

УДК 796.011.3:37.015.3+615.825(045)  
DOI <https://doi.org/10.24195/olympicus/2023-2-11>

**Щекотиліна Наталя Федорівна**

кандидат педагогічних наук,  
викладач кафедри гімнастики та спортивних єдиноборств  
Державний заклад «Південноукраїнський національний  
педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»  
**ORCID ID:** 0000-0003-1312-7038

**Бондаренко Ольга Вадимівна**

кандидат біологічних наук, доцент,  
доцент кафедри гімнастики та спортивних єдиноборств  
Державний заклад «Південноукраїнський національний  
педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»  
**ORCID ID:** 0000-0002-0660-5460

## ПРОБЛЕМИ СЬОГОДЕННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У СПЕЦІАЛЬНІЙ МЕДИЧНІЙ ГРУПІ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

*У статті розкрито основні проблеми фізичного виховання у спеціальних медичних групах у закладах загальної середньої освіти.*

**Мета** – ознайомлення із сучасною проблематикою цього питання в системі закладів загальної середньої освіти, визначення засобів і методів його вирішення.

**Методи роботи:** у роботі були застосовані методи теоретичного рівня дослідження: аналіз, порівняння, систематизація й узагальнення науково-методичної літератури, документів та інформаційних інтернет-ресурсів із досліджуваної проблеми.

**Результати:** фізична культура входить в освітній стандарт як один з основних предметів. Значущість фізичної культури проявляється в поліпшенні та підтримці здоров'я. Фахівці зазначають, що в умовах сучасного довкілля в дітей вкрай низький рівень здоров'я та фізичної активності. Роботі з учнями, що за станом здоров'я були віднесені до спеціальної медичної групи (СМГ), належить одне з важливих місць у реалізації завдань фізичної культури школярів у закладах загальної середньої освіти.

Систематичні заняття фізичною культурою в системі закладів загальної середньої освіти сприяють розвитку фізичних якостей, а найголовніше, стабілізують і поліпшують стан здоров'я дітей різного віку.

**Висновки:** теоретичний аналіз сучасних науково-методичних джерел засвідчив, що правильно підібрані методи та засоби впливу на організм дитини через фізичне виховання зміцнюють здоров'я дітей, поліпшують їх фізичний розвиток і емоційний настрій, що дуже важливо для дітей, яких віднесено до спеціальної медичної групи.

**Ключові слова:** урок фізичної культури, фізичне виховання, спеціальна медична група (СМГ).

**Вступ.** На думку дослідників Е. Сівохоп (2008 р.), І. Боднар (2013 р.), С. Бенедь, О. Малишева, Л. Самохіна [1; 7], нині захворюваність дітей шкільного віку зросла на 26,8 %. За результатами медичних оглядів, до категорії практично здорових школярів можна зарахувати не більше ніж 10 % учнів. За даними наукових досліджень, до 30 % дітей для занять із фізичної культури за станом здоров'я медики відносять до спеціальної медичної групи (далі – СМГ). У 1-х класах налічується 30 % дітей, які мають хронічні захворювання, у 5-х класах – 50 %, у 9-х класах – 64 %. Від 1-го до 9-го класу частота зниження гостроти зору зростає в 1,5 раз; частота порушень постави – в 1,5 раз; поширеність хвороб органів травлення – в 1,4 раз, хвороб ендокринної системи – у 2,6 раз. Водночас лише 5 % учнів, за даними медичної документації, належать до спеціальної медичної групи. Зокрема, у 1-му класі ослаблені діти становлять 2,8 %, у 2-му – 4,6 %, у третьому – 7,4 % [1; 3].

**Мета дослідження** – визначення оздоровчих аспектів для дітей, що віднесені до спеціальних медичних груп закладів загальної середньої освіти.

