

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по учебной работе университета

Е.В.Фильгина

07.04.2015

Регистрационный № УД-166/баз.

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ  
ГРУППАХ**

Учебная программа учреждения высшего образования  
по учебной дисциплине  
для направления специальности  
1-88 01 01-01 «Физическая культура (лечебная)»

Минск 2015

**СОСТАВИТЕЛИ:**

**В.И.Приходько**, заведующий кафедрой лечебной физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат медицинских наук, доцент;

**А.И.Солдатенкова**, доцент кафедры лечебной физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат медицинских наук, доцент;

**Л.В.Пальвинская**, старший преподаватель кафедры лечебной физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук

**РЕЦЕНЗЕНТЫ:**

**Н.Б.Сотский**, заведующий кафедрой биомеханики учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент;

**В.П.Логвин**, доцент кафедры физиологии и биохимии учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат биологических наук, доцент

**РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

кафедрой лечебной физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 16.12.2014 № 7);

советом факультета оздоровительной физической культуры и туризма учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от № );

научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от № )

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах» разработана для студентов, обучающихся по специальности 1-88 01 01 «Физическая культура» по направлению специальности 1-88 01 01-01 «Физическая культура (лечебная)» в соответствии с требованиями образовательного стандарта ОСВО 1-88 01 01-2013 и учебного плана вышеуказанного направления специальности и предназначена для реализации в рамках цикла специальных дисциплин. Ее отличительными особенностями являются: обновленное содержание, акцентуация на компетентностном подходе в обучении, значительное усиление роли и доли самостоятельной работы студента, использование современных инновационных педагогических технологий.

Для изучения учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах» необходимы знания по следующим учебным дисциплинам «Анатомия», «Физиология», «Теория и методика физического воспитания».

### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель учебной дисциплины: освоение студентами содержания и организации физического воспитания лиц с нарушениями в состоянии здоровья для расширения адаптационных возможностей их организма.

Задачи учебной дисциплины:

- освоить организационно-методические основы физической культуры в специальных медицинских группах (СМГ) в учреждениях, обеспечивающих получение среднего образования, в специальном учебном отделении в учреждениях среднего специального и высшего образования;
- изучить особенности применения средств и методов физической культуры в СМГ при различных заболеваниях;
- освоить проведение комплексов лечебной гимнастики при различных заболеваниях;
- освоить основы врачебно-педагогического контроля в специальных медицинских группах;
- изучить структуру и определение уровня реабилитационного потенциала организма у лиц, занимающихся в СМГ, специальном учебном отделении;
- освоить принципы дозирования и нормирования физической нагрузки у лиц, занимающихся в СМГ и специальном учебном отделении.

## ТРЕБОВАНИЯ К ФОРМИРОВАНИЮ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ И УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате изучения учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах» формируются следующие компетенции:

### **академические:**

- 1) уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач;
- 2) владеть системным и сравнительным анализом;
- 3) владеть исследовательскими навыками;
- 4) уметь работать самостоятельно;
- 5) быть способным порождать новые идеи (обладать креативностью);
- 6) владеть междисциплинарным подходом при решении проблем;
- 7) иметь навыки, связанные с использованием технических устройств, управлением информацией и работой с компьютером;
- 8) обладать навыками устной и письменной коммуникации;
- 9) уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни;

### **социально-личностные:**

- 1) обладать качествами гражданственности;
- 2) быть способным к социальному взаимодействию;
- 3) обладать способностью к межличностным коммуникациям;
- 4) владеть навыками здоровьесбережения;
- 5) быть способным к критике и самокритике;
- 6) уметь работать в команде;

### **профессиональные:**

#### *образовательная деятельность*

- 7) формировать физическую культуру личности;
- 8) формировать гуманистическое мировоззрение, нравственное сознание и нравственное поведение;
- 9) воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности;
- 10) формировать у занимающихся систему научных знаний, умений, навыков и готовность к их использованию в процессе физического воспитания;
- 11) использовать приемы формирования мотивации к занятиям физическими упражнениями;

#### *научно-методическая деятельность*

- 12) осваивать и использовать современные научно обоснованные методики физического воспитания;
- 13) работать с научно-методической литературой;
- 14) дифференцировать и индивидуализировать физические нагрузки;

- 15) выбирать и использовать средства и методы физической культуры;
- 16) контролировать и анализировать эффективность занятий физическими упражнениями;

*организационно-управленческая деятельность*

- 17) осуществлять планирование, организацию и контроль образовательного процесса, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- 18) работать с нормативными правовыми актами и другими документами;
- 19) составлять методическую, планирующую и отчетную документацию по установленным формам;
- 20) анализировать и оценивать собранные данные;
- 21) взаимодействовать со специалистами смежных профилей;
- 22) вести переговоры с другими заинтересованными участниками;
- 23) готовить доклады и материалы к презентациям;
- 24) пользоваться глобальными информационными ресурсами, владеть современными средствами телекоммуникаций;
- 25) анализировать и проектировать образовательный процесс, организационно-управленческую, спортивную, учебную и физкультурно-оздоровительную деятельность;
- 26) анализировать перспективы и направления развития спорта и физического воспитания;

*научно-исследовательская деятельность*

- 27) квалифицированно проводить научные исследования в области физической культуры и спорта;
- 28) использовать в процессе научных исследований в области физической культуры и спорта знания смежных дисциплин;
- 29) использовать в научных исследованиях современные информационные технологии;
- 30) разрабатывать методики коррекции и восстановления с учетом результатов научно-исследовательских работ;
- 31) выбирать эффективный критерий оптимального дозирования физической нагрузки;

*физкультурно-оздоровительная деятельность*

- 32) формировать знания, двигательные умения и навыки;
- 33) осуществлять направленное развитие двигательных способностей;
- 34) формировать и контролировать физическую нагрузку;
- 35) организовывать и проводить соревнования, спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- 36) организовывать активный отдых средствами физической культуры и спорта;
- 37) обеспечивать безопасное проведение занятий физическими упражнениями;

38) осуществлять пропаганду физической культуры, спорта и туризма, здорового образа жизни;

*коррекционная деятельность*

39) организовывать и проводить разнообразные формы занятий физической культурой у лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом пола, возраста и уровня физического состояния;

40) разрабатывать авторские лечебно-профилактические программы занятий, уроков физической культуры (физкультурных занятий) с учетом контингента занимающихся, условий образовательной среды.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен:

**знать:**

– организацию физической культуры в специальных медицинских группах, специальном учебном отделении;

– характеристику групп для занятий физической культурой в учебных заведениях;

– принципы формирования специальных медицинских групп, групп специального учебного отделения;

– задачи физического воспитания лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья;

– врачебно-педагогический контроль в специальных медицинских группах, специальном учебном отделении;

