

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Київський національний університет будівництва і архітектури

**ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ У СПЕЦІАЛЬНІЙ  
МЕДИЧНІЙ ГРУПІ**

Методичні вказівки  
для студентів спеціальності  
017 “Фізична культура і спорт”  
освітнього рівня бакалавр

Київ 2023

УДК796.011.3  
К44

Укладач: С.М. Киселевська, ст. викладач кафедри ФВіС

Рецензент: О.А. Озерова – кандидат наук з фіз. вих. і сп., доцент

Відповідальний за випуск О.М. Шамич, д-р психол. наук, професор

*Затверджено на засіданні кафедри фізичного виховання і спорту,  
протокол №5 від 24.01.2023 року.*

В авторській редакції.

**«Фізичне виховання у спеціальній медичній групі»:** методичні  
Ф-вказівки / уклад.: С.М. Киселевська – Київ: КНУБА, Талком, 2023. –  
30 с.

Містять загальні відомості, мету, завдання, програму та структуру навчальної дисципліни «Фізичне виховання у спеціальній медичній групі».

Надані теми лекційних і практичних занять, теми для самостійної роботи, питання модульного та підсумкового контролю, література, інші інформаційні ресурси щодо вивчення дисципліни.

Призначені для студентів денної і заочної форми навчання спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня бакалавр.

## ЗМІСТ

Зміст.....	3
Загальні положення.....	4
1. Характеристика навчальної дисципліни.....	6
2. Програмні результати навчання та компетентності, що формуються в результаті засвоєння дисципліни.....	7
3. Програма навчальної дисципліни.....	9
4. Структура навчальної дисципліни.....	13
5. Вимоги до самостійної роботи студентів.....	17
5.1. Індивідуальна робота.....	18
6. Контроль за якістю навчання.....	20
6.1. Перелік питань семестрового контролю.....	23
7. Умови допуску до підсумкового контролю.....	26
Література.....	27

## ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

Робота з учнями закладів середньої та вищої освіти, скерованими за станом здоров'я до спеціальної медичної групи (СМГ), займає одне з важливих місць у реалізації завдань фізичної культури. Цей контингент вимагає уважного ставлення до себе з боку працівників сфери фізичної культури й охорони здоров'я у зв'язку з тим, що відсоток захворюваності школярів і студентів залишається високим і при цьому спостерігається тенденція до його зростання. Тільки систематичні й науково обґрунтовані заняття фізичною культурою будуть ефективним засобом збереження та зміцнення здоров'я дітей та студентів, поліпшення їх фізичного розвитку.

Проблема фізичного розвитку школярів та студентів з відхиленням у стані здоров'я має велике державне, наукове і практичне значення. Фізична культура в цьому випадку є не тільки засобом виховання і поліпшення фізичної підготовки юнаків і дівчат, а не рідко основним фактором відновлення та зміцнення здоров'я в період становлення і кінцевого формування організму, засобом ліквідації недоліків у фізичному розвитку, могутнім джерелом підвищення загальної і розумової працездатності.

Методичні вказівки «Фізичне виховання у спеціальній медичній групі» розроблено на підставі навчального плану за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» відповідно до вимог програми навчального курсу «Фізичне виховання у спеціальній медичній групі». Навчальна дисципліна «Фізичне виховання у спеціальній медичній групі» є вибірковою дисципліною спеціального призначення, що забезпечує широку теоретичну і практичну підготовку студентів до професійної діяльності вчителя фізичної культури та інструктора з фізичного виховання. Саме від оволодіння основними положеннями навчального курсу залежить професійна компетентність майбутніх педагогів з фізичної культури. Маємо зауважити, що фахівцям з фізичного виховання слід орієнтуватись у важливих питаннях, пов'язаних із допуском до фізичних навантажень різних груп населення, оволодіння засобами медико-педагогічного супроводу занять з фізичної культури, сформувавши уявлення про ускладнення і патологічні стани, що можуть виникати через неадекватність навчально-тренувального процесу. Неадекватність фізичних навантажень, допуск до занять без проведення ретельного обстеження й урахування функціональних можливостей організму, наявність прихованої патології

може призводити до серйозних порушень у стані здоров'я людини, подекуди навіть несумісних з її життєдіяльністю. В останні роки спостерігається необґрунтоване звільнення осіб з хронічною патологією від занять з фізичної культури, а втім обмеження рухової активності може призводити до ускладнень патологічних процесів, значного погіршення якості життя та навіть до інвалідизації.

**Основна мета** методичних вказівок полягає в тому, щоб студенти усвідомили особливості проведення занять зі школярами та студентами віднесеними до спеціальної медичної групи, оскільки вони безумовно будуть безпосередньо брати в цьому участь. Систематизація теоретичних і практичних знань з навчальної програми означеного курсу проводиться у формі лекцій та практичних занять, а також під час самостійної та індивідуальної роботи студентів. На лекційних заняттях викладаються теоретико-методологічні засади, принципіві та дискусійні питання, що забезпечує творчу роботу студентів спільно з викладачем. На практичних заняттях поглиблюються і деталізуються найбільш важливі розділи навчальної програми та здійснюється контроль засвоєння знань студентами. Опануванню навчальною дисципліною з фізичного виховання для осіб, віднесених до спеціальної медичної групи буде сприяти передбачене програмою виконання індивідуальних завдань.

