

**КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА  
ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ «УНІВЕРСУМ»**

**Циклова комісія фізичного виховання**

ЗАТВЕРДЖУЮ  
Проректор з науково-методичної  
та навчальної роботи  
Олексій ЖИЛЬЦОВ

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У СПЕЦІАЛЬНИХ  
МЕДИЧНИХ ГРУПАХ**

для студентів

спеціальності

*014 Середня освіта (Фізична культура)*

предметної спеціальності

*014.11 Середня освіта (Фізична культура)*

освітньо-кваліфікаційного рівня

*молодший спеціаліст*



Київ – 2020

**Розробник:** Колоскова Н.О., викладач циклової комісії фізичного виховання Фахового коледжу «Універсум» Київського університету імені Бориса Грінченка


**Викладач:** Горбатюк Т.Д. циклової комісії фізичного виховання Фахового коледжу «Універсум» Київського університету імені Бориса Грінченка

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні циклової комісії фізичного виховання

Протокол від «31» серпня 2020 р. № 1

Голова циклової комісії  Надія КОЛОСКОВА

Робочу програму перевірено  
«01» 09 2020 р.

Заступник директор з навчально-методичної роботи  Зоя ГЕЙХМАН

Заступник директор з навчальної роботи  Яніна КАРЛІНСЬКА

Пролонговано:

на 20\_\_/20\_\_ н.р. (\_\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р., протокол № \_\_

на 20\_\_/20\_\_ н.р. (\_\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р., протокол № \_\_

на 20\_\_/20\_\_ н.р. (\_\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р., протокол № \_\_

на 20\_\_/20\_\_ н.р. (\_\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р., протокол № \_\_

## 1. Опис навчальної дисципліни

| Найменування показників                   | Характеристика навчальної дисципліни |
|---|--------------------------------------|
|   | денна форма навчання                 |
| Вид дисципліни                            | Обов'язкова                          |
| Мова викладання, навчання, оцінювання     | Українська                           |
| Загальний обсяг кредитів/годин            | 1,5/45                               |
| Курс                                      | 4                                    |
| Семестр                                   | 7                                    |
| Кількість змістових модулів за розподілом | 2                                    |
| Обсяг кредитів                            | 1,5                                  |
| Обсяг годин, в тому числі                 | 45                                   |
| Аудиторні                                 | 28                                   |
| Модульний контроль                        | 2                                    |
| Семестровий контроль                      |                                      |
| Самостійна робота                         | 15                                   |
| Форма семестрового контролю               | Залік                                |

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета:** є оволодіння студентами теоретичними знаннями, методичними та практичними навичками роботи з учнями, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи.

### ***Завдання предмета:***

- набути знання, необхідні для проведення занять із учнями спеціальної медичної групи;
- засвоїти особливості проведення занять у підготовчій та основній медичній групі;
- навчити оцінювати поточний функціональний стан організму учнів;
- засвоїти вплив фізичних вправ на організм людини, механізми лікувальної дії фізичних вправ;
- навчити використовувати спеціальну та науково-методичну літературу з питань проведення занять з учнями за станом здоров'я внесених до спеціальних медичних груп.

У результаті вивчення дисципліни студенти повинні ***набути наступних компетентностей*** :

### ***Знати:***

- теоретичні основи та положеннями організації занять з фізичного виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я;
- розподіл груп відповідно до критеріїв оцінки здоров'я дітей та підлітків;
- вплив фізичних вправ на організм людини;
- методики визначення функціонального стану організму учнів;
- особливості організації лікарсько-педагогічного контролю.

### ***Вміти:***

- застосовувати лікувальну фізичну культу;
- організовувати заняття з учнями підготовчої та спеціальних медичних груп;
- визначати рівень функціональної підготовленості організму;

- застосовувати лікарсько-педагогічний контроль;
- розподіляти учнів на групи, відповідно до критеріїв оцінки здоров'я дітей та підлітків.