– методы дифференцированного подхода к дозированию физической нагрузки у лиц с хроническими заболеваниями;

– особенности проведения занятий в специальных медицинских группах, специальном учебном отделении при различных заболеваниях;

– основные оздоровительные системы и практики;

**уметь:**

– организовать и проводить уроки (занятия) физической культурой в специальных медицинских группах (специальном учебном отделении);

– определять уровень физической подготовленности, функциональное состояние у лиц с различными заболеваниями;

– определять уровень реабилитационного потенциала организма лиц, занимающихся в специальных медицинских группах (специальном учебном отделении);

– применять различные средства и формы занятий физическими упражнениями с лицами имеющими отклонения в состоянии здоровья;

– использовать различные системы оздоровления с целью укрепления и восстановления здоровья человека;

**владеть:**

– навыками проведения уроков (занятий) физической культурой у лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

– навыками дозирования физической нагрузки при проведении занятий с лицами относящимся к специальной медицинской группе (специальному учебному отделению);

– навыками оценки эффективности занятий физической культурой с лиц, имеющими хронические заболевания.

Изучение учебной дисциплины рассчитано на общее количество часов – 304, из них 154 – аудиторных часа. Примерное распределение аудиторных часов по видам занятий: лекции – 44 часа, практические занятия – 100 часов, семинарские занятия – 10 часов.

Рекомендуемые формы текущей аттестации студентов по учебной дисциплине – зачет, экзамен, курсовая работа.

## ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ модуля	Наименование модуля, темы	Количество аудиторных часов			
		Всего	Из них		
			лекции	практические занятия	семинарские занятия
1	2	3	4	5	6
<b>СЕМЕСТРОВЫЙ МОДУЛЬ 1</b>					
<b>Содержательный модуль 1 (СМ-1)</b>					
<b>Медико-педагогические основы работы в СМГ</b>					
<b>М-1</b>	<b>Врачебно-педагогический контроль в СМГ</b>	<b>34</b>	<b>14</b>	<b>18</b>	<b>2</b>
	Тема 1. Содержание и организация врачебно-педагогического контроля в СМГ	4	2	2	
	Тема 2. Оценка уровня физической подготовленности, занимающихся в СМГ	2	2		
	Тема 3. Педагогический контроль уровня развития выносливости	2		2	
	Тема 4. Педагогический контроль уровня развития силы	2		2	
	Тема 5. Педагогический контроль уровня развития скоростных способностей	2		2	
	Тема 6. Педагогический контроль уровня развития гибкости	2		2	
	Тема 7. Основы педагогического контроля в СМГ	2			2
	Тема 8. Определение уровня физического развития занимающихся в СМГ	2	2		
	Тема 9. Определение функционального состояния у лиц с заболеваниями сердечно-сосудистой системы	4	2	2	
	Тема 10. Определение функционального состояния у лиц с заболеваниями органов дыхания	4	2	2	
	Тема 11. Определение функционального состояния у лиц с заболеваниями пищеварительной и выделительной систем	2		2	
	Тема 12. Определение функционального состояния у лиц с заболеваниями ЦНС и нервно-мышечного аппарата	4	2	2	

1	2	3	4	5	6
	Тема 13. Реабилитационный потенциал занимающихся с различными отклонениями в состоянии здоровья	2	2		
<b>М-К<sub>1</sub></b>	<b>Контроль успеваемости по СМ-1 «Медико-педагогические основы работы в СМГ»</b>	<b>2</b>			<b>2</b>
<b>СЕМЕСТРОВЫЙ МОДУЛЬ 2</b>					
<b>Содержательный модуль 2 (СМ-2)</b>					
<b>Организация и методика занятий физической культурой в СМГ</b>					
<b>М-2</b>	<b>Теоретические аспекты организации физической культуры в СМГ</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>
	Тема 14. Принципы формирования специальных медицинских групп в учреждениях общего и специального среднего образования и учреждениях высшего образования	2	2		
	Тема 15. Средства и формы занятий в СМГ	4	2	2	
	Тема 16. Содержание базового и вариативного компонентов программы по физической культуре	4	2	2	
	Тема 17. Организация физической культуры в СМГ	2			2
<b>М-3</b>	<b>Особенности организации и методики занятий физической культурой в специальном учебном отделении</b>	<b>42</b>	<b>10</b>	<b>32</b>	
	Тема 19. Организация и методика занятий физической культурой группы «А» специального учебного отделения	16	4	12	
	Тема 20. Организация и методика занятий физической культурой группы «Б» специального учебного отделения	10	2	8	
	Тема 21. Организация и методика занятий физической культурой группы «В» специального учебного отделения	16	4	12	
<b>М-К<sub>2</sub></b>	<b>Контроль успеваемости по СМ-2 «Организация и методика занятий физической культурой в СМГ»</b>				
<b>СЕМЕСТРОВЫЙ МОДУЛЬ 3</b>					
<b>М-4</b>	<b>Особенности организации и методики занятий физической культурой в СМГ в учреждениях общего среднего образования</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	
	Тема 22. Организация и методика занятий физической культурой в СМГ у лиц младшего, среднего и старшего школьного возраста	14	2	12	

1	2	3	4	5	6
<b>М-К<sub>3</sub></b>	<b>Контроль успеваемости по М-4 «Особенности организации и методики занятий физической культурой в СМГ в учреждениях общего среднего образования»</b>	<b>2</b>			<b>2</b>
<b>Содержательный модуль 3 (СМ-3) Оздоровительные системы и практики</b>					
<b>М-5</b>	<b>Содержание вариативного компонента программы по физической культуре в СМГ</b>	<b>46</b>	<b>12</b>	<b>34</b>	
	Тема 23. Аэробика Кеннета Купера	6	2	4	
	Тема 24. Система оздоровления Поля Брэгга	4		4	
	Тема 25. Система соматических упражнений Томаса Хана	8	2	6	
	Тема 26. Система гимнастических упражнений хатха-йога	6	2	4	
	Тема 27. Оздоровительные системы Китая	4		4	
	Тема 28. Система оздоровления Н.М. Амосова	2	2		
	Тема 29. Дыхательные практики	6	2	4	
	Тема 30. Психофизическая тренировка Каролиса Динейка	6	2	4	
	Тема 31. Система оздоровления Порфирия Иванова	4		4	
<b>М-К<sub>4</sub></b>	<b>Контроль успеваемости по СМ-3 «Оздоровительные системы и практики»</b>	<b>2</b>			<b>2</b>
	<b>Итого</b>	<b>154</b>	<b>44</b>	<b>100</b>	<b>10</b>

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

## СЕМЕСТРОВЫЙ МОДУЛЬ 1

### Содержательный модуль 1 (СМ-1) МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАБОТЫ В СМГ

#### Модуль 1 (М-1) ВРАЧЕБНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ В СМГ

##### Тема 1. СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ВРАЧЕБНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ В СМГ

Врачебно-педагогический контроль при проведении уроков в специальной медицинской группе. Цель, задачи, содержание. Условия и организация проведения уроков в СМГ. Методы врачебно-педагогического наблюдения при проведении урока физической культуры в СМГ, оценка результатов по уровню приспособительных реакций, анализу двигательной деятельности занимающихся. Проведение врачебно-педагогического наблюдения. Оценка и анализ его результатов.