Курс «Фізичне виховання у спеціальній медичній групі» викладається у ВНЗ (на четвертому курсі для студентів денної та заочної форми навчання) для майбутніх фахівців і логічно пов'язан з іншими дисциплінами, що вивчаються студентами: спортивною медициною, долікарською медичною допомогою, медико-педагогічним контролем у фізичному вихованні і спорті, теорією і методикою обраного виду спорту, теорією і методикою фізичного виховання тощо.

**Мета навчальної дисципліни:** ознайомити студентів із виховною, оздоровчою, лікувальною і реабілітаційною спрямованістю занять в СМГ.

**Завдання** – вивчення загальних питань організації та змісту фізичного виховання в СМГ та характеристик захворювань, що найчастіше зустрічаються у школярів і студентів, а також спеціальних комплексів фізичних вправ для реабілітації хворих та зміцнення їх здоров'я.

**Мета навчальної дисципліни:** оволодіння базовими знаннями з діагностики функціонального стану організму, здатність до науково-методичного забезпечення та проведення медико-педагогічного спостереження, здатність оцінювати зміни функціонального стану учнів та студентів у процесі фізичного виховання.

**Предметом** навчальної дисципліни є теоретичні і практичні аспекти організації професійної підготовки з урахуванням світових освітніх тенденцій.

Для отримання заліку необхідно засвоїти теоретичні відомості, оволодіти відповідними вміннями і навичками, виконати письмову контрольну роботу та індивідуальне завдання, активно працювати в напрямку оволодіння технікою проведення практичних занять для осіб, віднесених до спеціальної медичної групи.

## 1. Характеристика навчальної дисципліни

Концепція курсу «Фізичне виховання у спеціальній медичній групі» в галузі фізичного виховання і спорту полягає у системному викладенні матеріалу, який дозволяє сформувати у студентів знання та уявлення щодо патологій, з якими школярі та студенти направляються до спеціальних медичних груп, набути теоретичні і практичні знання та вміння з техніки і методики проведення практичних занять та оцінки функціональних проб з метою дослідження функціонального стану організму тих, хто займається.

Навчальна дисципліна «Фізичне виховання у спеціальній медичній групі» розрахована на студентів, які навчаються на 4 курсі за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» денної та заочної форми навчання.

*Таблиця 1*

### Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів - 3	Галузь знань: 01 Освіта/педагогіка	Нормативна	
Модулів - 1	Спеціальність:	<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів - 2		4-й	4-й

Загальна кількість годин - 90	017 Фізична культура і спорт	<b>Семестр</b>	
		8-й	8-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента – 3	Освітньо-кваліфікаційний рівень: Бакалавр	<b>Лекції</b>	
		20 год.	10 год.
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		20 год.	10 год.
		<b>Самостійна робота</b>	
		50 год.	70 год.
		<b>Індивідуальні завдання: 2 год.</b>	
Вид контролю: екзамен			

Як видно з таблиці 1, програма курсу розрахована на 90 годин. Виконання програми здійснюється за допомогою: лекцій (20 годин); практичних занять (20 годин); самостійної роботи (50 годин) – для студентів денної форми навчання; лекцій (10 години); практичних занять (10 годин); самостійної роботи (70 годин) – для студентів заочної форми навчання. Наприкінці семестру складається залік.

Для допуску до заліку необхідно засвоїти теоретичні відомості, оволодіти відповідними вміннями і навичками, виконати індивідуальну роботу, зробити доповідь(і), виконати письмову контрольну роботу, приймати участь в обговоренні заданих тем на семінарських заняттях, вміти працювати самостійно.

## **2. Програмні результати навчання та компетентності що формуються в результаті засвоєння дисципліни**

Бакалавр фізичної культури і спорту повинен бути здатний розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів відповідних наук і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні (табл. 2):

*знати:* методику проведення занять з особами, віднесеними до спеціальної медичної групи.

*вміти:* використовувати набуті знання в професійній діяльності.

Таблиця 2

**Компетентності здобувачів освітньої програми, що формуються в  
результаті засвоєння освітньої компоненти**

<b>Код</b>	<b>Зміст компетентності</b>
<b>Інтегральна компетентність (ІК)</b>	
Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.	
<b>Загальні компетентності (ЗК)</b>	
ЗК01	Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
ЗК12	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
<b>Спеціальні (фахові) компетентності (СК)</b>	
СК01	Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.
СК03	Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.
СК04	Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.
СК05	Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.

Таблиця 3

**Програмні результати здобувачів освітньої програми, що формуються  
в результаті засвоєння освітньої компоненти**

<b>Код</b>	<b>Програмні результати</b>
ПРН07	Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.
ПРН10	Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.
ПРН11	Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту.
ПРН13	Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

ПРН15	Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.
-------	--

**Методи перевірки навчального ефекту:** поточні відповіді на питання (письмово/усно), тестування, розрахункові роботи, доповіді, індивідуальна робота (реферат/презентація), контрольна робота, залік.

**Форми проведення занять:** лекції, практичні заняття, консультації.

### **3. Програма навчальної дисципліни**

Програма навчальної дисципліни містить обсяг знань, які повинні опанувати бакалаври відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення учбового матеріалу, а також передбачає необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень студентів.

Лекційні заняття містять інформацію представлену у змістовому модулі вивчення дисципліни.