### **3. Результати навчання за дисципліною**

У результаті вивчення дисципліни студент буде:

#### ***Знати :***

- теоретичні основи та положення організації занять з фізичного виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я;
- особливості оцінювання поточного функціонального стану організму учнів;
- вплив фізичних вправ на організм людини;
- механізми дії лікувальної фізичної культури;
- вимоги до проведення занять у спеціальних медичних групах;
- особливості застосування лікарсько-педагогічного контролю.

#### ***Вміти :***

- методично вірно організовувати заняття із учнями різних медичних груп;
- оцінювати поточний функціональний стан організму учнів;
- використовувати спеціальну та науково-методичну літературу з питань проведення занять з учнями за станом здоров'я віднесених до спеціальної та підготовчої медичної групи;
- здійснювати лікарсько-педагогічний контроль.

#### 4. Структура навчальної дисципліни

| Назва змістових модулів, тем  | Всього    | Розподіл годин між видами робіт |          |           |             |               |            |
|---|-----------|---------------------------------|----------|-----------|-------------|---------------|------------|
|   |           | Аудиторна:                      |          |           |             |               | Самостійна |
|   |           | Лекції                          | Семінари | Практичні | Лабораторні | Індивідуальні |            |
| <b>Теоретичні основи організації занять</b>   |           |                                 |          |           |             |               |            |
| 1. Вихідні поняття дисципліни «Методика фізичного виховання у спеціальних медичних групах»                              | 2         | 2                               |          |           |             |               |            |
| 2. Критерії диференціації школярів за станом здоров'я у процесі фізичного виховання                                     | 4         | 2                               |          |           |             |               | 2          |
| 3. Завдання фізичного виховання дітей із ослабленим здоров'ям у ЗОШ   | 2         | 2                               |          |           |             |               |            |
| 4. Організація та особливості занять із учнями підготовчої групи  | 6         |                                 | 2        |           |             |               | 4          |
| <b>Разом</b>  | <b>14</b> | <b>6</b>                        | <b>2</b> |           |             |               | <b>6</b>   |
| <b>Змістовий модуль II. Гімнастика</b>  |           |                                 |          |           |             |               |            |
| 1. Лікарсько-педагогічний контроль  |           |                                 |          | 2         |             | 2             |            |
| 2. Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях серцево-судинної, дихальної та травної систем |           | 2                               |          |           |             |               |            |
| 3. Оцінка фізичної роботи здатності. Проба Руф'є.   |           |                                 |          |           |             | 2             |            |
| 4. Методика проведення занять при порушеннях опорно-рухового апарату  |           |                                 | 2        | 2         |             |               | 4          |
| 5. Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях обміну речовин та при порушеннях розладу зору |           | 2                               |          |           |             | 2             |            |
| 6. Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях нервової системи. Теплінг тест.               |           |                                 |          | 2         |             |               |            |
| 7. Обмеження та протипоказання до виконання фізичних вправ при різних захворюваннях                                     |           |                                 | 2        |           |             |               | 5          |
| <b>Підсумкова модульна контрольна робота</b>  | <b>2</b>  |                                 |          |           |             |               |            |
| <b>ВСЬОГО:</b>  | <b>45</b> | <b>10</b>                       | <b>6</b> | <b>6</b>  |             | <b>6</b>      | <b>15</b>  |

\* з урахуванням МКР 2 год.

## 5. Програма навчальної дисципліни

### Змістовий модуль 1. Теоретичні основи організації занять

**Лекція 1.** Вихідні поняття дисципліни «Методика фізичного виховання у спеціальних медичних групах»

Основні питання / ключові слова: стан здоров'я та фізичний розвиток учнів спеціальної медичної групи, завдання фізичного виховання учнів з відхиленнями в стані здоров'я, функції фізичного виховання.

*Рекомендована література*

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання / у 2-х томах. – Київ: Олімпійська література, 2008.
2. Методика фізичного виховання у спеціальних медичних групах: навчальний посібник / Л.І. Іванова. – Київ. :ТОВ «Козарі», 2009. -146с.
3. Полатайко Ю.О. Фізичне виховання школярів у спеціальних медичних групах / Ю.О. Поталайко .- Івано-Франківськ : Плай, 2004.-161 с.
4. Фізичне виховання учнів з відхиленням у стані здоров'я : (метод. посібник) / Л.І. Іванова . Київ: Літера ЛТД, 2012. -320 с.