Педагогический контроль в СМГ с учетом индивидуальной физической подготовленности и индивидуальных функциональных возможностей каждого обучающегося. Определение общей и моторной плотности урока методом хронометрирования в СМГ. Определение объема и интенсивности физической нагрузки на уроке физической культуры в СМГ. Физиологическая кривая пульса, оценка правильности распределения физических нагрузок на уроке в СМГ.

Самоконтроль обучающихся в СМГ как составная часть педагогического контроля. Содержание дневника самоконтроля.

##### Тема 2. ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ В СМГ

Физическая подготовленность как основа высокой работоспособности во всех видах деятельности человека. Классификация двигательных способностей человека. Гетерохронность в развитии физических качеств человека и влияние факторов внешней среды на их развитие. Оценка двигательных способностей учащихся (количественная и качественная). Контрольные испытания для определения результативности педагогического процесса в СМГ.

##### Тема 3. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ

Понятие «выносливость», виды. Факторы, определяющие развитие различных видов выносливости. Сенситивные периоды развития выносливости. Средства и методы развития выносливости в СМГ. Особенности развития качества выносливости у занимающихся в СМГ. Дозирование нагрузки, направленной на тренировку качества выносливости в СМГ. Методы и

критерии оценки выносливости в СМГ. Прямой и косвенный способ измерения выносливости.

#### **Тема 4. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ СИЛЫ**

Понятие «силовые способности», виды. Факторы, определяющие развитие силовых способностей. Сенситивные периоды развития силовых способностей. Средства и методы развития силовых способностей в СМГ. Особенности развития силы у занимающихся в СМГ. Дозирование нагрузки, направленной на развитие силовой выносливости в СМГ. Методы и критерии оценки силовых, скоростно-силовых способностей и силовой выносливости в СМГ. Специальные контрольные упражнения и измерительные устройства для оценки силовых способностей.

#### **Тема 5. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ**

Понятие «скоростные способности», виды. Факторы, определяющие развитие скоростных способностей. Сенситивные периоды развития скоростных способностей. Средства и методы развития скоростных способностей в СМГ. Особенности развития скоростных способностей у лиц, занимающихся в СМГ. Дозирование нагрузки, направленной на тренировку скоростных способностей в СМГ. Методы и критерии оценки скоростных способностей в СМГ. Тесты для оценки быстроты простой и сложной реакций; скорости одиночного движения; максимальной быстроты движений в СМГ.

#### **Тема 6. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ**

Понятие «гибкость», виды. Факторы, определяющие развитие гибкости. Сенситивные периоды развития гибкости. Характеристика развития гибкости у учащихся с хроническими заболеваниями по сравнению со здоровыми. Средства и методы развития гибкости в СМГ. Особенности развития качества гибкости у занимающихся в СМГ. Дозирование нагрузки, направленной на развитие гибкости в СМГ. Методы и критерии оценки гибкости в СМГ. Аппаратурные способы измерения гибкости: механический, механо-электрический, оптический, рентгенографический. Тесты для оценки подвижности различных суставов: «Подвижность позвоночного столба», «Подвижность в плечевом суставе», «Подвижность в тазобедренном суставе», «Подвижность в коленных и голеностопных суставах».

#### **Тема 7. ОСНОВЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ В СМГ** (итоговый семинар по темам 1–6)

## **Тема 8. ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ЗАНИМАЮЩИХСЯ В СМГ**

Понятие «физическое развитие». Факторы, влияющие на физическое развитие человека.

Характеристика физического развития учащихся с хроническими заболеваниями. Методы изучения физического развития в СМГ: соматоскопия, антропометрия. Оценка физического развития занимающихся в СМГ методами антропометрических стандартов, индексов и корреляции. Учет показателей физического развития для планирования объема и интенсивности физической нагрузки в СМГ.

## **Тема 9. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ У ЛИЦ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ**

Показатели деятельности сердечно-сосудистой системы как интегративные, характеризующие состояние организма в целом. Функциональные изменения в организме занимающихся в СМГ при патологии сердечно-сосудистой системы с учетом возрастных особенностей. Функциональные пробы для оценки состояния сердечно-сосудистой системы, правила проведения, оценка результатов. Аппаратные методы контроля функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Определение функционального состояния сердечно-сосудистой системы с целью адекватного дозирования физической нагрузки в СМГ при разных двигательных режимах.

Проведение функциональных проб у детей и лиц юношеского возраста с заболеваниями сердечно-сосудистой системы и оценка их результатов.

## **Тема 10. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ У ЛИЦ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ**

Функциональные изменения в организме при заболеваниях органов дыхания с учетом возрастных особенностей. Функциональные пробы для оценки состояния дыхательной системы. Определение функционального состояния органов дыхания с целью оценки эффективности процесса физического воспитания в СМГ на разных двигательных режимах. Аппаратные методы контроля функционального состояния органов дыхания.

Проведение функциональных проб у детей и лиц юношеского возраста с заболеваниями органов дыхания и оценка их результатов.

## **Тема 11. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ У ЛИЦ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ И ВЫДЕЛИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМ**

Функциональная характеристика состояния желудочно-кишечного тракта и выделительной системы у учащихся, отнесенных к СМГ с учетом возрастных особенностей. Физиологическое обоснование функциональных изменений в организме при заболеваниях пищеварительной и выделительной систем. Определение функционального состояния органов пищеварения и выделения с целью контроля процесса восстановления при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, гепатобилиарной системы и органов мочевыделительной

системы клинико-биохимическими, аппаратными методами. Роль субъективных жалоб, самоконтроля. Контрольно-педагогическое тестирование у лиц с заболеванием пищеварительной и выделительной систем. Показатели деятельности сердечно-сосудистой системы как интегративные и их характеристика у лиц с заболеваниями органов пищеварения и выделения.

Проведение функциональных проб у детей и лиц юношеского возраста с заболеваниями пищеварительной, выделительной систем и оценка их результатов.

## **Тема 12. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ У ЛИЦ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ЦНС И НЕРВНО-МЫШЕЧНОГО АППАРАТА**

Особенности функционального состояния ЦНС и нервно-мышечного аппарата у лиц, отнесенных по состоянию здоровья к СМГ. Роль ЦНС в регуляции различных функций и процессов. Роль неврологического анамнеза в оценке функционального состояния нервной системы. Характеристика основных нервных процессов: силы, уравновешенности, подвижности. Характеристика сенсорных систем: зрительной, слуховой, вестибулярной и двигательной. Влияние физической нагрузки на состояние ЦНС и нервно-мышечного аппарата у занимающихся в СМГ. Определение функционального состояния ЦНС, периферической нервной системы, вегетативной нервной системы, нервно-мышечного аппарата, сенсорных систем у занимающихся в СМГ. Учет результатов при построении занятий в СМГ и оценке их эффективности.

