



Порядок организации занятий физической культурой с обучающимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе или освобожденными от физических нагрузок на уроках физической культуры



УТВЕРЖДАЮ
директор Горно-Алтайского
педагогического колледжа
Облецова О.Г.

ПОРЯДОК
организации занятий физической культурой с
обучающимися, отнесенными по состоянию здоровья к
специальной медицинской группе или освобожденными от
физических нагрузок на уроках физической
культуры

Горно-Алтайск, 2016 г.

1.Общее положение

Положение составлено на основе документов:

- Федеральный закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 14.06.2013 г. № 464 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования»;
- Устав бюджетного профессионального образовательного учреждения Республики Алтай «Горно-Алтайский педагогический колледж»;
- Письмо от 30 мая 2012 г. № МД-583/19. О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль над организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья».
- Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации и Министерства образования Российской Федерации от 30 июня 1992 г. N 86/272 «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях».

1.1. В соответствии с действующими инструкциями, приказами МЗ РФ и Положением о физическом воспитании обучающихся учебных заведений все обучающиеся при приеме и во время обучения в колледже проходят обязательный медицинский осмотр, за ними осуществляется постоянный врачебный контроль. Обучающиеся, не прошедшие медицинского осмотра, к учебным занятиям физической культурой не допускаются. Результаты медосмотра вносятся в журналы теоретического обучения.

1.2. На основании данных медицинского осмотра обучающихся распределяют для занятий физическими упражнениями в группы основную, подготовительную и специальную:

Основную группу составляют обучающиеся без отклонений в состоянии здоровья при достаточном физическом развитии. Обучающиеся этой группы допускаются к занятиям по учебной программе физического воспитания в полном объеме, а также в спортивных секциях и участию в соревнованиях.

Подготовительную группу составляют обучающиеся без отклонений в состоянии здоровья, а также имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья и недостаточное физическое развитие. С обучающимися этой группы занятия проводятся в составе учебной группы по учебной программе физического воспитания, но при условии постепенного освоения ими комплекса двигательных навыков и умений, особенно связанных с предъявлением организму повышенных требований.

Специальную группу составляют обучающиеся, имеющие отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, не являющиеся противопоказанием к выполнению производственной и учебной работы, но требующие ограничения физических нагрузок. Занятия с ними проводятся в составе учебной группы по специальной учебной программе. В отдельных случаях при наличии противопоказаний к групповым занятиям предусматриваются занятия лечебной физкультурой в лечебно-профилактических учреждениях при предоставлении соответствующих документов.

В зависимости от тяжести и характера заболевания обучающиеся, отнесённые к СМГ, разделяются на подгруппы – «А» и «Б» для осуществления дифференцированного подхода к назначению двигательного режима.

- Подгруппа «А» - обучающиеся, имеющие отклонения в состоянии здоровья обратимого характера, ослабленные различными заболеваниями.

- Подгруппа «Б» - обучающиеся, имеющие тяжёлые необратимые изменения в деятельности органов и систем (органические поражения

сердечнососудистой, мочевыделительной систем, печени, высокая степень миопии с изменением глазного дна и др.).

1.3. Во время обучения в колледже все обучающиеся проходят повторное обследование по установленной форме не реже одного раза в течение учебного года. Перевод из одной группы в другую осуществляется в соответствии с медицинской справкой.

2. Цели и задачи

2.1. Основной целью и задачами физического воспитания студентов специальной медицинской группы являются:

создание комфортных условий для занятий физической культурой ослабленных студентов с ослабленным здоровьем;

- укрепление здоровья;
- расширение диапазона функциональных возможностей основных физиологических систем организма, ответственных за энергообеспечение;
- постепенная адаптация организма к физическим нагрузкам;
- овладение комплексами упражнений, благотворно влияющих на состояние здоровья обучающегося с учетом заболеваний;
- развитие физических качеств и освоение жизненно важных двигательных умений и навыков;
- повышение защитных сил организма и его сопротивляемости;
- обучение способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и ФП;
- воспитание морально-волевых качеств и интереса к регулярным самостоятельным занятиям физической культурой;
- разъяснения значения здорового образа жизни, принципов гигиены, правильного режима труда и отдыха, рационального питания, пребывания на воздухе;
- предупреждение дезадаптации студентов в условиях колледжа.

3. Организация образовательного процесса

3.1. Зачисление обучающихся в специальные медицинские группы проводится на основании приказа директора колледжа.

3.2. При формировании специальных медицинских групп выделяются возрастные группы: 13-14 и 15-16 лет. Если число обучающихся недостаточно для комплектования специальной медицинской группы по возрастному признаку, то создаются разновозрастные группы. Наполняемость групп не должна превышать 12 человек. Обучающихся с одинаковыми заболеваниями объединяют в одну группу. Обучающиеся, имеющие разный характер и тяжесть заболевания, делятся на подгруппы А и Б (от 8 до 12 человек).

