

**СПБ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«МЕЖРАЙОННЫЙ ВРАЧЕБНО-ФИЗКУЛЬТУРНЫЙ ДИСПАНСЕР №1»
197022, Санкт-Петербург, Каменноостровский пр., 48 тел./факс 234-48-97**

**Сайт: www.mvfd1.ru
E-mail: vfptg@zdrav.spb.ru**

Мною, врачом по спортивной медицине Смекаловой С.А., проведены врачебно-педагогические наблюдения на уроках физкультуры специальной коррекционной общеобразовательной школы № 4 VIII вида г. Санкт-Петербург, Василеостровский район, Средний проспект В.О., 80, литера А.

Направление школы: коррекционное обучение. Основной целью деятельности образовательного учреждения является осуществление образовательной деятельности по образовательным программам начального общего, основного общего образования, адаптированным для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с умственной отсталостью, с тяжелыми и (или) множественными нарушениями, со сложными дефектами, с расстройствами аутистического спектра).

Для всестороннего развития личности обучающихся, для приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширения индивидуальных двигательных возможностей, восстановления и совершенствования физических и психофизических способностей детей с отклонениями в развитии и активации процесса социальной адаптации учащихся широко используются средства физической культуры и адаптивной физической культуры.

Проведены хронометражи уроков физкультуры. Преподаватель Олькина И.Г.

Общая плотность всех уроков 100 % – уроки начинались и заканчивались своевременно.

Моторная плотность уроков от 70 % до 75% - высокая за счёт правильного построения и организации уроков.

Части урока по содержанию и продолжительности:

1.Разминка от 8 до 15 минут – построение, приветствие, настрой детей на урок, ходьба обычная и с заданием, бег обычный и с заданием, дыхательные упражнения - проводится на хорошем эмоциональном уровне под музыкальное сопровождение, создаёт предпосылки для дальнейшей продуктивной деятельности занимающихся в основной части.

2.Общеразвивающие упражнения от 10 до 15 минут выполняются в достаточной дозировке на все группы мышц, с хорошей амплитудой, с учётом основных упражнений под музыкальное сопровождение с элементами ритмики. Преподаватель старается, чтобы все дети независимо от физической подготовленности правильно выполняли упражнения, старается заинтересовать детей занятиями физкультурой. Занимающиеся, у которых не получается самостоятельно заниматься, выполняют задания с помощью преподавателя. Уделяется большое внимание профилактике нарушения осанки и плоскостопия, что является актуальным для детей.

3.Основные упражнения от 10 до 15 минут способствуют решению образовательных, воспитательных и оздоровительных задач.

На уроке идёт обучение методике метания мяча в мишень и прыжкам с использованием обрущей.

Задания разнообразные и интересные. Во время урока параллельно идёт обучение счёту, алфавиту и распознаванию цветов. Дети упражнения выполняют с радостью, обладают достаточным уровнем владения двигательными навыками.

В основной части идёт повторение с целью совершенствования в выполнении пройденного материала, овладение двигательными умениями и навыкам, развитие ловкости и координации движений. Преподаватель работает над обязательностью и правильностью исполнения, ошибки разбираются и корректируются. Физические