Проведение функциональных проб у детей и лиц молодого возраста с заболеваниями ЦНС и нервно-мышечного аппарата и оценка их результатов.

## **Тема 13. РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ЗАНИМАЮЩИХСЯ С РАЗЛИЧНЫМИ ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ**

Понятие «реабилитационный потенциал», содержание. Методика оценки реабилитационного потенциала. Принципы дифференцирования физической нагрузки у занимающихся в соответствии с уровнями их физического развития, функционального состояния и функциональной подготовленности.

### **Модуль контроля (М-К<sub>1</sub>)**

#### **Контроль успеваемости по СМ-1 «Медико-педагогические основы работы в СМГ»**

Контроль осуществляется в форме устных и письменных тестовых заданий, решения разноуровневых ситуационных задач, разработки комплексов физических упражнений.

## **СЕМЕСТРОВЫЙ МОДУЛЬ 2**

### **Содержательный модуль 2 (СМ-2) ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В СМГ**

#### **Модуль 2 (М-2) ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СМГ**

##### **Тема 14. ПРИНЦИПЫ ФОРМИРОВАНИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБЩЕГО И СПЕЦИАЛЬНОГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ И УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Группы для занятий физической культурой: основная, подготовительная и специальная. Основа комплектования специальных медицинских групп – углубленный медицинский осмотр. Критерии комплексной оценки состояния здоровья. Группы здоровья. Принцип формирования специальных медицинских групп в учреждениях общего среднего образования, его физиологическое обоснование. Принцип формирования специального учебного отделения в учреждениях среднего специального и высшего образования. Допустимые физические нагрузки с учетом диагноза заболевания, функционального состояния организма, физической подготовленности учащихся и студентов.

##### **Тема 15. СРЕДСТВА И ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ В СМГ**

Основные средства физической культуры в СМГ: физические упражнения и природные факторы. Классификация. Влияние физических упражнений на организм учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе. Комплексное воздействие физических упражнений и природных факторов на повышение адаптационных возможностей обучающихся специальной медицинской группы. Выполнение программы по физической культуре в соответствии с решением общих и специальных задач в СМГ. Подбор специальных упражнений в зависимости от патогенеза заболевания. Основные показания и противопоказания к применению различных физических упражнений у учащихся СМГ с учетом имеющихся заболеваний.

Основные формы занятий физическими упражнениями в СМГ: учебные занятия (классно-урочные); физические упражнения в режиме дня: утренняя гимнастика, физкультурные паузы, минутки; самостоятельные занятия физическими упражнениями; оздоровительные физкультурные мероприятия, проводимые в свободное от занятий время (в выходные дни, в период каникул). Организационно-методические требования к учебным занятиям в СМГ. Разработка индивидуальных схем оздоровления, включающих различные формы занятий физическими упражнениями для учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе. Составление комплексов утренней гимнастики и физкультурных пауз для обучающихся, имеющих различные заболевания.

## **Тема 16. СОДЕРЖАНИЕ БАЗОВОГО И ВАРИАТИВНОГО КОМПОНЕНТОВ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Базовый и вариативный компоненты программы по физической культуре для специальных медицинских групп в средних общеобразовательных учреждениях и их характеристика. Примерное распределение часов, содержание теоретического и практического разделов базового и вариативного компонентов программы. Средства по годам обучения с учетом показаний, ограничений и противопоказаний к применению физических упражнений, обусловленных состоянием здоровья занимающихся. Требования к знаниям, умениям и навыкам учащихся специальной медицинской группы, декларируемые базовым и вариативным компонентами программы по физической культуре.

Характеристика базового и вариативного компонентов программы по физической культуре в специальном учебном отделении учреждений среднего специального и высшего образования.

## **Тема 17. ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СМГ (итоговый семинар по темам 14–16)**

### **Модуль 3 (М-3)**

## **ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И МЕТОДИКИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В СПЕЦИАЛЬНОМ УЧЕБНОМ ОТДЕЛЕНИИ**

## **Тема 19. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ГРУППЫ «А» СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ**

Характеристика заболеваний студентов, отнесенных для занятий физической культурой к группе «А». Задачи теоретического и практического разделов учебной программы для учреждений высшего образования (группа специального учебного отделения) «Физическая культура». Особенности изучения основ видов спорта, развития двигательных способностей на занятиях в специальных учебных отделениях студентов группы «А».

Схема занятия с лицами группы «А». Средства, применяемые на занятиях физической культурой. Ограничения и противопоказания к применению физических упражнений, обусловленных состоянием здоровья студентов группы «А». Факторы, лимитирующие физическую нагрузку студентов, отнесенных для занятий физической культурой к группе «А». Дозирование физической нагрузки и организация контроля ее переносимости на занятиях по физической культуре в специальном учебном отделении с лицами группы «А» в соответствии с реабилитационным потенциалом занимающихся.

## **Тема 20. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ГРУППЫ «Б» СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ**

Характеристика заболеваний студентов, отнесенных для занятий физической культурой к группе «Б». Задачи теоретического и практического разделов учебной программы для учреждений высшего образования (группа специального учебного отделения) «Физическая культура». Особенности изучения основ видов спорта, развития двигательных способностей на занятиях в специальных учебных отделениях студентов группы «Б».

Схема занятия с лицами группы «Б». Средства, применяемые на занятиях физической культурой у лиц, отнесенных к группе «Б». Ограничения и противопоказания к применению физических упражнений, обусловленных состоянием здоровья студентов группы «Б». Факторы, лимитирующие физическую нагрузку студентов, отнесенных для занятий физической культурой к группе «Б». Дозирование физической нагрузки и организация контроля ее переносимости на занятиях физической культурой в специальном учебном отделении с лицами группы «Б».

## **Тема 21. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ГРУППЫ «В» СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ**

Характеристика заболеваний студентов, отнесенных для занятий физической культурой к группе «В». Задачи теоретического и практического разделов учебной программы для учреждений высшего образования (группа специального учебного отделения) «Физическая культура». Особенности изучения основ видов спорта, развития двигательных способностей на занятиях в специальных учебных отделениях студентов группы «В».

Схема занятия с лицами группы «В». Средства, применяемые на занятиях физической культурой у лиц, отнесенных к группе «В». Ограничения и противопоказания к применению физических упражнений, обусловленных состоянием здоровья студентов группы «В». Факторы, лимитирующие физическую нагрузку студентов, отнесенных для занятий физической культурой к группе «В». Дозирование физической нагрузки и организация контроля ее переносимости на занятиях по физической культуре в специальном учебном отделении с лицами группы «В».

