


**КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені БОРИСА ГРІНЧЕНКА**

**Кафедра фізичної реабілітації та біокінезіології**

**“ЗАТВЕРДЖУЮ”**

Проректор з науково-методичної  
та навчальної роботи

 О.Б. Жильцов  
“ 04 ” “ 09 ” 20 14 року



**РОБОЧА НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА**

**ЛІКУВАЛЬНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА У СПЕЦІАЛЬНИХ  
МЕДИЧНИХ ГРУПАХ**

Напрямок підготовки: 6.010201 - Фізичне виховання

Галузь знань: 0102 – Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини

Факультет здоров'я, фізичного виховання і спорту

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА  
Ідентифікаційний код 02136554  
Начальник відділу  
моніторингу якості освіти  
Програма № 0945/14  
 (підпис) \_\_\_\_\_ (прізвище, ініціали)  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 14 р.

2017 - 2018 навчальний рік

Робоча програма «Лікувальна фізична культура у спеціальних медичних групах» для студентів напряму підготовки: 6.010201 - Фізичне виховання, галузі знань: 0102 – Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини, 2017. – 28 с.


Розробники: Бісмак Олена Василівна, завідувач кафедри фізичної реабілітації та біокінезіології, доцент;

Дерека Тетяна Григорівна, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичної реабілітації та біокінезіології.

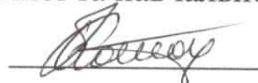
Протокол № 1 від 30 серпня 2017 року

Завідувач кафедри фізичної реабілітації та біокінезіології

  
\_\_\_\_\_ (О.В. Бісмак)

Години відповідають навчальному плану. Структура програми типова.

Заступник декана з науково-методичної та навчальної роботи

  
\_\_\_\_\_ (О.С. Козюк)

© О.В. Бісмак, 2017 рік

© Т.Г. Дерека, 2017 рік

© Університет Грінченка, 2017 рік

## ЗМІСТ

Пояснювальна записка	4
Структура програми навчальної дисципліни	6
1. Опис предмета навчальної дисципліни	6
2. Тематичний план навчальної дисципліни	7
3. Навчально-методична карта дисципліни	8
4. Програма	9
Змістовий модуль I. Особливості фізичного виховання дітей із ослабленим здоров'ям	9
Змістовий модуль II. Особливості методики фізичного виховання студентів з різними захворюваннями	9
5. Плани практичних занять	10
6. Завдання для самостійної роботи	16
7. Система поточного та підсумкового контролю	19
8. Методи навчання	22
9. Методичне забезпечення курсу	23
10. Об'ємні вимоги до курсу	23
11. Рекомендована література	25

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Робочу навчальну програму укладено згідно з вимогами кредитно-модульної системи організації навчання. Програма визначає обсяги знань, які повинен опанувати бакалаври відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення навчального матеріалу дисципліни «Лікувальна фізична культура у спеціальних медичних групах», необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень студентів.

Вивчення дисципліни «Лікувальна фізична культура у спеціальних медичних групах» передбачає розв'язання низки завдань професійної підготовки фахівців вищої кваліфікації, зокрема: професійно-педагогічну діяльність викладача фізичної культури; професійної підготовки висококваліфікованих і конкурентоспроможних фахівців у галузі фізичного виховання, спорту та здоров'я людини відповідно до вітчизняних та європейських стандартів; опанування системою знань про закономірності процесу навчання і виховання осіб, які мають відхилення у стані здоров'я, форми, методи і засоби фізичного виховання дітей з ослабленим здоров'ям.

**Мета курсу** – розкрити особливості фізичного виховання дітей з ослабленим здоров'ям, специфіку роботи спеціальних медичних груп та особливості методики фізичного виховання дітей з різними захворюваннями.

### **Завдання курсу:**

#### 1. Методичні:

- а) визначити основні напрямки навчальної, наукової роботи;
- б) допомогти студентам оволодіти нормативними документами щодо професійної діяльності у загальноосвітніх навчальних закладах;
- в) ознайомити з науковими джерелами, до яких можна звернутись для постійного вдосконалення професій;

#### 2. Пізнавальні:

- а) розглянути загальні питання фізичного виховання школярів з ослабленим

здоров'ям;

б) визначити теоретичні основи організації занять з фізичного виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я;

в) розширити знання щодо етіології та патогенезу захворювань функціональних систем організму школярів.

