

Храмцов П. И., Седова А. С., Берзина Н. О., Звездина И. В.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ ЗА ОРГАНИЗАЦИЕЙ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ОБУЧАЮЩИХСЯ

*НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМН, Москва, Россия
ФГБУ «Научный центр здоровья детей» РАМН, Москва, Россия*

В настоящее время отмечается повышенное внимание медицинской и педагогической общественности к вопросам физического воспитания, как одному из необходимых условий гармоничного развития личности и формирования физического и нравственного здоровья подрастающего поколения. К сожалению, результаты многолетних научных исследований НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков свидетельствуют об ухудшении здоровья детей в течение всего периода обучения в образовательном учреждении: уменьшается число детей со II группой здоровья с 53 до 33 % и увеличивается количество детей с III (с 45 до 62 %) и IV (с 1 до 4 %) группами здоровья. I группу здоровья к концу обучения имеют только 1 % обучающихся. На 40 % увеличивается распространенность хронических заболеваний у детей в процессе обучения с 4-го по 9-й класс. Особое беспокойство вызывает снижение функциональных возможностей организма современных детей и подростков.

Устойчивые негативные тенденции в состоянии здоровья и функциональном развитии обучающихся обуславливают особые требования к физической культуре, методы и средства которой в сохранении и укреплении здоровья являются наиболее эффективными в связи с их естественным характером воздействия на организм, а также адекватностью процессам возрастного развития, доступностью и широкой транслируемостью в условиях образовательных учреждений. Однако на сегодняшний день резервы повышения профилактической, оздоровительной и развивающей эффективности занятий по физическому воспитанию обучающихся до конца не исчерпаны, что, во многом, связано с недостаточным уровнем медицинского контроля за соответствием объема предъявляемых физических нагрузок функциональным возможностям организма и состоянию здоровья современных детей и подростков.

В настоящее время авторами разработаны методические рекомендации «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья», которые рекомендованы для использования в образовательном процессе общеобразовательных учреждений Российской Федерации.

В соответствии с данными методическими рекомендациями комплектование медицинских групп для занятий физической культурой осуществляется на основании заключения о состоянии здоровья, результатах оценки функциональных возможностей организма и уровня физической подготовленности обучающегося. Заключение о состоянии здоровья обучающегося по результатам профилактических врачебных осмотров включает диагноз (основное и сопутствующие заболевания), уровень физического и нервно-психического развития, резистентности организма. Функциональные возможности организма ребенка определя-

ются медицинским работником школы в начале учебного года по результатам выполнения пробы с дозированной физической нагрузкой. Проба проводится детям основной медицинской группы, установленной по данным медицинского заключения предыдущего учебного года (для обучающихся 2–11-х классов) и перед поступлением в школу для первоклассников. Уровень физической подготовленности определяется преподавателем по физической культуре в начале и в конце учебного года по результатам выполнения контрольных упражнений при наличии допуска от врача.

Комплектование медицинских групп завершается к 1 июня каждого года. Обучающиеся, не прошедшие медицинское обследование, к занятиям физической культурой не допускаются.

Критерии и технология комплектования медицинских групп в соответствии с разработанными методическими рекомендациями были использованы при проведении медико-педагогического контроля за организацией занятий физической культурой 107 обучающихся двух 2-х классов (52 ребенка) и двух 5-х классов (55 детей). Анализ медицинской документации позволил установить, что 84 % обучающихся 2-х классов и 72 % обучающихся 5-х классов были отнесены школьным врачом к основной медицинской группе для занятий физической культурой. Однако в соответствии с разработанными методическими рекомендациями к основной медицинской группе по состоянию здоровья должны быть отнесены 63 % второклассников и 35 % пятиклассников. По результатам функциональной пробы с дозированной физической нагрузкой наполняемость данной группы снизилась еще на 32 % во 2-х классах, составив 31 %, и на 20 % в 5-х классах, составив 15 %.

Количество детей подготовительной медицинской группы составило 46 % во 2-х классах и 54 % — в 5-х классах, специальной медицинской группы — 23 и 31 % соответственно. При этом наполняемость специальной медицинской группы увеличилась не только за счет перехода детей из подготовительной медицинской группы, но и за счет детей, которые медицинским работником школы были отнесены к основной медицинской группе. Таких детей во 2-х классах было 13 %, а в 5-х — 26 %.

В соответствии с разработанными методическими рекомендациями в течение всего учебного года предусматривается проведение медико-педагогического контроля за соответствием образовательных нагрузок на уроках по физической культуре функциональным возможностям организма обучающихся. Перед началом каждого занятия преподаватель оценивает самочувствие обучающихся. Независимо от медицинской группы к занятиям физической культурой не допускаются дети, отмечающие жалобы на боли (различной локализации), головокружение, тошноту, слабость, сердцебиение; в остром периоде заболевания, при травматическом повреждении органов и тканей; опасности кровотечения; выраженном нарушении носового дыхания; выраженной тахикардии или брадикардии.

В процессе проведения занятий физической культурой преподаватель обращает особое внимание и проявляет повышенную осторожность при выполнении детьми физических упражнений, потенциально опасных для здоровья, строго

дозировать физическую нагрузку и исключает физические упражнения, противопоказанные к их выполнению по состоянию здоровья.

Медицинский работник образовательного учреждения систематически, не реже 1 раза в месяц, проводит оценку влияния физических нагрузок на функциональное состояние организма обучающихся в процессе урока. Оценивается характер физиологической кривой и внешние признаки утомления в течение занятия, гигиенические условия его проведения, а также одежда и обувь занимающихся. Особое внимание уделяется профилактике травматизма.

Внедрение в образовательный процесс технологий медико-педагогического контроля в соответствии с разработанными методическими рекомендациями позволит обеспечить соответствие физических нагрузок функциональным возможностям организма и повысить оздоровительную, профилактическую и развивающую эффективность занятий физической культурой в образовательных учреждениях.