### **Модуль контроля (М-К<sub>2</sub>)**

#### **Контроль успеваемости по СМ-2 «Организация и методика занятий физической культурой в СМГ»**

Контроль осуществляется в форме устных и письменных тестовых заданий, решения разноуровневых ситуационных задач, разработки комплексов физических упражнений.

## **СЕМЕСТРОВЫЙ МОДУЛЬ 3**

### **Модуль 4 (М-4)**

#### **ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И МЕТОДИКИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В СМГ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

##### **Тема 22. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В СМГ У ЛИЦ МЛАДШЕГО, СРЕДНЕГО И СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Цель и задачи физической культуры в СМГ в учреждениях общего среднего образования. Задачи теоретического и практического разделов учебной программы для специальных медицинских групп учреждений общего среднего образования «Физическая культура и здоровье» для лиц младшего, среднего и старшего школьного возраста. Особенности изучения основ видов спорта на занятиях в СМГ у лиц младшего, среднего и старшего школьного возраста. Развитие двигательных способностей на занятиях в СМГ у лиц младшего, среднего и старшего школьного возраста. Схема построения урока в СМГ с учащимися различного возраста, ее принципиальные особенности в зависимости от возраста. Подготовительный и основной периоды в учебно-воспитательном процессе по физической культуре в СМГ. Особенности дозирования физической нагрузки и организация контроля ее переносимости на занятиях по физическому воспитанию в СМГ. Основные документы планирования учебно-воспитательной работы в СМГ.

### **Модуль контроля (М-К<sub>3</sub>)**

#### **Контроль успеваемости по М-4 «Особенности организации и методики занятий физической культурой в СМГ в учреждениях общего среднего образования»**

Контроль осуществляется в форме устных и письменных тестовых заданий, решения разноуровневых ситуационных задач, разработки комплексов физических упражнений.

### **Содержательный модуль 3 (СМ-3) ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ СИСТЕМЫ И ПРАКТИКИ**

### **Модуль 5 (М-5)**

#### **СОДЕРЖАНИЕ ВАРИАТИВНОГО КОМПОНЕНТА ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СМГ**

##### **Тема 23. АЭРОБИКА КЕННЕТА КУПЕРА**

Основные составляющие здоровья по К. Куперу. Физическая нагрузка и принципы сбалансированного питания. Особенности применения элементов системы К. Купера в вариативном компоненте программы по физической культуре у лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Показания, ограничения и противопоказания к применению аэробики К. Купера при заболеваниях

различных систем и органов. Тестирование физической подготовленности и индивидуализация нагрузки при занятиях аэробикой лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

#### **Тема 24. СИСТЕМА ОЗДОРОВЛЕНИЯ ПОЛЯ БРЭГГА**

Характеристика системы оздоровления Поля Брэгга. Факторы, влияющие на формирование здоровья, определенные по системе оздоровления Поля Брэгга. Характеристика упражнений для активизации мышц и работы внутренних органов по системе оздоровления Поля Брэгга. Их физиологическое действие. Особенности применения элементов системы оздоровления Поля Брэгга в вариативном компоненте учебной программы для специальных медицинских групп «Физическая культура и здоровье» и учебной программы для учреждений высшего образования (группа специального учебного отделения) «Физическая культура». Показания, ограничения и противопоказания к применению элементов системы оздоровления Поля Брэгга при заболеваниях различных систем и органов.

#### **Тема 25. СИСТЕМА СОМАТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ТОМАСА ХАНА**

Понятия: «соматическое упражнение», «система соматических упражнений». Система соматических упражнений Томаса Хана. Основные принципы построения программы соматических упражнений. Особенности применения соматических упражнений Томаса Хана в вариативном компоненте учебной программы для специальных медицинских групп «Физическая культура и здоровье» и учебной программы для учреждений высшего образования (группа специального учебного отделения) «Физическая культура». Составление плана-конспекта с использованием соматических упражнений. Показания, ограничения и противопоказания к применению соматических упражнений Томаса Хана при заболеваниях различных систем и органов.

#### **Тема 26. СИСТЕМА ГИМНАСТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ХАТХА-ЙОГА**

Восточная медицина о лечебном действии физических упражнений. Характеристика физических упражнений, применяемых в гимнастике хатха-йога. Физиологическое воздействие гимнастических упражнений системы хатха-йога. Особенности применения физических упражнений системы хатха-йога в вариативном компоненте учебной программы для специальных медицинских групп «Физическая культура и здоровье» и учебной программы для учреждений высшего образования (группа специального учебного отделения) «Физическая культура». Методические рекомендации по организации занятий. Показания, ограничения и противопоказания к применению упражнений системы хатха-йога при заболеваниях различных систем и органов.

### **Тема 27. ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ СИСТЕМЫ КИТАЯ**

Оздоровительные системы Китая, их характеристика. Клинико-физиологическое обоснование влияния этих систем на организм человека. Характеристика дыхательной гимнастики цигун. Основные принципы системы у-шу, гимнастики кай-мен. Особенности применения физических упражнений оздоровительных систем Китая в вариативном компоненте учебной программы для специальных медицинских групп «Физическая культура и здоровье» и учебной программы для учреждений высшего образования (группа специального учебного отделения) «Физическая культура». Составление комплексов упражнений, включающих упражнения дыхательной гимнастики цигун, системы у-шу, гимнастики кай-мен. Показания, ограничения и противопоказания к применению элементов оздоровительных систем Китая при заболеваниях различных систем и органов.

### **Тема 28. СИСТЕМА ОЗДОРОВЛЕНИЯ Н.М. АМОСОВА**

Единство физической и психической природы человека. Необходимость выполнения биологической нормы движения и систематического наращивания тренировочных нагрузок для сохранения здоровья человека.

Характеристика гимнастических упражнений, предлагаемых Н.М.Амосовым в целях оздоровления человека. Методические рекомендации к занятиям по системе оздоровления Н.М. Амосова. Особенности применения элементов системы Н.М. Амосова в вариативном компоненте учебной программы для специальных медицинских групп «Физическая культура и здоровье» и учебной программы для учреждений высшего образования (группа специального учебного отделения) «Физическая культура». Показания, ограничения и противопоказания к применению элементов системы оздоровления Н.М. Амосова при заболеваниях различных систем и органов.

### **Тема 29. ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПРАКТИКИ**

Парадоксальная дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой, ее сущность. Методика волевой ликвидации глубокого дыхания К. Бутейко, ее сущность. Звуковая гимнастика, ее сущность. Особенности применения парадоксальной дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой, методики волевой ликвидации глубокого дыхания К. Бутейко, звуковой гимнастики в вариативном компоненте учебной программы для специальных медицинских групп «Физическая культура и здоровье» и учебной программы для учреждений высшего образования (группа специального учебного отделения) «Физическая культура». Показания, ограничения и противопоказания к применению дыхательных практик А.Н.Стрельниковой, К. Бутейко и звуковой гимнастики при заболеваниях различных систем и органов.