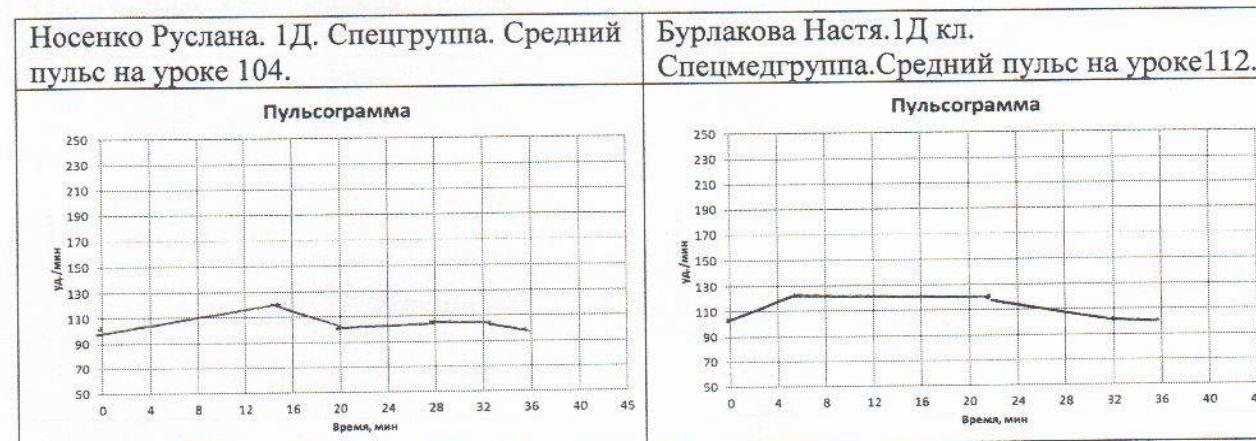
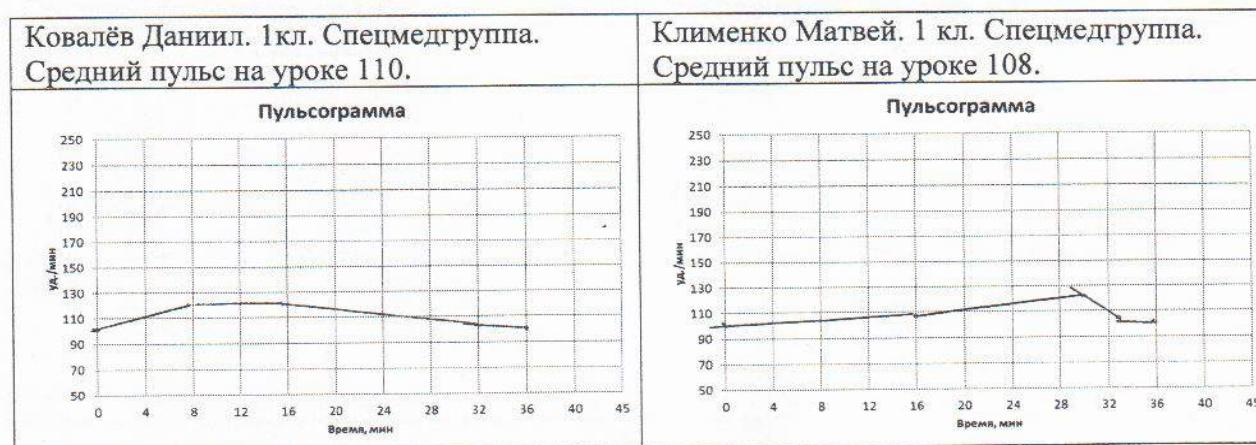
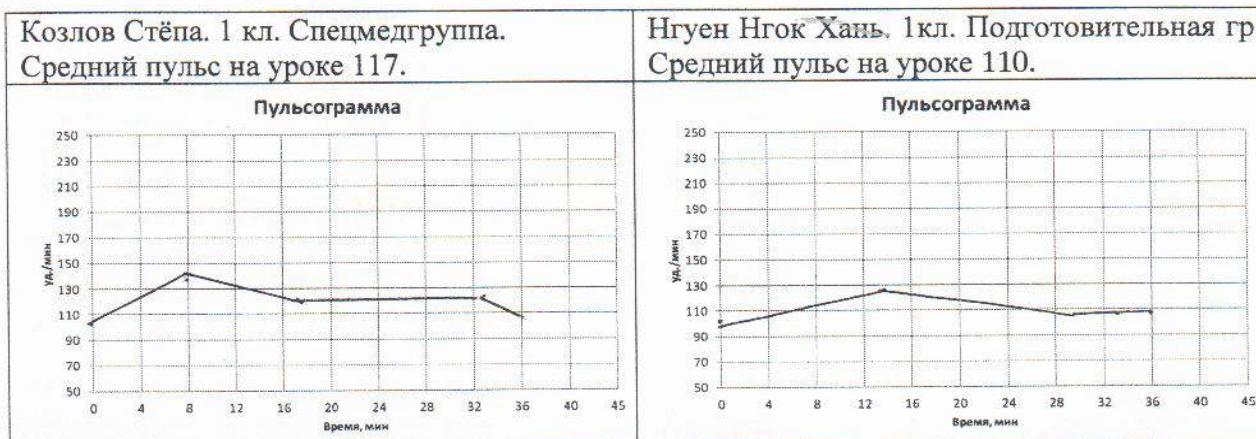
упражнения усложняются по мере усвоения пройденного материала. Даже в течение одного урока можно отметить положительные результаты в выполнении. На уроке дружелюбная обстановка, преподаватель хвалит детей за достигнутые результаты и находит подход к каждому ребёнку с особенностями в развитии.