3. Практичні:

а) вчити застосовувати на практиці теоретичні знання;

б) вчити дотримуватись вимог щодо організації та особливостей занять з учнями спеціальних медичних груп;

в) вироблення вмінь самостійно працювати над програмним матеріалом.

Підвищенню ефективності семінарських занять сприятиме передбачене програмою виконання навчально-дослідницьких завдань, з актуальних проблем діяльності вчителя фізичного виховання з учнями спеціальних медичних груп.

Під час семінарських занять, індивідуальної навчально-дослідницької та самостійної роботи студенти **набувають компетенції та компетентності:**

1. Здатність аналізувати нормативні документи, що регламентують порядок проведення занять з фізичної культури.

2. Здатність проводити практичні заняття з фізичного виховання з учнями, які мають відхилення у стані здоров'я.

3. Здатність визначити напрями профілактичної роботи в системі фізичного виховання.

4. Здатність працювати з інформаційними джерелами з метою ознайомлення з організацією та особливостями методики занять фізичного виховання з учнями, які мають відхилення у стані здоров'я.

## СТРУКТУРА ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

### I. ОПИС ПРЕДМЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Предмет: Лікувальна фізична культура у спеціальних медичних групах

Курс: IV	Напрямок, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
<p>Кількість кредитів, відповідних ECTS: 2 кредити</p> <p>Змістові модулі: 2 модулі</p> <p>Загальний обсяг дисципліни (години): 72 години</p> <p>Тижневих годин: 2 год.</p>	<p>Галузь знань: 0102 – Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини</p> <p>Напрямок підготовки – 6.010201 - Фізичне виховання</p> <p>Освітньо-кваліфікаційний рівень «бакалавр»</p>	<p>Нормативна</p> <p>Рік підготовки: 4</p> <p>Семестр: 7</p> <p>Контактні години: 28 годин, з них:</p> <p>Лекції: 10 годин</p> <p>Практичні заняття: 18 годин</p> <p>Модульний контроль: 4 годин</p> <p>Самостійна робота: 40 годин</p> <p>Вид контролю: залік</p>

## II. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

№ п/п	Назви теоретичних розділів	Кількість годин				
		Разом	Лекції	Практич- ні зан.	Само- стійна робота	Модуль- ний контроль
<b>Змістовий модуль I</b>						
<b>ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ІЗ ОСЛАБЛЕНИМ ЗДОРОВ'ЯМ</b>						
1.	Гігієнічні засади організації фізичного виховання студентів ВНЗ	14	2	2	10	
2.	Специфіка роботи спеціальної медичної групи	18	2	4	10	2
Разом		32	4	6	20	2
<b>Змістовий модуль II.</b>						
<b>ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ З РІЗНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ</b>						
3.	Форми, засоби та методи фізичного виховання дітей з різними захворюваннями.	26	4	8	12	2
4.	Профілактична діяльність в системі фізичного виховання.	14	2	4	8	
Разом		40	6	12	20	2
Разом за навчальним планом		72	10	18	40	4

### III. Навчально-методична карта дисципліни «Лікувальна фізична культура в спеціальних медичних групах»

Разом: 72 год., лекції – 12 год., практичні заняття – 16 год., самостійна робота – 40 год., модульний контроль – 4 год.

Тиждень									
Модулі	Змістовий модуль I			Змістовий модуль II					
Назва модуля	ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ ІЗ ОСЛАБЛЕНИМ ЗДОРОВ'ЯМ (70 балів)			ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ З РІЗНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ (104 бали)					
Лекції	1	2		3-4			5		
Теми лекцій	Гігієнічні засади організації фізичного виховання учнів у загальноосвітніх навчальних закладах	Специфіка роботи спеціальної медичної групи.		Форми, засоби та методи фізичного виховання дітей з різними захворюваннями			Профілактична діяльність в системі фізичного виховання.		
Лекц., відвід., бали	1	1		1+1			1		
Теми практичних занять	Принципи та критерії диференціації школярів за рівнем здоров'я у процесі фізичного виховання	Особливості методики занять зі спеціальними медичними групами	Особливості засобів фізичного виховання ослаблених дітей та дозування фізичного	Особливості методики фізичного виховання	Особливості методики фізичного виховання	Особливості методики фізичного виховання	Особливості методики фізичного виховання студентів при захворюваннях	Профілактика порушень постави, плоскостопості та вад зору в умовах школи.	Профілактика порушень маси тіла в умовах школи.
Практичні №	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Робота на пр. зан.+відвід.	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1	10+1
Самостійна робота, бали	5	5		5			5		
Види поточного контролю	Модульна контрольна робота (25 балів)			Модульна контрольна робота (25 балів)					
Підсумковий контроль	Залік								



## **IV. ПРОГРАМА**

### **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I. ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ З ОСЛАБЛЕНИМ ЗДОРОВ'ЯМ**

#### **Лекція 1. ГІГІЄНИЧНІ ЗАСАДИ ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ВНЗ (2 год.).**

**Практичне заняття 1.** Принципи та критерії диференціації студентів за рівнем здоров'я у процесі фізичного виховання (2 год.).