**Методи дослідження.** У роботі були застосовані методи теоретичного рівня дослідження: аналіз, систематизація й узагальнення науково-методичної літератури, інформаційних інтернет-ресурсів із досліджуваної проблеми.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Зростання захворюваності з віком пов'язане зі збільшенням обсягу навчального навантаження. Робочий день сучасних учнів з урахуванням домашніх завдань триває 10–12 годин, що призводить до формування в дітей синдрому хронічної втоми та дезадаптаційних станів. Це посилюється зниженням обсягу рухової активності та скороченням часу перебування дітей на свіжому повітрі, додаючи ще реалії сьогодення дітей у стресових ситуаціях через пандемію та, на жаль, воєнний стан в Україні [5; 7].

Розглянемо процентне співвідношення найчастіших захворювань і діагнози дітей, що навчаються в закладах загальної середньої освіти: у молодших школярів трапляються захворювання органів дихання. Так, кожна 2–5 дитина молодшого шкільного віку страждає від хвороб дихальної системи. Уже в 1-му класі відхилення з боку опорно-рухового апарату мають до 11 % школярів, носоглотки – 25 %, нервової системи – 30 %, органів травлення – 30 %, алергійні прояви – 25 %. Загалом у дітей шкільного віку часто (у 30–70 %) трапляються міопія (короткозорість), порушення постави – у 60 %. До того ж кількість дітей із вадами зору та вадами постави зростає з кожним роком навчання. Захворювання органів чуття, нервової системи спостерігаються в кожній 10–25-ї дитини, хвороби органів травлення – у кожній 10–25-ї дитини, у 4–2,6 % трапляються захворювання сечовидільної системи. З кожним роком зростає кількість дітей шкільного віку з нервово-психічними захворюваннями, а зараз процентне співвідношення зросло удвічі-тричі через воєнний стан в Україні [1; 4].

Також зауважимо, часто буває, на жаль, що в одного учня діагностується кілька захворювань, які дозволяють йому добре вчитися, однак вимагають особливої уваги до його здоров'я та постійного тренування організму. Так, 18,9 % дівчат і 11,5 % хлопців зі спеціальної медичної групи страждають водночас від 2–3 хвороб. З віком ситуація погіршується. Серед учнів старших класів, які були направлені до СМГ, 72 % мають дві, а 13,5 % – три та більше патологій [2; 3].

Цей контингент дітей потребує уважного ставлення до себе з боку викладачів фізичної культури й охорони здоров'я у зв'язку з тим, що відсоток захворюваності школярів залишається високим і водночас спостерігається тенденція до його зростання. Тільки систематичні й науково обґрунтовані заняття фізичною культурою будуть ефективним засобом збереження та зміцнення здоров'я дітей, поліпшення їхнього фізичного розвитку [5].

Правильне виконання фізичних вправ значно прискорює одужання, допомагає відновлювати втрачені функції тіла. Часто виявляється так, що деякі діти з відхиленням у здоров'ї не можуть виконувати фізичні навантаження.

Отже, школярів, що займаються фізичним вихованням у закладах загальної середньої освіти розподіляють на три групи, як-от:

1. Основна – практично здорові.
2. Підготовча – діти, що мають невеликі відхилення у здоров'ї.
3. Спеціальна медична група – діти, які мають серйозні відхилення у здоров'ї.

Спеціальну медичну групу можна розділити на 2 групи:

- група "І" – діти із проблемами здоров'я, які можна відкоригувати за допомогою фізичних вправ і різних сучасних оздоровчих методик, з переведенням у майбутньому в основну групу;
- група "ІІ" – діти із хворобами, які отримані від народження, або такими хворобами, які немає можливостівилікувати.

Розподіл дітей із відхиленнями у здоров'ї за різними групами має проводитися обов'язково за участю дільничного терапевта поліклініки. Медичний огляд таких дітей рекомендується проводити не рідше ніж двічі на рік. Цю роботу повинні виконувати лікарі – фахівці, що допомагають дільничним терапевтам у визначенні ступеня захворювання кожної окремої дитини.

Залежно від результатів медичних обстежень школярів, що займаються у СМГ, призначаються спеціальні вправи, які найбільш ефективні для кожного випадку, теоретичні, практичні, консультативно-методичні

У змісті уроків із фізичного виховання дітей спеціального медичного відділення велике значення відводиться засобам для усунення відхилень у стані здоров'я та фізичного розвитку. Практичні заняття проводяться з урахуванням працездатності та функціональних можливостей учнів [5; 6].