### **Тема 30. ПСИХОФИЗИЧЕСКАЯ ТРЕНИРОВКА КАРОЛИСА ДИНЕЙКА**

Понятие «психофизическая тренировка». Психофизическое направление в физической культуре. Значение активной сознательности в физической деятельности. Особенности применения методики психофизической

тренировки К. Динейка в вариативном компоненте учебной программы для специальных медицинских групп «Физическая культура и здоровье» и учебной программы для учреждений высшего образования (группа специального учебного отделения) «Физическая культура». Показания, ограничения и противопоказания к применению психофизической тренировки К. Динейка при заболеваниях различных систем и органов.

### **Тема 31. СИСТЕМА ОЗДОРОВЛЕНИЯ ПОРФИРИЯ ИВАНОВА**

Система оздоровления Порфирия Иванова, ее принципы, характеристика. Особенности применения отдельных составляющих системы Порфирия Иванова в вариативном компоненте учебной программы для специальных медицинских групп «Физическая культура и здоровье» и учебной программы для учреждений высшего образования (группа специального учебного отделения) «Физическая культура».

Показания, ограничения и противопоказания к применению элементов системы оздоровления Порфирия Иванова при заболеваниях различных систем и органов.

### **Модуль контроля (М-К<sub>4</sub>)**

#### **Контроль успеваемости по СМ-3 «Оздоровительные системы и практики»**

Контроль осуществляется в форме устных и письменных тестовых заданий, решения разноуровневых ситуационных задач, разработки комплексов физических упражнений.

## ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа студентов включает в себя:

1. Изучение научной литературы по вопросам особенностей функционального и педагогического контроля на занятиях в СМГ и специальных учебных отделениях.
2. Изучение научной литературы по вопросам организации и методики занятий физической культурой с лицами с отклонениями в состоянии здоровья.
3. Изучение научной литературы по вопросам применения оздоровительных систем на занятиях физической культурой в СМГ и специальных учебных отделениях.

### ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

1. Содержание и организация врачебно-педагогического контроля в СМГ.
2. Педагогический контроль уровня развития выносливости.
3. Педагогический контроль уровня развития силы.
4. Педагогический контроль уровня развития скоростных способностей.
5. Педагогический контроль уровня развития гибкости.
6. Определение функционального состояния у лиц с заболеваниями сердечно-сосудистой системы.
7. Определение функционального состояния у лиц с заболеваниями органов дыхания.
8. Определение функционального состояния у лиц с заболеваниями пищеварительной и выделительной систем.
9. Определение функционального состояния у лиц с заболеваниями ЦНС и нервно-мышечного аппарата.
10. Средства и формы занятий в СМГ.
11. Содержание базового и вариативного компонентов программы по физической культуре.
12. Организация и методика занятий физической культурой в СМГ у лиц младшего, среднего и старшего школьного возраста.
13. Организация и методика занятий физической культурой группы «А» специального учебного отделения.
14. Организация и методика занятий физической культурой группы «Б» специального учебного отделения.
15. Организация и методика занятий физической культурой группы «В» специального учебного отделения.
16. Аэробика Кеннета Купера.
17. Система оздоровления Поля Брэгга.
18. Система соматических упражнений Томаса Хана

19. Система гимнастических упражнений хатха-йога
20. Оздоровительные системы Китая.
21. Система оздоровления Н.М. Амосова.
22. Дыхательные практики.
23. Система оздоровления Порфирия Иванова.
24. Психофизическая тренировка Каролиса Динейка.

#### ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

1. Основы педагогического контроля в СМГ.
2. Организация физической культуры в СМГ.

#### КУРСОВАЯ РАБОТА

Курсовая работа является одной из форм учебно-познавательной и научной деятельности студента.

Целью написания курсовой работы является углубленное изучение отдельных тем учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах».

В курсовой работе раскрывается актуальность темы исследования, формулируются цель и задачи, описываются методы и организация работы, приводится разработанная восстановительная программа. Оценка эффективности исследования производится путем анализа результатов и сравнения показателей контрольной и экспериментальной групп.

При выполнении курсовой работы студент должен научиться применять средства и формы лечебной физической культуры в восстановительных программах с учетом индивидуальных особенностей больных и имеющих у них соматических заболеваний; овладеть исследовательскими приемами и сформировать навыки получения и накопления знаний. Общий объем курсовой работы должен составлять не менее чем 35–40 страниц.

#### ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ КУРСОВЫХ РАБОТ

1. Программа восстановления лиц молодого возраста с ожирением 1 степени.
2. Комплексное восстановление часто и длительно болеющих детей среднего школьного возраста.
3. ЛФК и массаж в комплексном восстановлении детей дошкольного возраста, перенесших бронхит.
4. Программа профилактики для детей младшего школьного возраста с плоскостопием.
5. Программа восстановления часто и длительно болеющих детей младшего школьного возраста с нарушениями осанки во фронтальной плоскости.

6. Программа коррекции нарушения осанки (круглая спина) у детей среднего школьного возраста.
7. Комплексное восстановление студентов с миопией.
8. Программа восстановления для подростков 14–16 лет с нарушениями осанки.
9. Программа восстановления для детей среднего школьного возраста с гастритами, отнесенных по состоянию здоровья к СМГ.
10. Программа восстановления для детей старшего школьного возраста со сколиозом 1 степени.
11. Программа восстановления для детей старшего школьного возраста с плоскостопием.
12. Программа восстановления для детей школьного возраста с миопией и нарушением осанки, по состоянию здоровья относящихся к СМГ.
13. Комплексное восстановление детей старшего школьного возраста с ожирением, относящихся по состоянию здоровья к СМГ.
14. Программа восстановлению лиц молодого возраста с артериальной гипертензией 1–2 степеней.
15. Программа восстановления лиц молодого возраста с сахарным диабетом.
16. Комплексная программа восстановления лиц молодого возраста с остеохондрозом шейного отдела позвоночника.

## РЕКОМЕНДУЕМЫЕ МЕТОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ

Основные методы и технологии обучения, отвечающие цели и задачам учебной дисциплины:

– методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности: словесные (рассказ, лекция, беседа, объяснение, описание), наглядные (демонстрация, иллюстрация, наблюдение, видеометод), практические (упражнения), работа с книгой (составление библиографии, плана, конспектирование, тезирование, цитирование, аннотирование).

