

ББК Ч511.66я7

ТЗ11

Рецензенты:

кафедра теории и методики физической культуры ФГБОУ ВО «Липецкий государственный педагогический университет» им. Семенова-Тян-Шанского;
Шкляров В.Б., канд. пед. наук, доц.

Телегин, Р.С.

ТЗ11 Особенности организации занятий по физической культуре со студентами специальной медицинской группы СПО : учебное пособие / Р.С. Телегин – Липецк: Изд-во Липецкого государственного технического университета, 2019. – 67 с. – Текст : непосредственный.

ISBN 978-5-00175-024-6

В учебном пособии рассмотрены вопросы организации занятий по физической культуре со студентами специальной медицинской группы (СМГ) среднего профессионального образования.

В доступной форме изложены основные задачи физического воспитания студентов, особенности занятий физическими упражнениями в зависимости от заболевания и т.д. Определены основные виды оздоровительных тренировок, рекомендуемых студентам СМГ, а также самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Подробно описаны как домашние задания по физическому воспитанию, так и самоконтроль студентов специальной медицинской группы при занятиях физическими упражнениями.

Учебное пособие рекомендовано для студентов специальной медицинской группы СПО, а также для преподавателей физической культуры, работающих со студентами в учебных группах.

ББК Ч511.66я7

Библиогр.: 6 назв.

Печатается по решению редакционно-издательского совета ЛГТУ

ISBN 978-5-00175-024-6

© ФГБОУ ВО «Липецкий
государственный технический
университет», 2019

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
1. Анатомо-физиологические особенности детей подросткового возраста.....	5
2. Правила определения медицинских групп для занятий с несо- вершеннолетними.....	7
3. Структура занятия.....	10
4. Особенности занятий физическими упражнениями в зависимо- сти от заболевания.....	12
5. Виды оздоровительных тренировок, рекомендуемых студентам СМГ.....	32
6. Самостоятельные занятия физическими упражнениями и само- контроль.....	39
7. Домашние задания по физическому воспитанию.....	45
8. Самоконтроль студентов специальной медицинской группы при занятиях физическими упражнениями.....	51
9. Особенности методики развития физических качеств при раз- личных отклонениях в состоянии здоровья студентов СМГ.....	54
Заключение.....	65
Библиографический список.....	66