Практичні заняття спрямовані на закріплення теоретичного матеріалу, викладеного під час лекцій.

## **МОДУЛЬ 1.**

### **Змістовий модуль 1. Лекції**

#### **Тема 1. Загальні основи фізичної культури в СМГ.**

Характеристика стану здоров'я учнів СМГ. Проблеми у фізичній культурі в СМГ насучасному етапі. Завдання, принципи та функції фізичної культури в СМГ. Принципи проведення фізкультурних занять з учнями СМГ. Функції фізичної культури в СМГ.

#### **Тема 2: Організація фізичного виховання у спеціальних медичних групах загальноосвітніх шкіл.**

Класифікація та особливості застосування фізичних вправ у фізичній культурі СМГ. Особливості комплектування СМГ. Характеристика СМГ (назва та критерії віднесення). Протипоказання й обмеження в навантаженні при заняттях фізичними вправами.

**Тема 3: Особливості організації та зміст занять з фізичної культури в СМГ.**

Особливості організації навчально-виховного процесу в СМГ. Вимоги до уроку фізичної культури в СМГ. Структура уроку та методика проведення окремих частин. Загальна і моторна щільність уроку, інтенсивність фізичних навантажень. Зміст навчального матеріалу з фізичної культури в СМГ. Контрольні заходи та облік засвоєного програмного матеріалу з фізичної культури учнів СМГ.

**Тема 4: Особливості методики проведення занять з фізичної культури в СМГ при захворюваннях дихальної та серцево-судинної систем.**

Особливості методики проведення занять з фізичної культури в СМГ при захворюваннях дихальної системи. Особливості методики проведення занять з фізичної культури в СМГ при захворюваннях серцево-судинної системи

**Тема 5: Особливості методики проведення занять з фізичної культури в СМГ при функціональних порушеннях нервової системи та захворюваннях органів травлення.**

Особливості методики проведення занять з фізичної культури в СМГ при функціональних порушеннях нервової системи. Особливості методики проведення занять з фізичної культури в СМГ при захворюваннях органів травлення.

**Тема 6: Особливості методики проведення занять з фізичної культури в СМГ при захворюваннях опорно-рухового апарату.**

Особливості проведення занять з фізичної культури в СМГ при вадах хребта. Особливості проведення занять із фізичної культури в СМГ при плоскостопості. Особливості методики проведення занять з фізичної культури після переломів кісток кінцівок.

**Тема 7: Особливості методики проведення занять з фізичної культури в СМГ при порушеннях зору.**

Особливості проведення занять із фізичної культури в СМГ при порушеннях зору.

## **Тема 8: Профілактика захворювань та релаксація фізичного стану студентів СМГ.**

Адаптаційні процеси і здоров'я. Принципи організації оздоровчої фізкультури. Використання фізичних вправ з оздоровчою метою. Вплив фізичних вправ на організм студентів. Організація занять зі студентами, віднесеними до спеціальної медичної групи. Класифікація захворювань та комплекси вправ, необхідні для профілактики. Профілактика і корекція основних відхилень у стані здоров'я студентів.

## **Тема 9-10: Самостійні заняття з фізичного виховання для студентів спеціальних медичних груп.**

Фізичне виховання у ВНЗ, самостійні заняття з фізичного виховання у СМГ.

### **Змістовий модуль 2. Практичні заняття (семінари).**

Основна дидактична *мета* цих занять – розширення, поглиблення і деталізація теоретичних знань, отриманих студентами на лекціях і в процесі самостійної роботи і спрямованих на підвищення рівня засвоєння навчального матеріалу, набуття умінь і навичок, розвиток наукового мислення та усного мовлення студентів.

У таблиці 4 наведені теми семінарів та завдання для їх обговорення.

*Таблиця 4*

#### **Теми практичних занять**

№	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма навчання	Заочна форма навчання
1.	Завдання, принципи, функції фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи з урахуванням показників їх стану здоров'я та фізичного розвитку).	2	1
2.	Організація фізичного виховання у спеціальних медичних групах ЗОШ.	2	1
3.	Характеристика засобів фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи	2	1

4.	Характеристика методів фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи	2	1
5.	Урок фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи (організаційні і методичні особливості)	2	1
6.	Особливості методики позаурочних занять учнів спеціальної медичної групи	2	1
7.	Планування, облік і контроль у фізичному вихованні учнів спеціальної медичної групи	2	1
8.	Особливості методики фізичного виховання учнів підгрупи «А» та «Б» СМГ	2	1
9.	Особливості методики фізичного виховання учнів підгрупи «В» СМГ	2	1
10.	Методи дослідження функціонального стану організму. Проби із затримкою дихання. Функціональні проби зі зміною положення тіла у просторі. Функціональні проби з фізичним навантаженням.	2	1
	Усього годин	20	10

#### 4. Структура навчальної дисципліни

Таблиця 5

##### МОДУЛЬ 1. Змістовий модуль 1. Лекції з дисципліни «Фізичне виховання у спеціальній медичній групі»

Назва теми	Кількість годин											
	Денна форма					Заочна форма						
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.
Змістовий модуль 1. Всесвітня історія фізичної культури і спорту.												
Тема 1. Загальні основи фізичної культури в СМГ.		2						1				
Тема 2. Організація фізичного виховання у спеціальних медичних групах загальноосвітніх шкіл.		2						1				
Тема 3: Особливості організації та зміст занять з фізичної культури в СМГ.		2						1				
Тема 4. Тема 4: Особливості методики проведення занять з фізичної культури в СМГ при захворюваннях дихальної та серцево-судинної систем.		2						1				