#### **Лекція 2. СПЕЦИФІКА РОБОТИ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ (2 год.).**

**Практичне заняття 2.** Особливості методики занять зі спеціальними медичними групами (2 год.).

**Практичне заняття 3.** Особливості засобів фізичного виховання ослаблених дітей та дозування фізичного навантаження (2 год.).

### **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ З РІЗНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ**

#### **Лекція 3-4. ФОРМИ, ЗАСОБИ ТА МЕТОДИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ З РІЗНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ (4 год.).**

**Практичне заняття 4.** Особливості методики фізичного виховання студентів

при порушеннях ОРА (2 год.).

**Практичне заняття 5.** Особливості методики фізичного виховання студентів при захворюваннях серцево-судинної системи (2 год.).

**Практичне заняття 6.** Особливості методики фізичного виховання студентів при захворюваннях дихальної системи (2 год.).

**Практичне заняття 7.** Особливості методики фізичного виховання студентів при захворюваннях органів шлунково-кишкового тракту та ендокринної системи (2 год.).

## **Лекція 5. ПРОФІЛАКТИЧНА РОБОТА В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СМГ (2 год.)**

**Практичне заняття 8.** Профілактика порушень постави, плоскостопості та вад зору в умовах школи. (2 год.).

**Практичне заняття 9.** Профілактика порушень маси тіла в умовах школи (2 год.).

## **V. ПЛАНИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ**

### **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ З ОСЛАБЛЕНИМ ЗДОРОВ'ЯМ**

#### **Практичне заняття 1.**

Принципи та критерії диференціації школярів за рівнем здоров'я у процесі фізичного виховання (2 год.).

#### **План**

1.Критерії диференціації школярів за рівнем здоров'я у процесі фізичного виховання.

2. Завдання фізичного виховання дітей із ослабленим здоров'ям.
3. Реалізація принципів фізичного виховання.
- 4 Особливості засобів фізичного виховання ослаблених дітей.

### **Література**

1. Безверхня Г.В., Заяць О.В., Коваленко А.О. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Методичні рекомендації (для вчителів фізичної культури). Умань, 2010. – 83 с.
2. Медико-біологічні основи фізичної культури і спорту / П.С.Назар, О.О.Шевченко, Т.П.Гусєв. – К.: Олімп. л-ра, 2013. – 328 с.
3. Фізичне виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я: [метод. посібник]/ Л.І.Іванова. – К.: Літера ЛТД, 2012. – 320 с.

### **Практичне заняття 2.**

Особливості методики занять зі спеціальними медичними  
групами (2 год.).

#### План

- 1 Особливості методики занять зі спеціальними медичними групами.
2. Характерна особливість занять СМГ.
3. Загальні правила розвитку окремих рухових якостей при відхиленнях у стані здоров'я дітей і підлітків.

### **Література**

1. Безверхня Г.В., Заяць О.В., Коваленко А.О. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Методичні рекомендації (для вчителів фізичної культури). Умань, 2010. – 83 с.
2. Медико-біологічні основи фізичної культури і спорту / П.С.Назар, О.О.Шевченко, Т.П.Гусєв. – К.: Олімп. л-ра, 2013. – 328 с.
3. Фізичне виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я: [метод. посібник]/ Л.І.Іванова. – К.: Літера ЛТД, 2012. – 320 с.

### **Практичне заняття 3.**

Особливості застосування засобів фізичного виховання в ослаблених студентів та дозування фізичного навантаження (2 год.).

#### **План**

1. Дозування фізичного навантаження:
  - 1.1. Загальне фізичне навантаження.
  - 1.2. Локальне фізичне навантаження.
2. Лікарсько-педагогічний контроль на уроках фізичної культури в СМГ.
3. Профілактика травматизму на уроках фізичної культури в СМГ.

