами его о пол и ловлей.
11. Упражнения с гимнастической палкой: наклон вперед, палку горизонтально вверх, за голову, за лопатки (одним движением занести палку, удерживаемую перед собой двумя руками, за спину).
12. Равновесие на левой (правой) ноге («ласточка»).
13. Прыжки через скакалку на одной и обеих ногах с мягким приземлением на носки.
14. Из стойки на коленях сед на пол сбоку (справа, слева) и возвращение в и.п.
15. Разучивание движений рук в определенном способе плавания из положения стоя, то же – ногами, но в положении сидя.
16. Освоение координации движений в определенном способе плавания.

Проведение спортивных и подвижных игр

Особого внимания требует методика проведения игр. Включенные в программный материал подвижные игры и элементы спортивных игр требуют строгой дозировки.

Повышенное эмоциональное состояние при проведении подвижных и особенно спортивных игр может вызвать незаметное утомление учащихся, поэтому учителю следует пристально следить за первыми его признаками, своевременно заканчивать игру, предупреждая возникновение переутомления.

На каждом уроке проводится не более одной игры, причем начинать надо всегда с более простых.

1 Гонка мячей проводится в виде эстафет:

- а) передача мяча над головой (2 раза);
- б) передача мяча между ногами (2 раза);
- в) передача мяча справа, слева (по 2 раза);
- г) передача мяча под ногами, над головой, справа, слева (по 2 раза).

2 Передача волейбольного мяча и ее разновидности:

- а) подбрасывание мяча над собой, ловля его и передача товарищу. Игра проводится при построении в 2 шеренги, лицом друг к другу, на расстоянии 4–6 м (по 3–5 раз);
- б) то же, но при построении в 2 колонны, стоящие лицом друг к другу, после передачи игрок переходит в конец противоположной колонны (по 2 раза);
- в) перебрасывание мяча через сетку: 2.1. Двумя мячами – одновременное перебрасывание по сигналу. Два тайма по 3 мин; 2.2. Одним мячом – кто поймает, тот бросает. Один тайм 3 мин.

3 Передал – садись:

- а) передача мяча капитаном (капитан стоит лицом к колонне на расстоянии 1–3 м) каждому игроку. Ученик, получив мяч и отдав его капитану, садится на пол (1–2 раза);
- б) то же, но последний в колонне, получив мяч, говорит: «Гоп!», все встают и передают мяч справа или слева, между ног, над головой (по договоренности) (1–2 раза).

4 Технические приемы баскетбола. Школьники построены в 2 шеренги лицом друг к другу:

- а) передача мяча двумя руками от груди (5 раз);
- б) передача мяча от груди с ударом о площадку (5 раз);
- в) ведение мяча (5 ударов правой рукой, 5 ударов левой) (3 раза);
- г) имитация броска мяча в кольцо (5 раз);
- д) ведение мяча и бросок его в кольцо (3 раза);
- е) комбинация из ведения и передач мяча (3 раза).

5 Игра «Мяч капитану»:

- а) смена играющих через 3 мин;
- б) смена играющих через 5 мин.

6 Эстафета с элементами баскетбола:

- а) продолжительность эстафеты до 3 мин;
- б) продолжительность эстафеты до 5 мин. В команде – 6–8 игроков.

7 Игра в баскетбол по упрощенным правилам:

- а) смена игроков через 3 мин;
- б) смена игроков через 5–6 мин.

Игры 1–4 проводятся для школьников 4–7-х классов на первом году обучения, на втором году уже проводят игры 1–5, для 8–9-х классов на первом году обучения дают игры 1–5, а на втором году – 5–7, кроме того, добавляют элементарные технические приемы игры в баскетбол и волейбол по упрощенным правилам. Дозировка игр приведена для одномоментного проведения. На уроках второго года обучения возможно проведение этих игр с двумя и даже с тремя повторениями, но между ними должен быть интервал не менее 5 мин, который заполняется упражнениями на расслабление мышц, ходьбой, дыхательными упражнениями и отдыхом не менее 1 мин.

Перед началом занятий лыжной подготовкой школьники проходят дополнительный медицинский осмотр. На занятиях параллельно решаются задачи обучения ходьбе на лыжах. Особого внимания требует методика проведения игр. Включенные в программный материал подвижные игры и элементы спортивных игр требуют строгой дозировки. Повышенное эмоциональное состояние при проведении подвижных и особенно спортивных игр может вызвать незаметное утомление учащихся, поэтому учителю следует пристально следить за первыми его признаками, своевременно заканчивать игру, предупреждая возникновение переутомления.

Занятия с СМГ проводятся обязательно отдельно от здоровых детей. Однако освободить ребенка, занимающегося в СМГ от посещений уроков физкультуры по расписанию класса, может только учитель физкультуры при обязательном согласовании этого с родителями ребенка и администрацией ОУ. Обычно для освобождения от посещения урока родители пишут заявление, на котором директор школы ставит свою визу. В противном случае ребенок должен находиться на уроке, хотя и не участвует в процессе физического воспитания, исполняет роль статиста.

Время проведения занятий жестко не регламентируется. Есть рекомендации проводить уроки физкультуры для детей СМГ нулевым уроком или планируются уроки на вторую половину дня.