– методы стимулирования учебной деятельности: методы формирования познавательного интереса (содержание учебного материала, его актуальность, познавательные игры, учебные дискуссии, создание эмоционально-нравственных ситуаций, создание ситуации успеха в учении); методы стимулирования долга и ответственности в учении (убеждение в значимости учения, предъявление учебных требований, поощрение и порицание в учении). Указанные методы должны формировать познавательный интерес, вызывать желание действовать активно, с полной отдачей сил, преодолевать трудности, проявлять настойчивость в постижении учебного материала.

– методы контроля и самоконтроля: методы устного контроля (индивидуальный опрос, фронтальный опрос, устные зачеты, устные экзамены); методы письменного контроля (контрольные письменные работы, письменный самоконтроль); методы практического контроля

(составление плана-конспекта учебного занятия).

– предметно ориентированные технологии: (технология полного усвоения знаний, технология разноуровневого обучения, технология модульного обучения).

– лично ориентированные технологии: (технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология обучения как учебного исследования, технология коллективной мыследеятельности, технология «Учебное портфолио», технология «Мастерская знаний»).

– коммуникативные образовательные технологии (дискуссия, мозговой штурм, учебные дебаты, круглый стол).

– игровые образовательные технологии (деловые, ролевые, имитационные игры).

## ДИАГНОСТИКА КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ

Учебным планом для специальности 1-88 01 01 «Физическая культура» по направлению специальности 1-88 01 01-01 «Физическая культура (лечебная)» по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах» рекомендованы: зачет, экзамен и курсовая работа. Десятибалльная шкала оценки представляет собой систему измерения учебных достижений студента, в которой отметка уровня знаний выражается последовательным рядом чисел (баллов) «1», «2», «3», «4», «5», «6», «7», «8», «9», «10». При оценке знаний студентов отметками в баллах по десятибалльной шкале учитываются критерии оценки результатов учебной деятельности студентов в учреждениях высшего образования по десятибалльной шкале. Положительными являются отметки не ниже 4 (четыре) баллов. Отметки 1 (один), 2 (два), 3 (три) являются неудовлетворительными.

Результаты текущей аттестации студентов в форме зачета оцениваются отметками «зачтено», «не зачтено». Положительной является отметка «зачтено», отметка «не зачтено» является неудовлетворительной.

Для промежуточной аттестации знаний студентов по учебной дисциплине и диагностики компетенций студентов используются следующие формы:

1. Устный опрос.
2. Письменный опрос.
3. Реферат.

Обязательным условием допуска студента к зачету и экзамену является:

- освоение теоретических разделов программы по семестрам и курсам обучения;
- регулярность посещения учебных занятий, обеспечивающая необходимый уровень знаний;
- формирование умений и навыков в профессионально-прикладной деятельности.

## КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ И КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ ПО 10-БАЛЛЬНОЙ ШКАЛЕ

Балл	Показатели оценки
1 (один) не зачтено	Отсутствие приращения знаний и компетенций в рамках образовательного стандарта высшего образования, отказ от ответа, неявка на аттестацию без уважительной причины
2 (два) не зачтено	Фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта высшего образования; знания отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах»; неумение использовать научную терминологию по лечебной физической культуре, наличие в ответе грубых стилистических и логических ошибок; пассивность на практических и семинарских занятиях по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах», низкий уровень культуры исполнения заданий
3 (три) не зачтено	Недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах»; использование научной терминологии по лечебной физической культуре, изложение ответа на вопросы с существенными лингвистическими и логическими ошибками; слабое владение функциональными методами обследования в рамках изучаемой учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах», некомпетентность в решении типовых задач; неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемым учебным дисциплинам на кафедре лечебной физической культуры; пассивность на практических и семинарских занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий
4 (четыре) зачтено	Достаточный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах»; использование научной терминологии по лечебной физической культуре, стилистическое и логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок; владение функциональными методами обследования в рамках изучаемой учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах», умение их использовать в решении типовых задач; умение под руководством преподавателя решать

	<p> типовые задачи; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемым учебным дисциплинам на кафедре лечебной физической культуры и давать им оценку; работа самостоятельно и под руководством преподавателя на практических и семинарских занятиях по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах», допустимый уровень культуры исполнения заданий</p>
<p>5 ( пять) зачтено</p>	<p>Достаточные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах»; использование научной терминологии по лечебной физической культуре, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы; владение функциональными методами обследования в рамках изучаемой учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах», умение их использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы; усвоение основной литературы, рекомендованной при изучении учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах»; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемым учебным дисциплинам на кафедре лечебной физической культуры и давать им сравнительную оценку; самостоятельная работа на практических занятиях по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах», участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
<p>6 (шесть) зачтено</p>	<p>Достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах»; использование необходимой научной терминологии по лечебной физической культуре, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы; владение функциональными методами обследования в рамках учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах», умение их использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять решения в рамках учебной программы; усвоение основной литературы, рекомендованной при изучении учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах»; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемым учебным дисциплинам на кафедре лечебной физической культуры и</p>

	<p>давать им сравнительную оценку; активная самостоятельная работа на практических занятиях по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах», периодическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
7 (семь) зачтено	<p>Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах»; использование научной терминологии по лечебной физической культуре (в том числе на иностранном языке), лингвистически и логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы; владение функциональными методами обследования в рамках учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах», умение их использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах»; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемым учебным дисциплинам на кафедре лечебной физической культуры и давать им критическую оценку; самостоятельная работа на практических занятиях по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах», участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
8 (восемь) зачтено	<p>Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах»; использование научной терминологии по лечебной физической культуре (в том числе на иностранном языке), стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы; владение функциональными методами обследования в рамках изучаемой учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах», умение их использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в рамках учебной программы учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах»; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах»; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемым</p>

	учебным дисциплинам на кафедре лечебной физической культуры и давать им критическую оценку используя научные достижения других учебных дисциплин; активная самостоятельная работа на практических занятиях по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах», активное участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
9 (девять) зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах»; точное использование научной терминологии по лечебной физической культуре (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; владение функциональными методами обследования в рамках изучаемой учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах», умение их эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации; полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной при изучении учебной дисциплины «Физическая культура в специальных медицинских группах»; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемым учебным дисциплинам на кафедре лечебной физической культуры и давать им критическую оценку, используя научные достижения других учебных дисциплин; самостоятельная работа на практических занятиях по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах», активное участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
10 (десять) зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах», а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы; точное использование научной терминологии по лечебной физической культуре (в том числе на иностранном языке), стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; безупречное владение функциональными методами обследования в рамках изучаемой учебной дисциплины, умение их эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации; полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной при изучении учебной дисциплины

	<p>«Физическая культура в специальных медицинских группах»; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемым учебным дисциплинам на кафедре лечебной физической культуры и давать им критическую оценку, использовать научные достижения других учебных дисциплин; творческая самостоятельная работа на практических занятиях по учебной дисциплине «Физическая культура в специальных медицинских группах», активное участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
--	--