#### **Література**

1. Безверхня Г.В., Заяць О.В., Коваленко А.О. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Методичні рекомендації (для вчителів фізичної культури). Умань, 2010. – 83 с.
2. Медико-біологічні основи фізичної культури і спорту / П.С.Назар, О.О.Шевченко, Т.П.Гусєв. – К.: Олімп. л-ра, 2013. – 328 с.
3. Фізичне виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я: [метод. посібник]/ Л.І.Іванова. – К.: Літера ЛТД, 2012. – 320 с.

### **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II.**

#### **МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ З РІЗНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ**

### **Практичне заняття 4.**

Особливості методики фізичного виховання студентів при порушеннях ОРА (2 год.).

#### **План**

1. Постава. Види порушень постави у сагітальній та фронтальній

площинах.

2. Методика фізичного виховання при вадах постави.
3. Плоскостопість. Ступені плоскостопості.
4. Методика фізичного виховання при плоскостопості.

### **Література**

1. Безверхня Г.В., Заяць О.В., Коваленко А.О. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Методичні рекомендації (для вчителів фізичної культури). Умань, 2010. – 83 с.
2. Медико-біологічні основи фізичної культури і спорту / П.С.Назар, О.О.Шевченко, Т.П.Гусєв. – К.: Олімп. л-ра, 2013. – 328 с.
3. Фізичне виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я: [метод. посібник]/ Л.І.Іванова. – К.: Літера ЛТД, 2012. – 320 с.

### **Практичне заняття 5.**

Особливості методики фізичного виховання студентів при захворюваннях  
серцево-судинної системи (2 год.).

#### **План**

1. Основні захворювання серцево-судинної системи.
2. Фізіологічний механізм полегшення роботи серця.
3. Методи досягнення розвиваючих ефектів на діяльність серцево-судинної системи.
4. Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях серцево-судинної системи.

### **Література**

1. Безверхня Г.В., Заяць О.В., Коваленко А.О. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Методичні рекомендації (для вчителів фізичної культури). Умань, 2010. – 83 с.

2. Медико-біологічні основи фізичної культури і спорту / П.С.Назар, О.О.Шевченко, Т.П.Гусєв. – К.: Олімп. л-ра, 2013. – 328 с.

3. Фізичне виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я: [метод. посібник]/ Л.І.Іванова. – К.: Літера ЛТД, 2012. – 320 с.

### **Практичне заняття 6.**

Особливості методики фізичного виховання студентів СМГ при захворюваннях дихальної системи (2 год.).

#### **План**

1. Основні захворювання дихальної системи.
2. Основні причини захворювань дихальних шляхів.
3. Обмеження при захворюваннях дихальної системи.
4. Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях дихальної системи.

### **Література**

1. Безверхня Г.В., Заяць О.В., Коваленко А.О. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Методичні рекомендації (для вчителів фізичної культури). Умань, 2010. – 83 с.

2. Медико-біологічні основи фізичної культури і спорту / П.С.Назар, О.О.Шевченко, Т.П.Гусєв. – К.: Олімп. л-ра, 2013. – 328 с.

3. Фізичне виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я: [метод. посібник]/ Л.І.Іванова. – К.: Літера ЛТД, 2012. – 320 с.

### **Практичне заняття 7.**

Особливості методики фізичного виховання студентів при захворюваннях органів шлунково-кишкового тракту та ендокринної системи (2 год.).

#### **План**

1. Основні захворювання ШКТ та ендокринної системи.
2. Фізіологічний механізм дії фізичних вправ при захворюваннях ШКТ ендокринних захворюваннях.
3. Особливості методики фізичного виховання при захворюваннях ШКТ ендокринної системи.

### **Література**

1. Безверхня Г.В., Заяць О.В., Коваленко А.О. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Методичні рекомендації (для вчителів фізичної культури). Умань, 2010. – 83 с.
2. Медико-біологічні основи фізичної культури і спорту / П.С.Назар, О.О.Шевченко, Т.П.Гусєв. – К.: Олімп. л-ра, 2013. – 328 с.
3. Фізичне виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я: [метод. посібник]/ Л.І.Іванова. – К.: Літера ЛТД, 2012. – 320 с.

### **Практичне заняття 8.**

Профілактика порушень постави, плоскостопості та вад зору в умовах ВНЗ (2 год.).

#### **План**

1. Профілактика порушень постави, плоскостопості та вад зору.
2. Профілактика порушень плоскостопості та вад зору.

