

К ВОПРОСУ КОНТРОЛЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП

Селитреникова Т.А.

Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина ser.selitrenikoff@yandex.ru

Запорожцев Е.В.

Воронежский государственный аграрный университет имени императора Петра I

ludan23@yandex.ru

В Российской Федерации постепенно снижается количество так называемых абсолютно здоровых детей. Наблюдается также и рост числа детей, имеющих сердечно-сосудистые заболевания. При этом, согласно данным нашего исследования, до настоящего времени нет достаточного числа научно обоснованных методических разработок по двигательной реабилитации средствами адаптивной физической культуры данной категории больных детей 7-8-летнего возраста.

Соответственно, целью нашего исследования стало экспериментальное обоснование разработки, внедрение в педагогический процесс и эмпирическая проверка эффективности методики двигательной реабилитации детей 7-8 лет с сердечно-сосудистыми заболеваниями, которая способствует нормализации их физического и психического состояния.

Разработка комплекса физических упражнений для первоклассников с заболеваниями сердечно-сосудистой системы должна опираться на знания о закономерностях функционирования кардиореспираторной системы здорового ребенка, поскольку благодаря сравнению функциональных возможностей данной системы у здоровых и больных детей проще сформулировать те методические приемы, применение которых позволит ускорить процесс физической реабилитации учащихся с ограниченными возможностями здоровья.

Мы осуществляли формирование такой программы реабилитации с учетом индивидуальных физических возможностей ребенка с особенностями в развитии. При этом обращалось внимание и на то, что на интенсивность выполнения физических упражнений оказывали влияние показатели сердечной работы и мышечной силы первоклассников [1].

Перед началом применения комплекса упражнений оздоровительно-коррекционной направленности, стоит остановиться на следующих моментах:

1. Ребенок должен пройти серьезное медицинское обследование у различных врачей, прежде всего, кардиолога. При этом врач должен учитывать не только фактическое состояние здоровья ребенка, но также и уровень его физической подготовленности.

2. Занятия желательно начинать как можно раньше с момента установления конкретного диагноза.

3. Во время занятий должен осуществляться постоянный медицинский контроль за состоянием здоровья испытуемого.

4. Необходимо производить индивидуальный подбор вида и интенсивности упражнений с учетом тренированности организма школьника [2].

В процессе реализации разработанной методики оздоровительно-коррекционной направленности в условиях кабинетов ЛФК мы рекомендуем применять следующие методы контроля состояния детского организма:

- устный опрос испытуемых;
- клинический осмотр детей, которые предъявляют жалобы до, во время или после занятий;
- пульсометрия и, при необходимости, измерение артериального давления перед началом занятия и после его окончания у всех испытуемых.

При выявлении патологической реакции на дозированную физическую нагрузку необходимо экстренно ее прекратить и отстранить ребенка от занятия. Снова этот ребенок может быть допущен к занятиям только после тщательного врачебного осмотра и регистрации электрокардиограммы.

Для допуска ребенка к занятиям оздоровительно-коррекционной направленности необходимо определить уровень его физической подготовки и состояние здоровья. Данные исследования должен проводить врач-кардиолог совместно со специалистами АФК. При этом необходимо учитывать антропометрические данные школьников, их кардиограмму (при необходимости УЗИ

сердца), частоту сердечных сокращений и, по показаниям, некоторые другие параметры. Кроме того, перед началом занятий желательно общение школьников с психологом с целью оценки уровня их психического состояния [3].

Важнейшим и наиболее информативным и удобным методом контроля является подсчет и контроль частоты сердечных сокращений (пульсометрия). Мы осуществлялся подсчет частоты сердечных сокращений у ребенка до и после занятия. В момент включения секундомера начинается подсчет пульсовых ударов на лучевой артерии ребенка, который продолжается в течение 10 секунд, и затем результат данного показателя умножается на 6, тем самым, приводя показания к числу ударов за одну минуту. Исходя из полученных данных, детям подбирается необходимая физическая нагрузка. Сразу после завершения занятий коррекционно-оздоровительной направленности у детей снова подсчитывался пульс и проводился опрос об их самочувствии. Такие исследования мы рекомендуем проводить в течение всего периода до и после каждого проведенного занятия.

Желательно также принимать во внимание и исследовать психологическое состояние и эмоциональный настрой больного ребенка. Психологическое состояние оценивается с помощью метода исследования уровня «психологической тревожности» по тесту Спилбергера. Оценка психологического состояния больных детей помогает медицинскому работнику, проводящему занятия, найти подход к ребенку с ограниченными возможностями и определить наиболее приемлемый способ общения с ним. Это необходимо для того, чтобы узнать, насколько положительно настроен больной ребенок на занятие, а соответственно и какую пользу оно ему принесет.

Все означенные выше исследования позволят учителю, психологу, а также другим педагогам, работающим с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья, индивидуализировано подойти к подбору необходимой нагрузки, а, значит, полноценно реализовать задачи образовательного процесса и достичь желаемых результатов в работе со школьниками.

Литература

1. Запорожцев Е.В. Аспекты контроля эффективности методики двигательной реабилитации школьников с сердечно-сосудистой патологией // Теория и практика инновационных технологий в АПК. Воронеж, 2018. С. 253–256.
2. Буцля Е.С. Основные формы физической культуры в специальных медицинских группах // Наука и образование в XXI веке. Тамбов, 2018. С. 23–29.
3. Ахметханова А.Р., Хабибуллин И.Р., Греб А.В. Лечебная физическая культура в вузах // Научные механизмы решения проблем инновационного развития. Уфа, 2018. С. 10–11.