Тема 5: Особливості методики проведення занять з фізичної культури в СМГ при функціональних порушеннях нервової системи та захворюваннях органів травлення.		2						1				
Тема 6: Особливості методики проведення занять з фізичної культури в СМГ при захворюваннях опорно-рухового апарату.		2						1				
Тема 7: Особливості методики проведення занять з фізичної культури в СМГ при порушеннях зору.		2						1				
Тема 8: Профілактика захворювань та релаксація фізичного стану студентів СМГ.		2						1				
Тема 9-10: Самостійні заняття з фізичного виховання для студентів спеціальних медичних груп.		4						2				
<b>Усього годин</b>		<b>20</b>						<b>10</b>				

**МОДУЛЬ 1. Змістовий модуль 2. Практичні заняття з дисципліни  
«Фізичне виховання у спеціальній медичній групі»**

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма					Заочна форма						
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.
Змістовий модуль 3. Семінарські заняття з дисципліни «Історія фізичної культури».												
Тема 1. Завдання, принципи, функції фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи з урахуванням показників їх стану здоров'я та фізичного розвитку).			2						1			
Тема 2. Організація фізичного виховання у спеціальних медичних групах ЗОШ			2						1			
Тема 3. Характеристика засобів фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи			2						1			
Тема 4. Характеристика методів фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи			2						1			
Тема 5. Урок фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи (організаційні і методичні особливості)			2						1			

Тема 6. Особливості методики позаурочних занять учнів спеціальної медичної групи			2					1			
Тема 7. Планування, облік і контроль у фізичному вихованні учнів спеціальної медичної групи			2					1			
Тема 8. Особливості методики фізичного виховання учнів підгрупи «А» та «Б» СМГ			2					1			
Тема 9. Особливості методики фізичного виховання учнів підгрупи «В» СМГ			2					1			
Тема 10. Методи дослідження функціонального стану організму. Проби із затримкою дихання. Функціональні проби зі зміною положення тіла у просторі. Функціональні проби з фізичним навантаженням.			2					1			
<b>Усього годин</b>			<b>20</b>					<b>10</b>			
<b>Усього годин на дисципліну «Фізичне виховання у спеціальній медичній групі»</b>	<b>90</b>	<b>20</b>	<b>20</b>			<b>50</b>		<b>10</b>	<b>10</b>		<b>70</b>

## 5. Вимоги до самостійної роботи студентів

Самостійна робота студентів є основним засобом засвоєння навчального матеріалу у вільний від аудиторних занять час.

Зміст самостійної роботи студента визначається навчальною робочою програмою дисципліни, методичними матеріалами, завданнями та вказівками викладача. Викладач визначає обсяг самостійної роботи, узгоджує її з іншими видами навчальної діяльності, розробляє методичні засоби проведення поточного та підсумкового контролю, аналізує результати самостійної навчальної роботи кожного студента.

До самостійної роботи студента належать наступні види робіт:

- 1) опрацювання матеріалу лекцій – 0,5 год. на 2 год. лекції;
- 2) підготовка до практичного заняття (семінару) – 0,5 год. на 2 год. семінару;
- 3) опрацювання тем робочої програми, які викладаються або не викладаються на лекціях – визначається обсягом тем, винесених на самостійну роботу (табл. 7);
- 4) підготовка індивідуального завдання: реферату/презентації – 6-8 годин;
- 5) підготовка до модульної контрольної роботи – 8-10 годин;
- 6) підготовка до заліку – 20 годин.

У таблиці 7 наведені теми для самостійного розгляду студентами по дисципліні «Фізичне виховання у спеціальній медичній групі».

Таблиця 7

### Перелік тем для самостійної роботи

№ з/п	Назва тем для самостійної роботи	Кількість Годин	
		денна	заочна
1	2	3	4
1.	Значення фізичного виховання для ослабленого організму.	2	4
2.	Покази для призначення медичної групи при деяких відхиленнях в стані здоров'я у дітей і підлітків.	2	4
3.	Методика проведення та оцінка функціональних проб. Проби із затримкою дихання. Функціональні проби зі зміною положення тіла у просторі.	4	4
4.	Функціональні проби з фізичним навантаженням.	8	8

5.	Сучасні авторські системи застосування фізичних вправ для зміцнення здоров'я.	8	8
6.	Анатомо-фізіологічні особливості серцево-судинної і дихальної систем у дітей шкільного віку.	4	6
7.	Характеристика лікувальних систем дихання. «Парадоксальна» гімнастика А. Стрельнікової. «Вольова ліквідація глибокого дихання» К.П. Бутейка. «Ендогенне дихання» за методикою Фролова. Дихальна гімнастика за методом Лабанової-Попової. Практика використання оздоровчого дихання в школах (поверхневе дихання С.К. Триліса).	10	10
8.	Анатомо-фізіологічні особливості нервової і травної систем. Механізми лікувальної дії фізичних вправ при патології органів травлення.	4	6
9.	Анатомо-фізіологічні особливості органів чуття та ендокринної системи.	2	4
10.	Організація та планування самостійних занять. Техніка безпеки при самостійних заняттях фізичними вправами.	4	8
11.	Контроль і самоконтроль у процесі самостійних занять	2	8
	<b>Усього годин</b>	50	70

Матеріал навчальної дисципліни, передбачений робочим навчальним планом для засвоєння студентом у процесі самостійної роботи, виносять на підсумковий контроль разом з матеріалом, який було опрацьовано під час проведення аудиторних занять.