Головні завдання спеціальної медичної групи такі:

- зміцнення здоров'я;
- виправлення відхилень в організмі або компенсація наслідків;
- розвиток стійкості до захворювань;
- розвиток фізичних аспектів;
- підвищення працездатності;
- адаптація до навантажень, що підвищуються;
- навчання спеціальних вправ з урахуванням захворювання;
- розвиток навичок самостійних занять: дозування навантаження, інтенсивності тощо;
- прищеплення інтересу до самостійних занять фізкультурою.

Фізкультура з дітьми, які мають відхилення у здоров'ї, проводиться протягом усього навчання у формі:

- навчальних занять;
- ранкової гігієнічної гімнастики;
- самостійних занять спортом;
- оздоровчих заходів.

У спеціальній медичній групі є діти з різними порушеннями здоров'я, які не мають можливості виконувати деякі фізичні вправи. Для них необхідно проводити спеціальні заняття з адекватним навантаженням, яке підходить для кожного індивідуально. Розподіл занять основної групи з тими, у кого спостерігаються серйозні проблеми у здоров'ї, дозволяє контролювати отримуване навантаження в медичній групі та реакцію на нього.

Проблеми у фізичній культурі у СМГ на сучасному етапі такі: учитель фізичної культури, який проводить уроки з учнями СМГ, повинен бути досить підготовлений із питань впливу фізичних вправ на організм учня загальноосвітньої школи, гігієни фізичного виховання, організації та методики фізичного виховання з урахуванням анатомо-фізіологічних особливостей, лікарсько-педагогічного контролю [4–6]. Фахівці галузі фізичної культури володіють значним запасом фізичних вправ і можуть поглиблювати знання про функції окремих органів і систем організму, а також про специфіку впливу конкретних хвороб на ці функції, що сприяє оптимальному використанню вправ як неспецифічних засобів оздоровлення чи стабілізації відносно благополучного стану здоров'я тих, хто займається у спеціальній медичній групі. Проте багато вчителів не володіють належною мірою методикою занять зі школярами, віднесеними до спеціальних медичних груп. У зв'язку із цим підготовка фахівців у сфері фізичного виховання для занять з учнями спеціальної медичної групи потребує особливої уваги та є **актуальною проблемою**.

1. *Підготовка спеціалістів, які працюють з учнями СМГ* і проводять уроки з фізичної культури у спеціальній медичній групі, передбачає наявність таких знань і умінь, як:

- чітка уява про картину захворювання, його прояви;
- обізнаність у питаннях впливу на організм дітей фізичних вправ і загартування;
- знання про протипоказання під час виконання визначених фізичних вправ, про точне дозування фізичних навантажень за обсягом та інтенсивністю;
- регулярність проведення спостережень за реакцією учнів на навантаження;
- уміння навчити дітей вести щоденник самоконтролю, ознайомлення з його змістом;
- знання щодо обмежень у використанні фізичних вправ і фізичних навантажень, характерних для конкретного захворювання;

– уміння добирати тести, що відповідають стану здоров'я, дозволяють простежити індивідуальну динаміку фізичної підготовленості в межах засобів, методів, параметрів навантаження, що рекомендується;

– уміння оцінити ефект занять у спеціальній медичній групі за визначений період (півріччя, рік), добирати найінформативніші критерії оцінювання.

2. **Зарахування до спеціальної медичної групи дітей без належних підстав.** Кількість дітей у спеціальній медичній групі часто надмірна. До цієї групи зазвичай потрапляють діти, які могли б займатися в підготовчій і навіть в основній медичній групі. Нерідко лікарі відносять учнів із незначним порушенням опорно-рухового апарату чи серцево-судинної системи до спеціальної медичної групи без підстав. Формулювання діагнозів здебільшого має довільний і часто непрофесійний характер, іноді «не вписується» у поняття «діагноз» (носові кровотечі, герпес, викривлення носової перетинки).