### **Література**

1. Безверхня Г.В., Заяць О.В., Коваленко А.О. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Методичні рекомендації (для вчителів фізичної культури). Умань, 2010. – 83 с.
2. Медико-біологічні основи фізичної культури і спорту / П.С.Назар, О.О.Шевченко, Т.П.Гусєв. – К.: Олімп. л-ра, 2013. – 328 с.
3. Фізичне виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я: [метод. посібник]/

Л.І.Іванова. – К.: Літера ЛТД, 2012. – 320 с.

### **Практичне заняття 9.**

Профілактика порушень маси тіла в умовах ВНЗ (2 год.).

#### **План**

1. Основні причини порушень маси тіла.
2. Фізіологічний механізм дії фізичних вправ при порушеннях маси тіла.
3. Методи досягнення нормалізації маси тіла в умовах ВНЗ.
4. Особливості методики профілактики порушень маси тіла на уроках фізичного виховання.

#### **Література**

1. Безверхня Г.В., Заяць О.В., Коваленко А.О. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Методичні рекомендації (для вчителів фізичної культури). Умань, 2010. – 83 с.
2. Медико-біологічні основи фізичної культури і спорту / П.С.Назар, О.О.Шевченко, Т.П.Гусєв. – К.: Олімп. л-ра, 2013. – 328 с.
3. Фізичне виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я: [метод. посібник]/ Л.І.Іванова. – К.: Літера ЛТД, 2012. – 320 с.

## **VI. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ**

### **Змістовий модуль I ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ З ОСЛАБЛЕНИМ ЗДОРОВ'ЯМ**

#### **Тема 1. Гігієнічні засади організації фізичного виховання студентів ВНЗ – 6 год.**

1. З'ясуйте показники для визначення медичної групи при деяких відхиленнях в стані здоров'я тривалого або тимчасового характеру (за Р.Є.Мотилянською). - 2 год.



2. Заповніть таблицю характеристики груп для занять на уроках фізичної культури та особливості організації занять з учнями (за зразком). – 2 год.

Назва медичної групи	Критерії віднесення учнів до груп	Характеристика фізичного навантаження	Примітка
Основна група			
Підготовча група			
Спеціальна група			

3. З'ясуйте схему періодичності обов'язкових медичних профілактичних оглядів учнів загальноосвітніх навчальних закладів. – 2 год.

### Тема 2. Специфіка роботи спеціальної медичної групи – 14 год.

1. Визначте напрямки та показники лікарсько-педагогічного контролю при заняттях фізичними вправами учнів з відхиленнями у стані здоров'я. – 2 год.

2. Визначте особливості (складіть перелік показників) самоконтролю при заняттях фізичними вправами учнів з відхиленнями у стані здоров'я. – 4 год.

3. Заповніть таблицю ознак ступенів стомленості (за Л.Г.Серкіним). - 2 год.

4. Заповніть таблицю організаційних та методичних рекомендацій щодо рухового режиму учнів, які належать до різних груп здоров'я. - 4 год.

№ групи	Організаційні рекомендації	Методичні рекомендації
1-ша основна		
2-га підготовча		
3-тя спеціальна		
4-га		
5-га		

5. Визначте особливості методики навчання раціонального дихання при заняттях фізичними вправами у спеціальній медичній групі. - 2 год.

**Змістовий модуль II.**  
**ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ З**  
**РІЗНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ**

**Тема 3-4. Форми, засоби та методи фізичного виховання дітей з різними захворюваннями. – 12 год.**

1. Скласти комплекс фізичних вправ занять (план-конспект уроку) СМГ при серцево-судинних захворюваннях (нозологія за вибором). – 2 год.
2. Скласти комплекс фізичних вправ занять (план-конспект уроку) СМГ при захворюваннях дихальної системи (нозологія за вибором). – 2 год.
3. Скласти комплекс фізичних вправ занять (план-конспект уроку) СМГ при ендокринних захворюваннях (діабет I або II типу). – 2 год.
4. Скласти комплекс фізичних вправ занять (план-конспект уроку) СМГ при захворюваннях обміну речовин (надмірна маса тіла). – 2 год.
5. Скласти комплекс фізичних вправ занять (план-конспект уроку) СМГ при захворюваннях ОРА (сколіоз / плоскостопість). – 2 год.
6. Визначте критерії оцінювання навчальних досягнень учнів, за станом здоров'я віднесених до спеціальної медичної групи – 2 год.