**Лекція 2..** Критерії диференціації школярів за станом здоров'я у процесі фізичного виховання

Основні питання / ключові слова: процес фізичного виховання учнів з послабленим здоров'ям, поділ школярів на групи здоров'я, поділ школярів на медичні групи.

*Рекомендована література*

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання / у 2-х томах. – Київ: Олімпійська література, 2008.
2. Методика фізичного виховання у спеціальних медичних групах: навчальний посібник / Л.І. Іванова. – Київ. :ТОВ «Козарі», 2009. -146с.
3. Полатайко Ю.О. Фізичне виховання школярів у спеціальних медичних групах / Ю.О. Поталайко .- Івано-Франківськ : Плай, 2004.-161 с.
4. Фізичне виховання учнів з відхиленням у стані здоров'я : (метод. посібник) / Л.І. Іванова . Київ: Літера ЛТД, 2012. -320 с.

**Лекція 3..** Завдання фізичного виховання дітей із ослабленим здоров'ям у ЗОШ

Основні питання / ключові слова: зміцнення здоров'я, загартовування організму, оволодіння руховими уміннями та навичками; відновлення

порушень функцій організму, компенсація окремих втрачених функцій, набуття навичок самостійних занять фізичними вправами.

*Рекомендована література*

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання / у 2-х томах. – Київ: Олімпійська література, 2008.
2. Методика фізичного виховання у спеціальних медичних групах: навчальний посібник / Л.І. Іванова. – Київ. :ТОВ «Козарі», 2009. -146с.
3. Мухін В.М. Фізична реабілітація .- Київ: Олімпійська література , 2010.
4. Полатайко Ю.О. Фізичне виховання школярів у спеціальних медичних групах / Ю.О. Поталайко .- Івано-Франківськ : Плай, 2004.-161 с.
5. Фізичне виховання учнів з відхиленням у стані здоров'я : (метод. посібник) / Л.І. Іванова . Київ: Літера ЛТД, 2012. -320 с.

| № з/п | Назва тем семінарських занять                                 | Кількість годин |
|-------|---|-----------------|
| 3     | Організація та особливості занять із учнями підготовчої групи | 2               |
|       | <b>Всього</b>   | <b>2</b>        |

**Змістовий модуль 2. Методика проведення занять фізичного виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я**

**Лекція 1.** Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях серцево-судинної, дихальної та травної систем

Основні питання / ключові слова: методика фізичного виховання учнів з серцево-судинними захворюваннями, методика фізичного виховання учнів з порушеннями дихальної та травної систем, методичні особливості занять.

*Рекомендована література*

1. Методика фізичного виховання у спеціальних медичних групах: навчальний посібник / Л.І. Іванова. – Київ. :ТОВ «Козарі», 2009. -146с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація .- Київ: Олімпійська література , 2010.
3. Полатайко Ю.О. Фізичне виховання школярів у спеціальних медичних групах / Ю.О. Поталайко .- Івано-Франківськ : Плай, 2004.-161 с.
4. Фізичне виховання учнів з відхиленням у стані здоров'я : (метод. посібник) / Л.І. Іванова . Київ: Літера ЛТД, 2012. -320 с.



**Лекція 2.** Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях обміну речовин та при порушеннях розладу зору

Основні питання / ключові слова: методика фізичного виховання при функціональних порушеннях обміну речовин та при порушеннях розладу зору, методичні особливості занять.