### **5.1. Індивідуальна робота**

*Індивідуальне завдання* підлягає захисту студентом на заняттях, які призначаються додатково. Індивідуальне завдання може бути виконане у різних формах. Зокрема, студенти можуть зробити його у вигляді **реферату**.

Реферат повинен мати обсяг від 18 до 24 сторінок А4 тексту (кегель Times New Roman, шрифт 14, інтервал 1,5), включати план, структуру основної частини тексту відповідно до плану, висновки і список літератури, складений

відповідно до ДСТУ 8302:2015. В рефераті можна також помістити словник базових понять до теми.

Водночас індивідуальне завдання може бути виконане в інших формах, наприклад, у вигляді дидактичного проєкту, у формі *презентації* у форматі Power Point. В цьому разі обсяг роботи визначається індивідуально – залежно від теми.

Література, що рекомендується для виконання індивідуального завдання, наведена у списку рекомендованої літератури, а в електронному вигляді вона розміщена на Освітньому сайті КНУБА, на сторінці кафедри.

Також як виконання індивідуального завдання за рішенням викладача може бути зарахована участь студента у міжнародній або всеукраїнській науково-практичній конференції з публікацією у матеріалах конференції тез виступу (доповіді) на одну з тем, дотичних до змісту дисципліни, або публікація статті на одну з таких тем в інших наукових виданнях.

Текст індивідуального завдання подається викладачу не пізніше, ніж за 2 тижні до початку залікової сесії. Викладач має право вимагати від студента доопрацювання індивідуального завдання, якщо воно не відповідає встановленим вимогам.

У таблиці 8 наведено порядок оцінювання індивідуальної роботи студента.

Таблиця 8

**Критерії оцінювання індивідуальної роботи з дисципліни (реферат)**

<b>Оцінка за національною шкалою</b>	<b>Кількість балів</b>	<b>Критерії</b>
<b>відмінно</b>	10	відмінне виконання (розкриття теми, посилення та цитування сучасних наукових джерел (не старше 2017 року), <b>дотримання норм доброчесності</b> )
	9	відмінне виконання з незначною кількістю помилок виконання (розкриття теми, посилення та цитування сучасних наукових джерел (більшість з яких не старше 2017 року), <b>дотримання норм доброчесності</b> )
<b>добре</b>	8	виконання вище середнього рівня з кількома помилками (розкриття теми в межах об'єкту та

		завдань роботи, посилання та цитування сучасних наукових джерел (серед яких є такі, що не старше 2017 року), <b>дотримання норм доброчесності</b> )
	7	виконання з певною кількістю помилок (розкриття теми в межах об'єкту та завдань роботи, наявність посилань та цитувань наукових джерел, <b>дотримання норм доброчесності</b> )
<b>задовільно</b>	6	виконання роботи задовольняє мінімальним критеріям помилок (розкриття теми в основному в межах об'єкту роботи, наявність концептуального апарату роботи, присутність не менше 5 посилань та цитувань наукових джерел, <b>дотримання норм доброчесності</b> )

Методичні матеріали для самостійної роботи студентів повинні передбачати можливість проведення самоконтролю з боку студента. Для самостійної роботи студенту також рекомендують відповідну наукову та фахову монографічну і періодичну літературу, електронні ресурси, у тому числі й освітній сайт Університету.

## 6. Контроль за якістю навчання

**Поточний контроль** здійснюється на практичних (переважно семінарських) заняттях. Основні форми участі студентів у навчальному процесі, що підлягають *поточному* контролю:

- виступ на практичних заняттях (відповіді на питання, доповідь);
- доповнення, опонування до виступу, рецензія на виступ;
- участь у дискусіях;
- аналіз першоджерел;
- письмові завдання (тести, розрахункові роботи, індивідуальна робота (реферат), презентації) та інші письмові роботи, оформлені відповідно до вимог.

Кожна тема курсу, що винесена на лекційні та практичні заняття, відпрацьовується студентами у тій чи іншій формі, наведеній вище.

Обов'язкова присутність на лекційних заняттях, активність впродовж семестру, відвідування/відпрацювання усіх аудиторних занять, виконання інших видів робіт, передбачених навчальним планом з цієї дисципліни.

При оцінюванні рівня знань студентів аналізу підлягають:

1. Характеристики відповіді: цілісність, повнота, логічність, обґрунтованість, правильність;
2. Якість знань (ступінь засвоєння фактичного матеріалу): осмисленість, глибина, гнучкість, дієвість, системність, узагальненість, міцність;
3. Ступінь сформованості вміння поєднувати теорію і практику під час розгляду ситуацій, практичних завдань;
4. Рівень володіння розумовими операціями: вміння аналізувати, синтезувати, порівнювати, абстрагувати, узагальнювати, робити висновки з проблем, що розглядаються;
5. Досвід творчої діяльності: вміння виявляти проблеми, розв'язувати їх, формувати гіпотези;
6. Самостійна робота: робота з навчально-методичною, науковою, допоміжною вітчизняною та зарубіжною літературою з питань, що розглядаються, вміння отримувати інформацію з різноманітних джерел (традиційних; спеціальних періодичних видань, ЗМІ, Internet тощо).