**Тема 5. Профілактична діяльність в системі фізичного виховання. – 8 год.**

1. Складіть перелік профілактичних заходів та приблизний план-конспект уроку фізичної культури для профілактики порушень ОРА. – 2 год.
2. Складіть перелік профілактичних заходів та приблизний план-конспект уроку фізичної культури для профілактики порушень зору. – 2 год.
3. Складіть перелік профілактичних заходів та приблизний план-конспект уроку фізичної культури для профілактики ожиріння. – 2 год.
4. Складіть перелік профілактичних заходів дітей, які часто хворіють на гострі респіраторні захворювання. – 2 год.

Карту самостійної роботи, де визначено форми академічного контролю, успішність (бали) і термін виконання самостійної роботи бакалаврами, подано у вигляді табл. 6.1.

Таблиця 6.1

### КАРТА САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТА

Змістовий модуль та теми курсу	Академічний контроль	Бали
<b>Змістовий модуль I. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК СУСПІЛЬНЕ ЯВИЩЕ ТА ГАЛУЗЬ ДІЯЛЬНОСТІ</b>		
Тема 1. Гігієнічні засади організації фізичного виховання учнів у загальноосвітніх навчальних закладах (6 год.)	Поточний	5
Тема 2. Специфіка роботи спеціальної медичної групи (14 год.)	Поточний	5
<b>Змістовий модуль II. КАДРОВЕ ТА МАТЕРІАЛЬНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ</b>		
Тема 3-4. Форми, засоби та методи фізичного виховання дітей з різними захворюваннями (12 год.)	Поточний	5
Тема 5. Профілактична діяльність в системі фізичного виховання (8 год.)	Поточний	5
Разом: 40 год.		20 балів

## VII. СИСТЕМА ПОТОЧНОГО І ПІДСУМКОВОГО

### КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ

Навчальні досягнення бакалаврів із дисципліни «Вступ до спеціальності»

оцінюються за модульно-рейтинговою системою, в основу якої покладено принцип поопераційної звітності, обов'язковості модульного контролю, накопичувальної системи оцінювання рівня знань, умінь та навичок; розширення кількості підсумкових балів до 100.

Контроль успішності студентів з урахуванням поточного і підсумкового оцінювання здійснюється відповідно до навчально-методичної карти, де зазначено види й терміни контролю. Систему рейтингових балів для різних видів контролю та порядок їх переведення у національну та європейську (ECTS) шкалу подано у табл. 7.1, табл. 7.2.

Таблиця 7.1

## Розрахунок рейтингових балів за видами поточного контролю

№	Вид діяльності	Кількість балів за одиницю	Кількість одиниць до розрахунку	Всього
1.	Відвідування лекцій	1	5	5
2.	Відвідування практичних занять	1	9	9
3.	Робота на практичному занятті	10	9	90
4.	Виконання завдання з самостійної роботи (домашнього завдання)	5	4	20
5.	Модульна контрольна робота	25	2	50
<b>Максимальна кількість балів - 174</b>				

**Розрахунок:  $174:100=1,74$**

У процесі оцінювання навчальних досягнень бакалаврів застосовуються такі методи:

- **Методи усного контролю:** індивідуальне опитування, фронтальне опитування, співбесіда, залік.
- **Методи письмового контролю:** підсумкове письмове тестування.
- **Методи самоконтролю:** уміння самостійно оцінювати свої знання, самоаналіз.

Таблиця 7.2

### Порядок переведення рейтингових показників

Оцінка за стобальною системою	Оцінка рейтингова	Значення рейтингу
<b>90-100</b>	<b>A</b>	<b>Відмінно</b> <i>Відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок</i>
<b>82-89</b>	<b>B</b>	<b>Дуже добре</b> <i>Вище середнього рівня з кількома помилками</i>
<b>75-81</b>	<b>C</b>	<b>Добре</b> <i>В загальному вірне виконання з певною кількістю суттєвих помилок</i>
<b>69-74</b>	<b>D</b>	<b>Задовільно</b> <i>Непогано, але зі значною кількістю недоліків</i>
<b>60-68</b>	<b>E</b>	<b>Достатньо</b> <i>Виконання задовольняє мінімальним критеріям</i>
<b>35-59</b>	<b>FX</b>	<b>Незадовільно</b> <i>З можливістю повторного складання</i>
<b>1-34</b>	<b>F</b>	<b>Незадовільно</b> <i>З обов'язковим повторним курсом</i>

Кожний модуль включає бали за поточну роботу бакалавра на практичних заняттях, виконання самостійної роботи, модульну контрольну роботу.

Виконання модульних контрольних робіт здійснюється в письмовому вигляді з використанням роздрукованих завдань.