4.Подвижные игры проводятся на всех уроках. Они повышают двигательную активность детей, являются стимулирующим моментом к выполнению обязательных упражнений, делает уроки привлекательными для детей, позволяют закреплять приобретённые двигательные навыки в игровой форме, способствуют приобретению организованных навыков в области физической культуры.

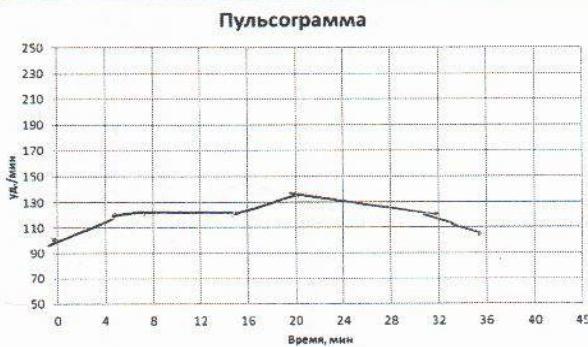
Преподаватель принимает активное участие в уроке.

5.Заключительная часть продолжительностью 2-3 минут проводится в виде подведения итогов урока, приятных слов в адрес детей и пожелания всем здоровья.

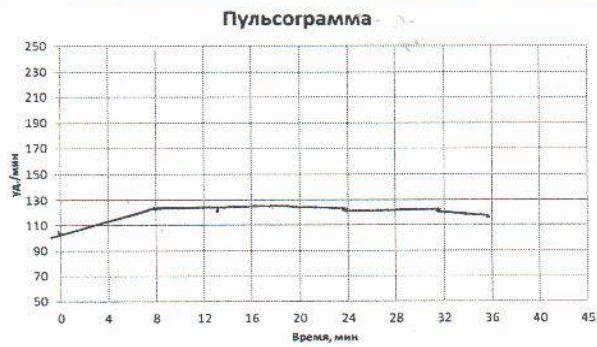
Проведены врачебно-педагогические наблюдения на уроках физкультуры и построены «физиологические» кривые по пульсу.



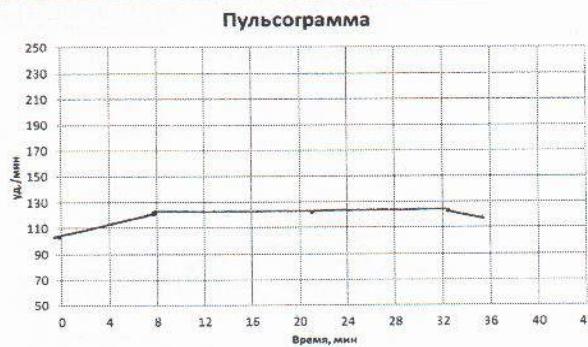
Шайдуллин Богдан. 1Д. Спецмедгруппа.
Средний пульс на уроке 118.