Относительная малочисленность обучающихся с однородными заболеваниями не позволяет группировать их по форме заболевания. Приходится осуществлять внутригрупповое распределение по функциональному состоянию, руководствуясь результатами медицинского исследования (в частности, по реакции на доступные стандартные нагрузки) и определению физической подготовленности (по данным педагогических тестовых испытаний).

Внутригрупповое распределение на "сильную" (А) и "слабую" (Б) группы позволяет удовлетворительно осуществлять образовательный процесс и добиваться эффективного решения оздоровительных задач. Определением каждого обучающегося в группу А или Б занимается врач. В группу А чаще всего относятся обучающиеся удовлетворительно овладевающие двигательными навыками имеющие отклонения, не оказывающие существенного влияния на состояние здоровья, а также обучающиеся, временно отнесенные в СМГ для полного восстановления после перенесенного заболевания или травмы.

В группу Б относятся обучающиеся с необратимыми патологическими изменениями, с часто обостряющимися хроническими заболеваниями, с

аномалией развития двигательного аппарата. Как правило, численность группы "А" превалирует над второй.

Посещение таких занятий обучающимися СМГ является обязательным.

3.3. Занятия проводятся в специально оборудованном кабинете ЛФК (тренажеры, выписка из СанПин). На каждого обучающегося ведется карта мониторинга физического развития.

3.4. Движение студентов по группам здоровья в течение учебного года (из СМГ в подготовительную, далее в основную или наоборот) проводится при наличии медицинской справки врача поликлиники. На основании этого документа директор колледжа издаёт приказ о переводе студента в другую группу здоровья.

3.5. Время проведения занятий СМГ вынесено из общего расписания во вторую смену. Нулевые занятия (в 1 смене) и сдвоенные занятия в таких группах не допускаются.

3.6. Проведённые занятия фиксируются в отдельном журнале учёта занятий с обучающимися, отражающем общие сведения (Ф.И.О., год рождения, группа, диагноз заболевания, длительность перерыва в занятиях физическими упражнениями). Итоговые отметки из отдельного журнала переносятся в журнал группы.

3.7. Посещение занятий студентами специальной медицинской группы является обязательным. Ответственность за посещаемость занятий возлагается на преподавателя, ведущего занятия, классных руководителей и контролируется заведующими отделениями.

3.8. Освобождение от уроков физического воспитания допускается лишь с разрешения врача при наличии соответствующей медицинской

справки. Обучающиеся, освобожденные от занятий физической культурой, а также отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (в том числе временное освобождение), обязаны присутствовать на занятиях СМГ в спортивной форме, выполнять физическую нагрузку в соответствии с программой для обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, и привлекаться в помощь преподавателю для подготовки и проведения мест занятий.

3.9. Медицинский работник осуществляет постоянный врачебный контроль за занятиями физической культурой, занятиями секций по видам спорта (основная, подготовительная группы), за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения занятий физической культурой и спортом, проводит работу по профилактике спортивного травматизма.

4. Оценка результатов учебной деятельности обучающихся отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе

4.1. Важной стороной учебно-воспитательного процесса студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, является учет и оценка их успеваемости. К учету предъявляется ряд требований: систематичность, объективность, полнота, своевременность, точность и достоверность.

Систематичность учета обеспечивается периодичностью проверок и оценки деятельности студентов во время уроков на всех этапах обучения. Объективность учета обеспечивается соблюдением критериев оценивания, индивидуальным подходом к студентам.

4.2. При оценке знаний и умений обучающихся используется пятибалльная система оценивания. Итоги промежуточного контроля по физической культуре студентов освобожденных по состоянию здоровья от занятий физической культурой, а также отнесенных к специальной медицинской группе определяются по двум разделам: теоретическому и практическому, и выставляются в основной журнал («Зачтено», «Не

зачтено»). Для получения зачета, обучающийся должен посетить не менее 85% общего количества занятий.

4.3. Теоретические знания, умения и навыки оцениваются по уровню их усвоения и практического использования.

Итоговая аттестация освобожденных от занятий физической культурой, а также обучающихся, отнесенных к специальной медицинской группе, проходит в соответствии с требованиями программы для обучающихся отнесенных, к специальной медицинской группе. В соответствии с письмом Минобразования России органам управления образованием от 31.10.2003 г. № 13-51-263/13 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой» итоговая оценка выставляется:

- с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность);

- основной акцент в оценивании делается на стойкую мотивацию обучающихся к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей;

- положительная оценка выставляется также обучающемуся, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия, старательно выполнял задания преподавателя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной и корригирующей гимнастикой, необходимыми знаниями в области физической культуры;

- в диплом СПО обязательно выставляется оценка по дисциплине «Физическая культура».

4.4. Студенты на основании предоставленной справки установленного образца, выданной медицинским учреждением, полностью освобожденные от занятий физической культурой, оцениваются в

образовательном учреждении по разделу: "Основы теоретических знаний" в виде устного опроса или написания рефератов. При наличии у студента справки об освобождении от физических нагрузок на уроках физической культуры он оценивается положительно в области теоретических знаний по предмету. В журнале не допускается запись «освобожден» ни на предметной странице, ни в сводной ведомости учебного журнала.