*Рекомендована література*

1. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання / у 2-х томах. – Київ: Олімпійська література, 2008.
2. Методика фізичного виховання у спеціальних медичних групах: навчальний посібник / Л.І. Іванова. – Київ. :ТОВ «Козарі», 2009. -146с.
3. Мухін В.М. Фізична реабілітація .- Київ: Олімпійська література , 2010.
4. Полатайко Ю.О. Фізичне виховання школярів у спеціальних медичних групах / Ю.О. Поталайко .- Івано-Франківськ : Плай, 2004.-161 с.
5. Фізичне виховання учнів з відхиленням у стані здоров'я : (метод. посібник) / Л.І. Іванова . Київ: Літера ЛТД, 2012. -320 с.

| № з/п | Назва тем семінарських занять  | Кількість годин |
|-------|--|-----------------|
| 1     | Методика проведення занять при порушеннях опорно-рухового апарату                | 2               |
| 2     | Обмеження та протипоказання до виконання фізичних вправ при різних захворюваннях | 2               |
|       | <b>Всього</b>  | <b>4</b>        |

| № з/п | Назва тем практичних занять  | Кількість годин |
|-------|--|-----------------|
| 1     | Лікарсько-педагогічний контроль  | 2               |
| 2     | Методика проведення занять при порушеннях опорно-рухового апарату                                      | 2               |
| 3     | Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях нервової системи. Теплінг тест. | 2               |
|       | <b>Всього</b>  | <b>6</b>        |

## 6. Контроль навчальних досягнень

### 6.1 Система оцінювання навчальних досягнень студентів

| Вид діяльності студента                   | Мінімальна кількість балів за одиницю | Модуль 1          |                             | Модуль 2          |                             |
|---|---------------------------------------|-------------------|-----------------------------|-------------------|-----------------------------|
|   |                                       | Кількість одиниць | Максимальна кількість балів | Кількість одиниць | Максимальна кількість балів |
| Відвідування лекцій                       | 1                                     | 3                 | 3                           | 2                 | 2                           |
| Відвідування практичних занять            | 1                                     | -                 | -                           | 3                 | 3                           |
| Робота на практичному занятті             | 10                                    | -                 | -                           | 3                 | 30                          |
| Відвідування семінарських занять          | 1                                     | 1                 | 1                           | 2                 | 2                           |
| Робота на семінарському занятті           | 10                                    | 1                 | 10                          | 2                 | 20                          |
| Виконання завдання для самостійної роботи | 5                                     | 2                 | 10                          | 2                 | 10                          |
| Виконання контрольної роботи              | 25                                    | -                 | -                           | 1                 | 25                          |
| <b>Разом</b>                              |                                       |                   | <b>24</b>                   |                   | <b>92</b>                   |
| <b>Максимальна кількість балів - 116</b>  |                                       |                   |                             |                   |                             |
| <b>Розрахунок коефіцієнта -1,16</b>       |                                       |                   |                             |                   |                             |

## 6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії її оцінювання.

Зміст самостійної роботи студентів має таку структуру :

1. Опрацювати зміст тем за літературою та іншими джерелами інформації.
2. Відповісти на питання.
3. Виконати завдання  
(оцінюється на 5 балів).

| № з\п | Назва теми   | Кількість годин | Бали      |
|-------|--|-----------------|-----------|
| 1     | Критерії диференціації школярів за станом здоров'я у процесі фізичного виховання | 2               | 5         |
| 2     | Організація та особливості занять із учнями підготовчої групи                    | 4               | 5         |
| 3     | Методика проведення занять при порушеннях опорно-рухового апарату                | 4               | 5         |
| 4     | Обмеження та протипоказання до виконання фізичних вправ при різних захворюваннях | 5               | 5         |
|       | <b>Разом</b>   | <b>15</b>       | <b>20</b> |

### 6.3 Форма проведення модульного контролю та критерії оцінювання.

Модульний контроль проводиться в письмовій формі.

| Оцінка   | Кількість балів |
|--|-----------------|
| <b>Відмінно</b><br><i>Знання, виконання в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)</i>   | 24 - 25         |
| <b>Дуже добре</b><br><i>Знання, виконання в повному обсязі зі значною кількістю (3-4) несуттєвих помилок (вище середнього рівень)</i>  | 21 - 23         |
| <b>Добре</b><br><i>Знання, виконання в неповному обсязі з незначною кількістю (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)</i>   | 18 – 20         |
| <b>Задовільно</b><br><i>Знання, виконання в неповному обсязі зі значною кількістю (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівень)</i>                               | 13 – 17         |
| <b>Достатньо</b><br><i>Знання, виконання в неповному обсязі, але є достатніми і задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання (нижче середнього рівень)</i>             | 10 -13          |
| <b>Незадовільно</b><br><i>Знання, виконання недостатні і не задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання з можливістю повторного складання модулю (низький рівень)</i> | 6 – 9           |
| <b>Незадовільно</b><br><i>З обов'язковим повторним курсом модуля (знання, вміння відсутні)</i>   | 1-5             |