*Тестове опитування* може проводитись за одним або кількома змістовими модулями. В останньому випадку бали, які нараховуються студенту за відповіді на тестові питання, поділяються між змістовими модулями.

Результати *поточного контролю* заносяться до журналу обліку роботи. Позитивна оцінка поточної успішності студентів за відсутності пропущених та невідпрацьованих практичних занять та позитивні оцінки за індивідуальну роботу є підставою для допуску до *підсумкової* форми контролю. Бали за аудиторну роботу відпрацьовуються у разі пропусків.

**Модульний контроль** по дисципліні представлений у вигляді *контрольної роботи* (КР).

Вимоги до проведення контрольної роботи: *письмове завдання*. Завдання для контрольної роботи визначає викладач орієнтуючись на обсяг навчального матеріалу передбачений робочою програмою з дисципліни, яка містить лекційний матеріал, теми семінарських занять, а також теми, рекомендовані для самостійного вивчення.

Альтернативою контрольної роботи можуть бути *відповіді на питання в усній формі* або виконання студентом *індивідуальної роботи* (табл. 7-8), якщо

студент з поважних причин, чому надає підтвердження, не зміг виконати контрольну роботу в письмовій формі. В такому випадку викладач і студент обговорюють альтернативні варіанти перевірки знань і приходять до єдиного рішення.

Методика оцінювання успішності вивчення дисципліни представлена у таблиці розподілу балів за результатами навчання (табл. 9).

Таблиця 9

**Методи контролю та оцінювання знань студентів  
Розподіл балів для дисципліни з формою контролю - екзамен.**

	Поточне оцінювання		Підсумковий тест		Сума балів
	Змістові модулі		Індивід. завдання	Контрольна робота	
	ЗМ 1	ЗМ 2			
денна	20	60	10	10	100
заочна	20	60	10	10	100

**Підсумковий контроль** здійснюється під час проведення залікової сесії з урахуванням підсумків поточного та модульного контролю. Під час семестрового контролю враховуються результати здачі усіх видів навчальної роботи згідно зі структурою кредитів.

Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою (табл. 10).

Таблиця 10

**Критерії оцінювання якості навчання за семестр (залік/екзамен)  
Шкала оцінювання для залікових/екзаменаційних вимог за національною системою та ECTS**

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, курсової роботи, практики	Для заліку
90-100	A	Відмінно	Зараховано
82-89	B	Добре	
74-81	C	Задовільно	
64-73	D		
60-63	E		
35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання	Не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	Не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Роз'яснення щодо оцінювання якості та повноти засвоєння теоретичного та/або практичного матеріалу представлено у таблиці 11.

Таблиця 11

**Шкала оцінювання якості знань, умінь, навичок, що засвоєні студентом при проходженні курсу**

Оцінка	Кількість балів
<b>ВІДМІННО.</b> Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)	90-100
<b>ДУЖЕ ДОБРЕ.</b> Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу майже в повному обсязі/ зі значною кількістю несуттєвих помилок (3-4) (вище середнього рівня)	82-89
<b>ДОБРЕ.</b> Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ незначна кількість (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)	74-81
<b>ЗАДОВІЛЬНО.</b> Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ значна кількість (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівня)	60-73
<b>НЕЗАДОВІЛЬНО.</b> Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу є недостатнім і не задовольняє мінімальні вимоги за результатами навчання. З можливістю повторного складання модулю (низький рівень)	0-59

**6.1. Перелік питань для підсумкового контролю:**

**«Фізичне виховання у спеціальній медичній групі»»**

1. Комплектування підгруп для занять з фізичного виховання у загальноосвітніх школах.
2. Завдання, засоби, методичні особливості вступної та підготовчої частин уроку в спеціальній медичній групі.
3. Характеристика фізичних навантажень різної інтенсивності.
4. Способи організації процесу фізичного виховання зі СМГ у загальноосвітній школі.
5. Зміст навчальної програми з фізичної культури для спеціальної медичної групи.
6. Методичні рекомендації для зниження функціонального навантаження на судини у підготовчому періоді фізичного виховання.
7. Критерії комплектування медичних груп для занять з фізичного виховання у загальноосвітніх школах.
8. Характеристика засобів, методів фізичного виховання учнів СМГ.
9. Особливості методики занять з учнями, які страждають на підвищений артеріальний тиск.
10. Особливості фізичного і психічного розвитку, фізичної підготовленості і захворюваності учнів спеціальної медичної групи.