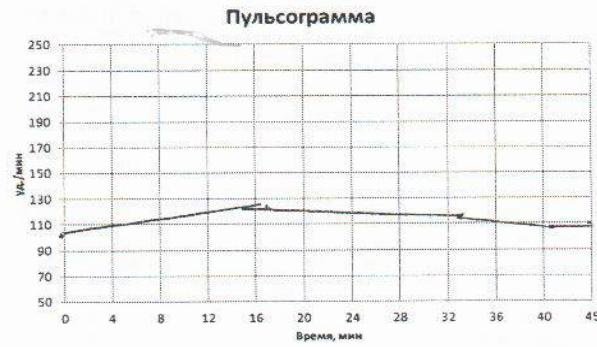
Абдулина Настя. 1Д. Подготовительная гр.
Средний пульс на уроке 116.



Михайлов Денис. 1Д. Спецмедгруппа.
Средний пульс на уроке 115.



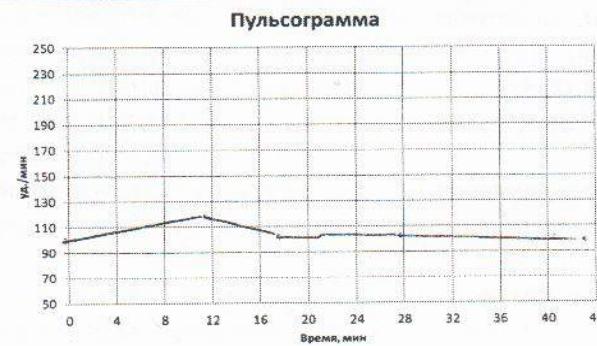
Чебан Иван. 3 кл. Подготовительная гр.
Средний пульс на уроке 105.



Гудкова Лера. 3 кл. Спецмедгруппа.
Средний пульс на уроке 100.



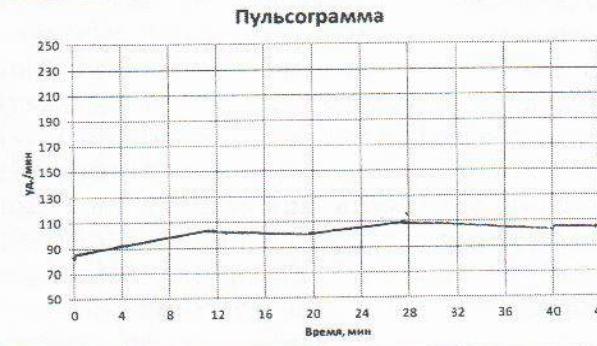
Шпица Настя. 3 кл. Основная группа.
Средний пульс на уроке 100.



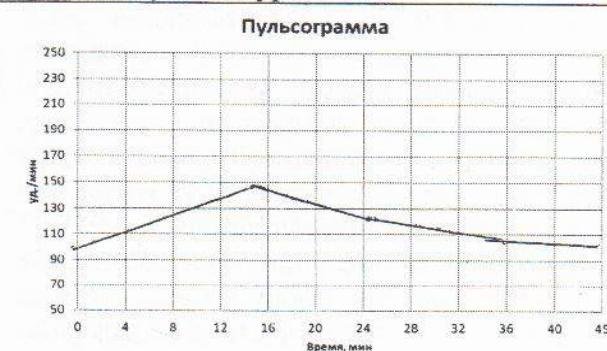
Юдина Саша. 3 кл. Основная группа.
Средний пульс на уроке 97.



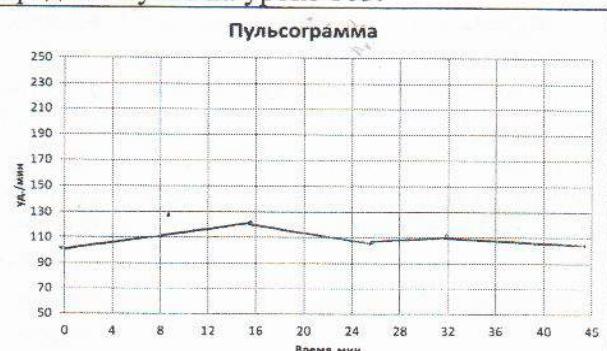
Панова Даша. 3 кл. Спецмедгруппа.
Средний пульс на уроке 96.