3. **Застарілі рекомендації щодо призначення лікарями медичної групи** не враховують сучасного стану проблеми (збільшення кількості нозологічних одиниць хвороб, їх перебіг у сучасних умовах, рівень сучасної медицини), потребують перегляду та суттєвої корекції. Для визначення групи для занять із фізичної культури необхідні нові підходи, які брали б до уваги не тільки наявність патології (діагноз), а і ступінь функціональних порушень, фізичний розвиток, фізичну працездатність, адаптаційні можливості дитини.

4. **Безпідставне звільнення від занять фізичною культурою.** Серйозною перешкодою в оздоровленні учнів, які захворіли, є заборона, або так зване «звільнення» від занять із фізичної культури. Варто зазначити, що ті фізичні вправи, до яких організм погано адаптований (становлять небезпеку в разі передозування), і є найціннішими в умовах обережного, суворо дозованого використання. Вправи можуть бути виключеними лише на деякий час, після чого вони повинні поступово застосовуватися. Заборона може стосуватися рухів, які не мають прикладного значення. Жодна фізична вправа, яка має прикладне значення, не може бути протипоказаною взагалі, без вказівки періоду, упродовж якого діє заборона. Тож варто не звільняти від фізкультурних занять, а дозовано використовувати фізичні вправи з урахуванням ступеня пристосованості організму школярів до фізичних навантажень.

5. **Досягнення максимально оздоровчого ефекту** під час занять із дітьми спеціальної медичної групи можливе в разі використання конкретних диференційованих методик занять (залежно від нозології чи рівня функціональних відхилень). Ось чому неприпустимими є об'єднання учнів спеціальної медичної групи з учнями інших груп чи на все заняття, чи на підготовчу та заключну частини заняття; і лише кількісні (за кількістю повторень окремих вправ, довжиною дистанції, величиною обтяження тощо) відмінності в руховій активності учнів. Важливо пам'ятати, що учням спеціальної медичної групи потрібна якісно інша рухова активність.

6. **Ставлення учнів спеціальних медичних груп до фізичної культури** формується під впливом думки батьків і медичних працівників. Результати наукових досліджень ціннісних орієнтацій учнів, віднесених за станом здоров'я до основної, підготовчої та спеціальної медичних груп, показують менш стійку та нижчу мотивацію до занять фізичними вправами в дітей з ослабленим здоров'ям. Серйозні наслідки у справі оздоровлення учнів, які перенесли хвороби, спричиняють заборона (так зване звільнення від занять фізичними вправами) або часткове обмеження окремих вправ із рухового режиму, які не мають належних підстав.

**Висновки.** Теоретичний аналіз сучасних науково-методичних джерел засвідчив, що систему проведення обов'язкових регулярних занять із школярами СМГ у закладах загальної середньої освіти (ЗЗСО) практично зруйновано. Відсутність спеціальних, додаткових уроків для учнів СМГ, відсутність фізкультурно-оздоровчої роботи зі школярами призводить до того, що значна кількість первинних хвороб набуває хронічних, рецидивних форм, а тенденція до погіршення стану здоров'я школярів усіх вікових груп – до закономірного збільшення кількості учнів, направлених до СМГ.

**Перспективи подальших досліджень.** Необхідно зазначити, що фізичні вправи, до яких організм погано адаптований (чому вони і являють собою найбільшу небезпеку

в разі передозування), є найціннішими в умовах обережного, чітко дозованого використання. Ці вправи можуть бути виключені лише на деякий час, після чого вони повинні поступово застосовуватись. Не ліквідувати, а дозовано, з урахуванням ступеня порушень і рівня адаптаційних можливостей організму, використовувати ці вправи – одне з найважливіших завдань фізичної культури у СМГ. Досягнення максимального оздоровчого ефекту у процесі занять фізичною культурою потребує використання диференційованих (залежно від наявних порушень і обсягу адаптаційних можливостей) методів занять.