Модульний контроль знань студентів здійснюється після завершення вивчення навчального матеріалу модуля. Вивчення третього модуля закінчується виконанням тестового завдання.

Кількість балів за роботу з теоретичним матеріалом, на практичних заняттях, під час виконання самостійної та індивідуальної навчально-дослідної роботи

залежить від дотримання таких вимог:

- ✓ своєчасність виконання навчальних завдань;
- ✓ повний обсяг їх виконання;
- ✓ якість виконання навчальних завдань;
- ✓ самостійність виконання;
- ✓ творчий підхід у виконанні завдань;
- ✓ ініціативність у навчальній діяльності.

## **VIII. МЕТОДИ НАВЧАННЯ**

### **I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності**

#### **1) За джерелом інформації:**

- Словесні: лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint – Презентація), семінари, пояснення, розповідь, бесіда.
- Наочні: спостереження, ілюстрація, демонстрація.

**2) За логікою передачі і сприймання навчальної інформації:** індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

**3) За ступенем самостійності мислення:** репродуктивні, пошукові, дослідницькі.

**4) За ступенем керування навчальною діяльністю:** під керівництвом викладача; самостійна робота студентів з книгою.

**II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності:**

**1) Методи стимулювання інтересу до навчання:** навчальні дискусії; створення ситуації пізнавальної новизни; створення ситуацій зацікавленості (метод цікавих аналогій тощо).

## **ІХ. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КУРСУ**

- ✓ опорні конспекти лекцій;
- ✓ навчальні посібники;
- ✓ робоча навчальна програма;
- ✓ збірка тестових і контрольних завдань для тематичного (модульного) оцінювання навчальних досягнень студентів;
- ✓ засоби підсумкового контролю (комплект друкованих завдань для підсумкового контролю).

## **X. ОБ'ЄМНІ ВИМОГ ДО КУРСУ**

1. Стан здоров'я школярів України. Характеристика, проблеми, шляхи вирішення.
2. Вплив фізичних вправ на організм людини (нервову систему, ССС, ДС, ШКТ, ОРА). Оздоровчий ефект від систематичних занять фізичними вправами.
3. Механізми лікувальної дії фізичних вправ за В.Добровольським.
4. Критерії диференціації школярів за рівнем здоров'я у процесі фізичного виховання.
5. Особливості розподілу учнів СМГ на підгрупи. Показання для повного звільнення від занять фізичною культурою.
6. Завдання фізичного виховання дітей із ослабленим здоров'ям.
7. Принципи фізичного виховання дітей із ослабленим здоров'ям.
8. Особливості засобів фізичного виховання ослаблених дітей, їх характеристика.
9. Особливості методики занять із спеціальними медичними групами.
10. Організаційні та методичні особливості рухового режиму учнів, які належать до різних груп здоров'я (основна, підготовча, спеціальна медична).
11. Основні вимоги до організації та проведення занять з учнями СМГ.
12. Загальні правила розвитку рухових якостей при відхиленні у стані здоров'я школярів.

13. Основні методи дозування фізичного навантаження на уроках фізичного виховання дітей із ослабленим здоров'ям.
14. Структура та обов'язкові компоненти уроку фізичного виховання з учнями СМГ. Алгоритм складання програм занять для учнів з відхиленнями у стані здоров'я.
15. Особливості лікарсько-педагогічного контролю дітей із ослабленим здоров'ям.
16. Педагогічний контроль на уроках фізичного виховання з учнів СМГ. Методи педагогічного контролю.
17. Особливості методики фізичного виховання школярів, які часто хворіють на респіраторні захворювання.
18. Загальна характеристика причин, які викликають захворювання дихальної системи.
19. Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях дихальної системи.
20. Загальна характеристика причин, які викликають захворювання серцево-судинної системи.
21. Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях серцево-судинної системи.
22. Характеристика методів досягнення розвиваючих ефектів на діяльність ССС.
23. Особливості методики фізичного виховання школярів, які мають вади ОРА.
24. Характеристика причин, які викликають порушення ОРА. Тести для виявлення порушень постави
25. Характеристика вад постави у сагітальній площині, особливості методики фізичного виховання.
26. Характеристика вад постави у фронтальній площині, особливості методики фізичного виховання.
27. Ступені сколіозу. Характеристика порушень та методика ЛФК.
28. Методика визначення ступеня сколіозу. Види сколіозів.