### 6.4.Шкала відповідності оцінок.

| Оцінка   | Кількість балів |
|--|-----------------|
| Відмінно   | 90-100          |
| Дуже добре   | 82-89           |
| Добре  | 75-81           |
| Задовільно   | 69-74           |
| Достатньо  | 60-68           |
| Незадовільно з можливістю повторного складання       | 35-59           |
| Незадовільно з можливістю повторного прослуховування | 0-34            |

## 7. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНА КАРТА ДИСЦИПЛІНИ МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУПАХ

**Разом: 45 год., лекції – 10 год., практичні роботи – 6 год., семінарських – 6 год., індивідуальна робота – 6 год., самостійна робота – 15 год. підсумковий контроль – 2 год.**

| Модулі             | Назва модуля                         | Кількість балів за модуль | Теми лекцій   | Теми семінарських занять                                      | Теми практичних робіт | Самостійна робота | Види поточного контролю |
|--------------------|--------------------------------------|---------------------------|---|---|-----------------------|-------------------|-------------------------|
| Змістовий модуль I | Теоретичні основи організації занять | 24 бали                   | Вихідні поняття дисципліни «Методика фізичного виховання у спеціальних медичних групах» | Організація та особливості занять із учнями підготовчої групи |                       | 10 балів          |                         |
|                    |                                      |                           | Критерії диференціації школярів за станом здоров'я у процесі фізичного виховання        |   |                       |                   |                         |
|                    |                                      |                           | Завдання фізичного виховання дітей із ослабленим здоров'ям у ЗОШ                        |   |                       |                   |                         |

|                            |  |                |  |  |  |                 |  |
|----------------------------|--|----------------|--|--|--|-----------------|--|
| <b>Змістовий модуль II</b> | <b>Методика проведення занять фізичного виховання учнів з відхиленням у стані здоров'я</b> | <b>92 бали</b> | Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях серцево-судинної, дихальної та травної систем | Методика проведення занять при порушеннях опорно-рухового апарату                | Лікарсько-педагогічний контроль  |                 |  |
|                            |  |                | Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях обміну речовин та при порушеннях розладу зору | Обмеження та протипоказання до виконання фізичних вправ при різних захворюваннях | Оцінка фізичної робото здатності. Проба Руф'є  | <b>10 балів</b> | <b>Модульна контрольна робота (25 балів)</b> |
|                            |  |                |  |  | Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях обміну речовин та при порушеннях розладу зору |                 |  |

## 8. Рекомендована література

5. Буліч Е.Г., Муравов І.В. / Здоров'я людини: Біологічна основа життєдіяльності і рухова активність в її стимуляції.- Київ.: Олімпійська література,2003. – 424 с.
6. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання / у 2-х томах. – Київ: Олімпійська література, 2008.
7. Методика фізичного виховання у спеціальних медичних групах: навчальний посібник / Л.І. Іванова. – Київ. :ТОВ «Козарі», 2009. -146с.
8. Мухін В.М. Фізична реабілітація .- Київ: Олімпійська література , 2010.
9. Полатайко Ю.О. Фізичне виховання школярів у спеціальних медичних групах / Ю.О. Поталайко .- Івано-Франківськ : Плай, 2004.-161 с.
- 10.Фізичне виховання учнів з відхиленням у стані здоров'я : (метод. посібник) / Л.І. Іванова . Київ: Літера ЛТД, 2012. -320 с.

## Інформаційні ресурси

1. [www.mon.gov.ua](http://www.mon.gov.ua)
2. [www.library.gov.ua](http://www.library.gov.ua)