### Література:

1. Боднар І. Теорія, методика і організація фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи : навчально-методичний посібник. Львів : Укр. технології, 2005. 48 с.
2. Бенедь С. Фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку спеціальної медичної групи : навчально-методичний посібник. Луцьк : Надстир'я, 1998. 118 с.
3. Джасер Х.М. Ананзих. Регламентация параметрів корегуючих занять фізичними вправами для школярів, що мають порушення постави, залежно від рівня їх фізичного стану. *Молода спортивна наука України* : збірник наукових праць II Всеукраїнської наукової конференції. Львів, 1998, С. 108, 111.
4. Динейка К. Рух, дихання, психофізичне тренування. Київ : Здоров'я, 1988, 134 с.
5. Дуб І., Олицький О. Рухова активність і здоров'я дітей, які займаються у спеціальних медичних групах. *Молода спортивна наука України* : збірник наукових статей з галузі фізичної культури і спорту. Львів, 2001. Вип. 5. Т. 2. С. 213–216.
6. Малишева О., Самохіна Л. Фізична культура у спеціальних медичних групах. *Роль фізичної культури та спорту у встановленні та зміцненні генофонду України* : матеріали Всеукраїнської студентської наукової конференції. Полтава, 2003 С. 6–8.
7. Язловецький В. Фізичне виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я : навчальний посібник. Кіровоград : РВВ КДПУ імені В. Винниченка, 2004, 352 с.

### References:

1. Bodnar I.R. Theory, methodology and organization of physical education of students of a special medical group : teaching method. manual. L. : Ukr. technologies, 2005. 48 p. [in Ukrainian].
2. Bened S. P. Physical education of children of primary school age of a special medical group : teaching method. manual. Lutsk : Nadstyrya, 1998. 118 p. [in Ukrainian].
3. Jaser H.M. Ananzih. Regulation of the parameters of corrective classes physical exercises for schoolchildren with postural disorders depending on the level of their physical condition. *Moloda sports science of Ukraine* : coll. of science Ave. II All-Ukrainian University of Sciences. conf. asp. L., 1998. Pp. 108–111 [in Ukrainian].
4. Dineyka K. Movement, breathing, psychophysical training. K. : Health, 1988. 134 p. [in Ukrainian].
5. Dub I., Olytskyi O. Motor activity and health of children engaged in special activities medical groups. *Young sports science of Ukraine* : coll. of science Art. from the field of physics culture and sports. L., 2001. Issue 5. Volume 2. P. 213–216 [in Ukrainian].
6. Malysheva O., Samokhina O. Physical culture in special medical groups. *The role of physical culture and sports in establishment and strengthening of the gene pool of Ukraine* : materials of Vseukr. student. of science conf. Poltava, 2003. P. 6–8 [in Ukrainian].
7. Yazlovetsky V.S. Physical education of students with physical disabilities health : education manual. Kirovohrad : RVV KDPU named after V. Vinnichenko, 2004. 352 p. [in Ukrainian].

Shchekotylna Natalia, Bondarenko Olha

### TODAY'S PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION IN THE SPECIAL MEDICAL GROUP IN GENERAL SECONDARY EDUCATION INSTITUTIONS

*The article reveals the main problems of physical education in special medical groups in institutions of general secondary education.*

**Purpose:** *to get acquainted with the current problems of this issue in the system of general secondary education institutions and to determine the means and methods of solving it.*

**Methods of work:** *theoretical research methods were used in the work: analysis, comparison, systematization and generalization of scientific and methodical literature, documents and information resources of the Internet network on the investigated problem.*

**Results:** *Physical culture is included in the educational standard as one of the main subjects. The importance of physical culture is manifested in the improvement and maintenance of health. Experts note that in the conditions of the modern environment, children have an extremely low level of health and physical activity. Work with students assigned to a special medical group (SMG) due to their health status occupies one of the important places in the implementation of the tasks of physical culture of schoolchildren in general secondary education institutions.*

*Systematic classes in physical culture in the system of general secondary education institutions contribute to the development of physical qualities, and most importantly stabilizes and improves the health of children of different ages.*

**Conclusions:** *the theoretical analysis of modern scientific and methodical sources testified that correctly selected methods and means of influencing the child's body through physical education strengthen children's health and improve their physical development and emotional mood, which is very important for children assigned to SMG.*

**Key words:** *physical culture lesson, physical education, special medical group (SMG).*