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ОСНОВНАЯ

1. Белякова, Р.Н. Дифференцированная программа оздоровления студентов специальных медицинских групп средствами физической культуры : метод. рекомендации / Р. Н. Белякова, В.В. Тимошенко, А. Н. Тимошенко. – Минск : НИИФКиС, 2001. – 79 с.
2. Белякова, Р.Н. Педагогический и медицинский контроль физического воспитания учащихся : пособие для преподавателей физ. культуры и мед. работников учеб. заведений: / Р. Н. Белякова, Г.А. Боник, И.А. Мотевич. – Минск : ИВЦ Минфина, 2004. – 154 с.
3. Боник, Г.А. Определение медицинской группы учащимся и студентам для организации проведения занятий по физическому воспитанию : метод. рекомендации / Г. А. Боник, С. М. Березовская ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, М-во здравоохранения Респ. Беларусь, Респ. диспансер спортив. медицины. – Минск, 1999. – 27 с.
4. Борисов, Г.К. Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем : метод. пособие по курсу физвоспитания для студентов всех специальностей / Г. К. Борисов, Г. С. Харитонович, А. Л. Каленик ; М-во образования Респ. Беларусь [и др.]. – Минск : МРИ, 1993. – 22 с.
5. Зайцев, В.И. Самостоятельные занятия физическими упражнениями для студентов основной и подготовительной медицинских групп : метод. рекомендации / В.И. Зайцев, О.В. Савицкая, Т.Е. Старовойтова. – Могилев : МГУ им. А. А. Кулешова, 2003. – 41 с.
6. Соколов, В.А. Физическое воспитание школьников с отклонениями в состоянии здоровья : учеб.-метод. пособие / В.А. Соколов, Т.Н. Шестакова ; Гос. ком. БССР по физ. культуре и спорту. – Минск : БГОИФК, 1987. – 46 с.
7. Чоговадзе, А.В. Физическое воспитание и реабилитация студентов с ослабленным здоровьем : учеб. пособие для студентов вузов / А.В. Чоговадзе, В. Д. Прошляков, М.Г. Мацук ; под. ред А.В. Чоговадзе. – М. : Высшая школа, 1986. – 144 с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

8. Бородихин, В.А. Совершенствование учебного процесса по физическому воспитанию студентов специальных медицинских групп : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / В.А. Бородихин ; ГДОИФК им П.Ф. Лесгафта. – Л., 1977. – 19 с.
9. Волков, Л.В. Спортивная подготовка детей и подростков / Л.В. Волков. – Киев, 1998. – 184 с.
10. Евсеева, С. П. Адаптивная физическая культура в школе / С.П. Евсеева – СПб., 2003. – 237 с.

11. Гуневич, Е.Б. Исследование эффективности средств, режимов и методов физического воспитания в системе занятий со студентами специальных медицинских групп, имеющими заболевания сердечно-сосудистой системы : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Е.Б. Гуневич. – М., 1977. – 21 с.
12. Глазко Т.А. Самостоятельные занятия оздоровительной физической культурой студентов специального учебного отделения : учеб.-метод. пособие / Т.А. Глазко [и др.]. – Минск : МГЛУ, 2009. – 128 с.
13. Захарова, Н. Г. Методика ежедневных круглогодичных занятий по физическому воспитанию на открытом воздухе со студентами специальной медицинской группы : автореф. дис. .... канд. пед. наук : 13.00.04 / Н.Г. Захарова ; Моск. обл. пед. ин-т им. Н.К. Крупской. – М., 1981. – 12 с.
14. Комарницкая, Г.В. Методические рекомендации по физическому воспитанию студентов, отнесенных к специальной медицинской группе / Г.В. Комарницкая, Ю.А. Куликов, Т.В. Афанасьева. – Ташкент, 1979. – 29 с.
15. Ильницкая, Т.А. Дифференцированная методика физического воспитания для студентов специальной медицинской группы, как средство профес.-приклад. физической подготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Т.А. Ильницкая ; ГЦОЛИФК. – М., 1993. – 19 с.
16. Мизеров, М. М. Управление процессом физического воспитания студентов специальной медицинской группы на основе характеристик их функционального состояния : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / М.М. Мизеров ; ВНИИФК. – М., 1980. – 23 с.
17. Пономарева, В. В. Программа оздоровительной тренировки для студентов специальных медицинских групп : учеб. пособие / В.В. Пономарева. – Минск, 1995. – 139 с.
18. Проведение занятий по физическому воспитанию в специальной медицинской группе с использованием тренажерных устройств : метод. рекомендации / Гос. ком. БССР по физ. культуре и спорту, Респ. метод. каб. по физ. культуре и спорту, Минский гос. пед. ин-т иностр. яз. – Минск, 1991. – 23 с.
19. Расолько, А.И. Организационно-методические особенности и научное обоснование занятий по физическому воспитанию со студентами специальных медицинских групп : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / А.И. Расолько ; АФВиС Респ. Беларусь. – Минск, 1999. – 174 с.
20. Старовойтова, Т. Е. Индивидуализация физических нагрузок в специальной медицинской группе для студенток педагогического вуза : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Т.Е. Старовойтова ; АФВиС Респ. Беларусь. – Минск, 1998. – 19 с.
21. Тимошенко, В.В. Физическое воспитание студентов и учащихся, оздоровительной деятельности студентов при различных факторах риска нейросоматических заболеваний / В.В. Тимошенко. – Минск : ТИПФК. – 1996. – С. 19–22.
22. Учебная программа для специальных медицинских групп общеобразовательных учреждений с белорусским языком обучения

«Физическая культура и здоровье» I–XII классы / В.Н. Кряж [и др.]. – Минск : НИО, 2007. – 271 с.

23. Физическая культура : эксперимент. программа по физ. реабилитации для проф.-техн. учеб. заведений (для групп учащихся с нарушениями умственного развития). – Минск : РИПО, 2001. – 28 с.

24. Физические упражнения как средство укрепления здоровья студентов специальных медицинских групп / Брест. гос. пед. ин-т им. А.С. Пушкина. – Брест, 1993. – 20 с.

25. Физическое воспитание студентов, отнесенных к специальной медицинской группе : метод. разработка. – Алма-Ата, 1978. – 47 с.

26. Физическая культура : типовая учеб. программа для высш. учеб. заведений / сост.: В.А. Коледа [ и др.] ; под ред. В.А. Коледы. – Минск : РИВШ, 2008. – 60 с.

27. Шапиро, Д. М. Физическое воспитание студентов, зачисленных в специальную медицинскую группу вуза : учеб. пособие для фак. повышения квалификации / Д.М. Шапиро, И.А. Моргина, Н.Ф. Брушковская; Казах. ин-т физ. культуры. – Алма-Ата : КазИФК, 1986. – 79 с.