29. Профілактика порушень постави на уроках фізичного виховання.
30. Методика профілактики і виправлень порушень постави та початкових форм сколіозу.
31. Профілактика плоскостопості на уроках фізичного виховання. Основні види фізичних вправ.
32. Особливості методики фізичного виховання школярів, які мають надлишкову масу тіла.
33. Характеристика основних засобів корекції маси тіла.
34. Методика профілактики порушень маси тіла у школярів. Причини ожиріння, їх наслідки.
35. Особливості методики фізичного виховання школярів із захворюванням ендокринної системи.
36. Особливості методики фізичного виховання школярів з порушенням зору.
37. Методика проведення занять ЛФК при захворюваннях органів травлення.
38. Характеристика навчальної програми з фізичного виховання для спеціальних медичних груп для учнів 1-4 класів.
39. Характеристика навчальної програми з фізичного виховання для спеціальних медичних груп для учнів 5-9 класів.
40. Характеристика навчальної програми з фізичного виховання для спеціальних медичних груп для учнів 10-11 класів.

## **ХІ. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА**

### **Основна:**

1. Безверхня Г.В., Заяць О. В., Коваленко А. О. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Методичні рекомендації (для вчителів фізичної культури). Умань, 2010. – 83 с.
2. Медико-біологічні основи фізичної культури і спорту / П.С. Назар, О.О. Шевченко,

Т.П. Гусев. – К.: Олімп. л-ра, 2013. – 328 с.

3. Фізичне виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я: [метод. посібник] / Л.І. Іванова. – К.: Літера ЛТД, 2012. – 320 с.

**Додаткова:**

1. Баранов А.А., Каграманов В.И. Проблемы детской инвалидности научно-информационное обеспечение // Здравоохранения Рос. федерации. 1995. - №3.-С. 27-30.

2. Висковатов Ю.И., Шелковникова В.В., Чабан КН. Физическая культура и спорт во вспомогательной школе. — Одесса, 1998. - 80 с.

3. Давиденко О.В., Семененко В.П. Загартовування дітей молодшого шкільного віку Метод, рекомєнд. — К. Науковий світ, 2005. - 30 с.

4. Дмитриев А.А., Сермеев Б.В. Физическое воспитание учащихся вспомогательной школы. — Красноярск КГПН, 1988. — 86 с.

5. Донской Д.Д. Теория строения действий (физических упражнений). — М. ГЦОЛИФК, 1990. - 20 с.

6. Дорожнова К.П. Роль социальных и биологических факторов в развитии ребенка. — М. Медицина, 2003. - 160 с.

7. Ефименко Н.Н., Сермеев Б.В. Содержание и методика занятий физкультурой с детьми, страдающими церебральным параличом. — М. Советский спорт, 1991. - 56 с.

8. Земцова М.И. Учителю о детях с нарушением зрения. — М. Просвещение, 1973. - 160 с.

9. Иващенко Л.Я., Круцевич Т.Ю. Методика физкультурно-оздоровительных занятий. — К. УГУФВС, 1994. - 126 с.

10. Иващенко Л.Я., Страшко Н.П. Самостоятельные занятия физическими упражнениями. — К. Здоров'я, 1988. - 156 с.

11. Калінкін Л.А., Кузьмичова Є.В., Крилова В.М. Облік регіональних особливостей при формуванні програм фізкультурно-оздоровчих занять серед

школярів 36. наук, праць II міжн. конф. "Фізична культура, спорт та здоров'я нації". - Ч. II. -1996. - С. 42-44.

12. Круцевич Т.Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания. — К. Олимпийская литература, 1999. - 232 с.

13. Мастюкова Е.М. Физическое воспитание детей с церебральным параличом. — М. Просвещение, 1991. - 160 с.

14. Солнцева Л.И., Хорош С.М. Советы родителям по воспитанию слепых детей раннего возраста. — М., 1983. - С. 14-18.

15. Фонарев М.И. Справочник по детской лечебной физкультуре. - Л. Медицина, 1983. - 246 с.

**Робоча навчальна програма**  
**«ЛІКУВАЛЬНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА у СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ**  
**ГРУПАХ»**

**Укладачі:** Бісмак Олена Василівна, завідувач кафедри фізичної реабілітації та біокінезіології, доцент

Дерека Тетяна Григорівна, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

---

Лікувальна фізична культура у спеціальних медичних групах. Робоча програма навчальної дисципліни / Укладачі Бісмак О.В., Дерека Т.Г. – К.: Київський університет імені Бориса Грінченка, 2017. – 28 с.