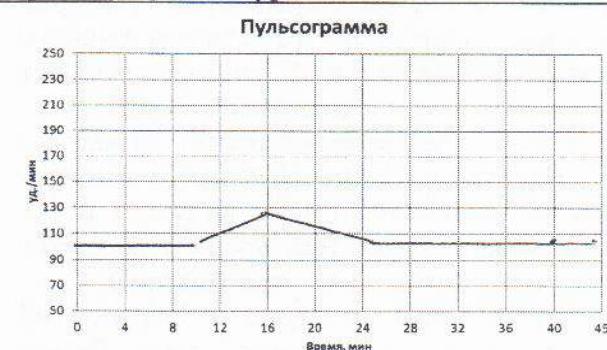
Захарова Полина. 5кл. Спецмегруппа.
Средний пульс на уроке 112.



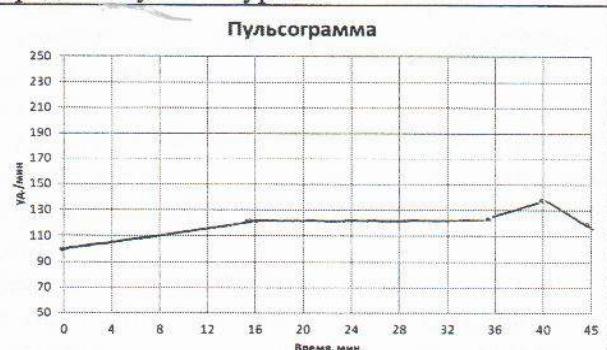
Рашевский Влад. 5 кл. Спецмегруппа.
Средний пульс на уроке 103.



Минкевич Маша. 5кл. Спецмегруппа.
Средний пульс на уроке 100.



Шмелёв Костя. 5 кл. Подготовительная гр.
Средний пульс на уроке 105.



Физическая нагрузка по данным пульсометрии на уроке достаточная, соответствует полу, возрасту, здоровью, физической подготовленности, физическому развитию и задачам урока. Правильное построение урока, чередование физической нагрузки по интенсивности позволяет детям с разным уровнем здоровья и физической подготовленностью справиться с нагрузкой и восстановится к концу заключительной части. Явных признаков утомления у детей в течение урока не наблюдалось.

Большое внимание во время уроков уделяется дыхательным упражнениям. Поощряется самостоятельная работа и индивидуальное творчество, которые также присутствуют на уроках ритмики.

Уроки ритмики проходят под музыкальное сопровождение на высоком эмоциональном уровне, способствуют психологической разгрузке, развитию творческих способностей, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, совершенствованию двигательных навыков, развитию координации движений и исправляет недостатки физического и психического характера. На уроках ритмики дети учатся культуре поведения, приобретают навыки здорового образа жизни. Ритмичность, воспитанная посредством музыки, движения под музыкальное сопровождение положительно влияют на самочувствие и настроение детей. Дети получают огромное удовольствие от свободных и лёгких движений, подпевают, знают все тексты песен. Правильный и разнообразный подбор музыкальных произведений, доступность восприятию детей делает урок эмоциональным и интересным для детей, способствует психологической разрядке и приобретению двигательного опыта.

С сетку учебного расписания включены уроки физкультуры в бассейне на базе СПб ГБОУ ДОД «Специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва по водным видам спорта «Экран» Василеостровского района ул. Гаванская, д.53-А, которые способствуют укреплению здоровья, закаливанию, овладению жизненно необходимым навыком плавания, совершенствованию физических качеств.