11. Характеристика періодів фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи.
12. Загальні риси методики фізичного виховання учнів, які страждають на захворювання органів дихання.
13. Методика використання допоміжних засобів фізичного виховання у роботі з учнями СМГ
14. Характеристика організаційних форм фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи у загальноосвітніх закладах
15. Характеристика методів фізичного виховання в заняттях з учнями СМГ.
16. Специфічні принципи фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи сформульовані І.Вржесневським, О. Давиденко, 2002.
17. Розвиток фізичних якостей у дітей спеціальної медичної групи.
18. Методика занять з учнями з пошкодженнями опорно-рухового апарату.
19. Функції педагогічного процесу фізичного виховання учнів СМГ.
20. Організація і методика самостійних занять учнів спеціальної медичної групи.
21. Особливості методики фізичного виховання учнів з порушеннями зору.
22. Завдання фізичного виховання учнів СМГ.
23. Особливості обліку та оцінювання учнів спеціальної медичної групи у процесі фізичного виховання.
24. Особливості методики фізичного виховання учнів з невротами.
25. Принципи фізичного виховання учнів СМГ.
26. Контроль і самоконтроль у фізичному вихованні учнів спеціальної медичної групи.
27. Особливості методики занять у СМГ при захворюваннях залоз внутрішньої секреції і розладах обміну речовин.
28. Комплектування медичних груп для занять з фізичного виховання у загальноосвітніх школах.
29. Задачі, засоби, методичні особливості основної та заключної частин уроку фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи.
30. Методика проведення коригувальних вправ при сколіозах різного ступеня.
31. Характеристика сучасних проблем фізичного виховання учнів СМГ.

32. Задачі, засоби, методичні особливості основної і заключної частин уроку фізичної культури для учнів спеціальної медичної групи.

33. Особливості методики фізичного виховання учнів з порушеннями зору.

34. Вплив фізичних вправ на організм дитини з послабленим здоров'ям.

35. Організація і методика фізкультурних занять, масових, фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі навчального дня з дітьми спеціальної медичної групи.

36. Загальні риси методики фізичного виховання учнів підгрупи «Б» СМГ.

37. Характеристика фізичного, психічного розвитку, фізичної підготовленості і захворюваності учнів спеціальної медичної групи.

38. Організаційно-методичні особливості уроку фізичної культури з дітьми підгрупи «А» СМГ.

39. Організаційно-методичні особливості уроку фізичної культури з дітьми підгрупи «В» СМГ.

40. Особливості методики проведення загартувальних заходів в СМГ.

41. Організація і методика самостійних (індивідуальних і групових) занять фізичними вправами учнів спеціальної медичної групи.

42. Загальні риси методики уроків фізичної культури з учнями, які страждають на хвороби серця.

43. Класифікація і характеристика фізичних вправ, що застосовуються у фізичному вихованні учнів спеціальної медичної групи.

44. Методичні і організаційні особливості уроку фізичної культури у спеціальній медичній групі.

45. Загальні риси методики фізичного виховання учнів, які страждають на захворювання органів дихання.

46. Загальна і моторна щільність уроку фізичної культури в спеціальній медичній групі.

47. Способи регулювання фізичного навантаження під час занять у спеціальній медичній групі.

48. Методичні рекомендації для зниження функціонального навантаження на судини у підготовчому періоді фізичного виховання.

49. Принципи фізичного виховання учнів СМГ.

50. Характеристика навчальної програми з фізичної культури для учнів спеціальної медичної групи.

51. Комплектування підгруп спеціальної медичної групи.

52. Відмінності програмного матеріалу для учнів СМГ.
53. Особливості методики фізичного виховання учнів із захворюваннями органів травлення.
54. Мета і завдання медико-педагогічного контролю. Завдання медико-педагогічного спостереження.
55. Вимоги до уроку фізичної культури спеціальної медичної групи (за Г.І. Погадаєвим, 2000).
56. Особливості методики фізичного виховання учнів із неврозами.
57. Способи організації процесу фізичного виховання зі СМГ у загальноосвітніх школах.
58. Задачі, засоби, методичні особливості підготовчої і вступної частин уроку фізичної культури для учнів спеціальної медичної групи.
59. Особливості методики фізичного виховання учнів з порушеннями постави.
60. Гігієнічні вимоги до організації режиму дня в умовах спеціальних шкіл-інтернатів.

## **7. Умови допуску до підсумкового контролю**

Студенту, який має підсумкову оцінку за дисципліну від 35 до 59 балів, призначається додаткова залікова сесія. В цьому разі він повинен виконати додаткові завдання, визначені викладачем.

Студент, який не виконав вимог робочої програми по змістових модулях, не допускається до складання підсумкового контролю. В цьому разі він повинен виконати визначене викладачем додаткове завдання по змісту відповідних змістових модулів в період між основною та додатковою сесіями.

Студент має право на опротестування результатів контролю (апеляцію).

