

Абзалова Светлана Вячеславовна,

канд. биол. наук, доцент;

Иксанов Булат Ирекович,

студент 3 курса бакалавриата,

ФГБОУ ВО «Казанский государственный энергетический университет»,

г. Казань, Республика Татарстан, Россия

СПЕЦИФИКА ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

Данная статья описывает особенности организации занятий по физической культуре со студентами специальной медицинской группы.

Ключевые слова: специфика организации, специальная медицинская группа, физическое воспитание, адаптивная физическая культура.

Каждый год в вузы нашей страны поступает определенное количество студентов, которые имеют отклонения в состоянии здоровья. Проведение учебного процесса с данными студентами имеет некоторые особенности и требует внимания. Адаптация данных студентов к физическим и нервным нагрузкам является важной проблемой, которая требует от преподавателей и руководителей вуза соответствующего решения.

В первую очередь нужно разделить учащихся в зависимости от состояния здоровья. Определение студентов, которым необходимо освобождение от основных видов физических нагрузок, должно проводиться следующим образом:

- до начала учебных занятий;
- обследование проводится участковыми терапевтами и студенческими поликлиниками [3, с. 83];
- повторное обследование на всех следующих курсах.

Исходя из данных о состоянии здоровья и физической подготовленности, студенты распределяются на медицинские группы. Без заключения врача-специалиста о состоянии здоровья студента, допуск к практическим занятиям

по физической культуре запрещен.

Существует три медицинские группы:

- *основная*: обучающиеся без отклонений в состоянии здоровья или имеющие незначительные отклонения при достаточном физическом развитии;
- *подготовительная*: обучающиеся имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья с недостаточным физическим развитием;
- *специальная медицинская группа (СМГ)*: обучающиеся, имеющие отклонения постоянного или временного характера, которые требуют ограничения физических нагрузок.

СМГ условно делится на подгруппы:

- подгруппа «А»: студенты с обратимыми заболеваниями, которые после лечебно-оздоровительных предприятий могут быть переведены в подготовительную группу;
- подгруппа «В»: обучающиеся с патологическими отклонениями или необратимыми заболеваниями.

Для реализации целей лечебно-оздоровительной физической культуры, занятия в СМГ должны быть направлены на:

- повышение физической и умственной работоспособности;
- формирование интереса к занятиям физической культуры;
- адаптацию к внешним нагрузкам;
- составление комплексов упражнений;
- приобретение необходимых знаний о заболеваниях.

Однако для организации данных занятий преподавателям приходится проделывать большую работу, так как существует множество особенностей и проблемных моментов:

- *Особенность каждой методики.*

Каждый студент имеет свои особенные показания к занятиям. Это значит, что для каждого учащегося необходима индивидуальная программа [2, с. 104], которая отвечает нескольким требованиям: безопасность для здоровья,

умеренная нагрузка, восстановление здоровья.

- *Постоянный контроль.*

На протяжении обучения должен быть осуществляться контроль обучающихся в плане освоения программы по физическому воспитанию.

- *Психологические особенности.*

Студенты, обучающиеся в СМГ, нуждаются в личностной ориентации: нужно учитывать не только физическое развитие, но и возрастные и психологические особенности, интересы, характер [1, с. 143]. Для специальных медицинских групп очень важно принимать во внимание все данные факторы.

Исходя из всего вышесказанного, можно прийти к выводу, что проведение занятий с обучающимися специальных медицинских групп в высших учебных заведениях имеет множество трудностей и скрытых аспектов. Однако, несмотря на плохую проработанность этого направления, в наше время нужно стараться подбирать и применять в действии подходящие методики и программы для студентов специальной медицинской группы с целью реализации их потенциала, что в будущем может оказать позитивное влияние на функциональность и общую продуктивность их организмов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Баранов В.М., Попов Н.Д., Чабан И.П. *Физические упражнения на тренажёрах: Методические рекомендации.* – Одесса, 1983. – № 1. – 34 с.
2. Бацявичене Н.М. *Влияние занятий по физической культуре на студентов со слабой физической подготовленностью / в кн. «Методика физического воспитания в ВУЗе».* – Вильнюс, 1980.
3. Евсеев С.П. *Адаптивная физическая культура: учебное пособие.* – М.: Советский спорт, 2000.