К занятиям в бассейне допущены дети, прошедшие медосмотр. Допуски к занятиям плаванием простираются в журналах учёта групповых занятий спортивной школы. Имеет место индивидуальный подход к детям с разным уровнем владения двигательными навыками. Дети формируются в группы по возрасту и уровню физической подготовленности. Каждая группа занимается со своим преподавателем, которые организуют и контролируют выход детей в помещение ванны бассейна, ведут непрерывное наблюдение за занимающимися. Температура воды в бассейне 29 градусов. Все дети в купальных костюмах и с купальными шапочками. Моторная плотность уроков 75-77%. Урок продолжительностью 45 минут проходит в чаше бассейна, где дети овладевают жизненно необходимыми навыками плавания, совершенствуются физические качества. Части урока: вводная, основная и заключительная по продолжительности и содержанию соответствуют медицинским требованиям.

Уроки проходят на высоком эмоциональном уровне, с широким использованием плавательных средств. Проведена пульсометрия детей после окончания урока. Все дети с физической нагрузкой справились, признаков утомления не наблюдалось. Такие уроки плавания являются прекрасным средством закаливания, повышают иммунитет, укрепляют здоровье, способствуют профилактике нарушения осанки, тренируют правильный тип дыхания, развиваются координацию движений, помогают овладеть жизненно необходимым навыком плавания. Дети получают истинное удовольствие от занятий плаванием

Хочется отметить организаторские способности преподавателя Олькиной И. Г., которая не только сопровождает детей в дороге и на транспорте, контролирует процесс одевания и раздевания детей в бассейне, но и сама активно участвует в уроке, находясь рядом с детьми в чаше бассейна, помогая им в овладении двигательными навыками плавания, что повышает эффективность от занятий.

Проведённые врачебно-педагогические наблюдения на уроках ритмики, физкультуры в спортзале и в бассейне, показали, что они дополняют друг друга и способствуют укреплению здоровья, совершенствованию физического развития, воспитанию физических качеств (ловкости, силы, быстроты, выносливости, гибкости) и формированию жизненно необходимых двигательных навыков и умений (ходьба, бег, прыжки, метание, плавание, строевая подготовка, танцевальные движения), получению специальных знаний и привитию организованных навыков в области физической культуры, навыков коллективных действий, воспитанию интереса к физической культуре.

Проведённые врачебно-педагогические наблюдения на уроках ритмики, физкультуры в школе и в бассейне показали, что общая и моторная плотность уроков достаточная, части уроков по продолжительности и содержанию соответствуют медицинским требованиям, физическая нагрузка даётся индивидуально соответственно полу, возрасту, здоровью, физическому развитию и физической подготовленности, соответствует задачам урока. Чертеживание физической нагрузки по интенсивности в течение урока, дыхательные упражнения и достаточная по продолжительности и содержанию заключительная часть позволяет детям с разным уровнем здоровья и физической подготовленностью справиться с нагрузкой. Уроки проходят на высоком профессиональном и эмоциональном уровне, способствуют укреплению здоровья, коррекции нарушений физического развития, формированию жизненно необходимых двигательных умений и навыков, развитию двигательных способностей, формированию правильной осанки, воспитанию устойчивого интереса к занятиям физкультурой, коррекции недостатков психического и физического развития и формированию навыков общения, что обеспечивается взаимосочетанием физического воспитания со всей учебно-воспитательной работой в школе под руководством директора школы № 4 Командировой Л.А.

Рекомендовано продолжить реализовывать программы по совершенствованию физического развития, воспитанию физических качеств и формированию жизненно необходимых двигательных навыков и умений, учитывая состояние здоровья, возраст, пол, степень физического развития и уровень физической подготовленности, формировать культуру здорового и безопасного образа жизни обучающихся, направленную на сохранение и укрепление физического и психологического здоровья при активном участии МВФД №1.

Медработникам школы рекомендовано помогать преподавателям физкультуры в выборе оптимальной программы физического воспитания для детей, выработке медицинских рекомендаций по планированию занятий физической культурой и физической нагрузки. Способствовать воспитанию интереса у детей к физкультуре и спорту, формированию позитивного отношения к здоровому образу жизни, что поможет детям в их будущей самостоятельной жизни

Врач по спортивной медицине МВФД № 1 Сmekalova S.A.

Контактный телефон 89111425172.



Спасибо