Правила подання та розгляду апеляції визначені внутрішніми документами КНУБА, які розміщені на сайті КНУБА та зміст яких доводиться здобувачам до початку вивчення дисципліни.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Арєф'єв В. Г. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): Навч. пос. для студентів навчальних закладів II – IV рівнів акредитації / В. Г. Арєф'єв, А. Г. Єдинак. – Кам'янець-Подільський: Абетка–НОВА, 2001. – 384 с.
2. Боднар І. Р. Теорія, методика та організація фізичного виховання учнів у спеціальній медичній групі : навч. посіб. / І. Р. Боднар. – Л. : ЛДУФК, 2013. – 170 с.
3. Гауряк О.Д. Методика проведення фізичної культури в спеціальних медичних групах : навч.-метод. посібник / укл. О.Д. Гауряк, Л.Г. Доцюк. Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2021. – 156 с.
4. Дубогай О. Д. Методика фізичного виховання студентів спеціальної медичної групи : навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. / О. Д. Дубогай, А. В. Цьось. – Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2012. – 276 с.
5. Зубалій М.Д., Програма для основної і спеціальної медичних груп загальноосвітніх навчальних закладів. Фізична культура. 5-12 класи. // Зубалій М. Д., Деревянко В. В., Лакіза М. М., Шегімага В. Ф., Майєр В. І. – К.: Ранок, 2006. – 128 с.
6. Зубалій М.Д., Програма для основної і спеціальної медичних груп загальноосвітніх навчальних закладів. Фізична культура. 1-4 класи. // Зубалій М. Д., Деревянко В. В., Лакіза М. М., Шегімага В. Ф., Майєр В. І. – К. : Ранок, 2006. – 128 с.
7. Киселевська С.М. Постава. Види порушень та корекція: Методичні вказівки для студентів спеціальної медичної групи /уклад.: С.М. Киселевська. – К.: КНУБА, 2018. – 50 с.
8. Киселевська С.М. Здоров'я та біологічний вік: Методичні вказівки для студентів спеціальної медичної групи / уклад.: С.М. Киселевська, Т.В. Євсюкова. – К.: КНУБА, 2017. – 27 с.
9. Лапшина Г.Г. Теоретична підготовка студентів закладів вищої освіти з предмету "Фізичне виховання" Конспект лекцій /Г. Лапшина, О. Череповська, Р. Дмитрів, О. Мельник, Л. Дербаба, Н. Семенова, та ін. // за ред. Г.Г. Лапшиної – Львів: Поліграфіст, 2018, – 336 с.
10. Мурза В. П. Фізичні вправи і здоров'я / В. П. Мурза. – К.: Здоров'я, 1991. – 256 с. 5. Навчально-методичний посібник з навчальної дисципліни “Фізичне виховання” (галузь знань 0304 “Право”, освітньо-кваліфікаційний рівень “Бакалавр”, напрям підготовки 6.030401 “Правознавство”) для

студентів спеціальної медичної групи із захворюванням серцево-судинної та дихальної систем I-II курсу денної форми навчання / авт.: О. В. Попрошаєв, В. С. Мунтян. – Х.: Нац. ун-т “Юрид. акад. України ім. Ярослава Мудрого”, 2013. – 52 с.

11. Наявко І.І. Організація і методика проведення занять та самостійної роботи з фізичного виховання зі студентами спеціальних медичних груп : навч. пос. / укл. : І. І.Наявко, В. М. Завійська, В. В. Іваночко [та ін.] –Львів : Видавництво Львівської комерційної академії, 2008. – 130 с.

12. Озерова О.А. Фізичне виховання: Навчальний посібник з реалізації оздоровчих програм для студентів спеціального медичного відділення / уклад.: О.А. Озерова, С.М. Киселевська, А.М. Головка, Н.Т. Кучик. – К.: КНУБА, 2020. – 153 с.

13. Онопрієнко О.В Самостійні заняття з фізичного виховання для студентів спеціальних медичних груп: методичні рекомендації [Електронний ресурс] / [упоряд. О.В. Онопрієнко, О.М. Онопрієнко]; М-во освіти і науки України, Черкас. держ. технол. ун-т. — Черкаси: ЧДТУ, 2019. — 48 с.

14. Полатайко Ю. О. Фізичне виховання школярів у спеціальних медичних групах / Ю. О. Полатайко. – Івано-Франківськ: Плай, 2004. – 161 с.

15. Семенова Н. Організація фізичного виховання у спеціальних медичних групах ВНЗ I–II рівнів акредитації /Наталія Семенова // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту та здоров'я людини. – Л., 2016. – Вип. 20, т. 2. – С. 310–314.

16. Язловецький В. С. Фізичне виховання учнів з відхиленнями в стані здоров'я /В. С. Язловецький. – Навч. пос. – Кіровоград: РВВ КДПУ імені В. Винниченка, 2004. – 352 с.

17. Яців Я.М. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах: методичні рекомендації / Я.М. Яців, Ю.О. Полатайко, Е.Й. Лапковський, З.В. Дума, Л.Б. Маланюк, Г.О. Пятничук, А.В.Синиця, Л.А.Хохлова.–ІваноФранківськ: Місто-НВ, 2012 – 47 с.

### **Нормативна та законодавча база:**

1. Закон України про вищу освіту. (редакція від 27.10.2022)  
<https://zakon.help/zakonodavstvo-ukraini/1556-18>
2. Закон України про фізичну культуру і спорт (редакція від 27.10.2022).  
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>

3. Наказ МОЗУ і МОНУ №518/674 від 17.08.2009 р. «Про забезпечення медико-педагогічного контролю за фізичним вихованням учнів у загальноосвітніх навчальних закладах.

### *Електронні ресурси*

1. <http://library.knuba.edu.ua/> - Бібліотека Київського національного університету будівництва та архітектури.
2. <https://org2.knuba.edu.ua/> – Освітній сайт Київського національного університету будівництва та архітектури.
3. <http://www.nbuv.gov.ua> – Національна бібліотека України ім. Вернадського, м. Київ, пр. Голосіївський, 3

Навчально-методичне видання

**ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ У СПЕЦІАЛЬНІЙ  
МЕДИЧНІЙ ГРУПІ**

Методичні вказівки  
для студентів  
спеціальності 017 “Фізична культура і спорт”  
освітнього рівня бакалавр

Укладач **Киселевська Світлана Михайлівна**

Комп’ютерне верстання