4.5. Возможные формы контроля знаний обучающихся, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе:

- собеседование по теоретическим вопросам;
- устное сообщение по теоретическим вопросам;
- реферат, как правило, на тему по характеру заболевания;
- практическое выполнение лечебных упражнений по профилю заболевания.

5. Документация

В СМГ ведутся документы:

1. Порядок организации занятий физической культурой обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе или освобожденных от физических нагрузок на уроках физической культуры;
2. Копия приказа по колледжу «Об организации СМГ»;
3. Копия приказа на зачисление обучающихся в СМГ;
4. Расписание занятий СМГ;
5. Списки студентов, зачисленных в специальную медицинскую группу;
6. Журнал посещаемости, успеваемости;
7. Методические рекомендации Министерства здравоохранения РФ по организации занятий СМГ;
8. Рабочая программа;
9. Индивидуальные карты мониторинга развития обучающихся СМГ;

6. Взаимоотношения и связи СМГ

Внутренние взаимодействия	
Должности	Вопросы
1. Директор	Вопросы перевода обучающихся в СМГ, издание приказа по колледжу.
2.Заведующие отделениями	Вопросы перевода обучающихся в СМГ и из СМГ в подготовительную, основную группы.
3.Заместитель директора по учебной работе	Согласование рабочей программы и контрольно-измерительных материалов. Утверждение расписания.
4.Классные руководители	Посещаемость и успеваемость обучающихся.
5.Председатель ЦМК физвоспитания	Утверждение рабочей программы, контрольно-измерительных материалов, методических рекомендаций, оказание методической помощи.
6.Руководитель спортивно-массовой работы	Обеспечение оборудованием и инвентарем кабинета ЛФК. Оказание методической помощи.
7.Социальный педагог	По вопросам работы с инвалидами и детьми, оставшимися без попечения родителей.
8.Психолог колледжа	Вопросы по оказанию психологической помощи обучающимся.
9.Комендант учебного корпуса	Вопросы уборки и ремонта кабинета ЛФК.
10.Библиотека	Вопросам приобретения методической литературы и пособий.
11.Фельдшер	Вопросы состояния здоровья и мед.осмотра обучающихся.
Внешние связи	
1.Поликлиника г. Горно-Алтайска	По вопросам состояния здоровья обучающихся и консультации по работе с обучающимися СМГ.
2.Врачебно-физкультурный диспансер	По организации работы кабинета ЛФК в колледже.
3.Родители (законные представители	Вопросы посещаемости и

обучающихся)	успеваемости обучающихся СМГ. Индивидуальная работа.
--------------	---

7. Заключительная часть

7.1. Настоящий Порядок действует до изменения в законодательстве РФ, но не более 5 лет.

7.2. В настоящий Порядок могут быть внесены, по мере необходимости, соответствующие изменения и дополнения.

7.3. Принято Решением ЦМК физвоспитания Протокол №_____ от

7.4. Порядок вступает в силу с момента утверждения директором БПОУ РА «Горно-Алтайского педагогического колледжа.

7.5. Настоящий Порядок является обязательным для исполнения для всеми участниками образовательных отношений.

**Примерный перечень вопросов
для проведения промежуточной аттестации в форме зачета,
дифференцированного зачета
по дисциплине «Физическая культура»**

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены.
2. Физическая культура - часть общечеловеческой культуры.
3. Спорт - явление культурной жизни.
4. Компоненты культурной жизни.
5. Физическое воспитание
6. Физическое развитие.
7. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура.
8. Фоновые виды физической культуры.
9. Средства физической культуры.
10. Физическая культура личности студента.
11. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
12. Профессиональная направленность физической культуры.
13. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта.
14. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту.
15. Физиологическая характеристика утомления и восстановления.
16. Внешняя среда. Природные, биологические и социальные факторы. Экологические проблемы современности.
17. Витамины и их роль в обмене веществ.
18. Обмен энергии. Состав пищи и суточный расход энергии.
19. Понятия об основном и рабочем обмене.

20. Регуляция обмена веществ.
21. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
22. Функциональное проявление здоровья в различных сферах жизнедеятельности.
23. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье
24. Здоровый образ жизни студента.
25. Влияние окружающей среды на здоровье.
26. Наследственность и ее влияние на здоровье.
27. Здоровье в иерархии потребностей и ценностей культурного человека.
28. Направленность поведения человека на обеспечение собственного здоровья.
29. Самооценка собственного здоровья.
30. Содержательные характеристики составляющих здорового образа жизни.
31. Режим труда и отдыха. Организация сна.
32. Организация режима питания.
33. Организация двигательной активности.
34. Личная гигиена и закаливание.
35. Гигиенические основы закаливания.
36. Закаливание воздухом.
37. Закаливание солнцем.
38. Закаливание водой.
39. Профилактика вредных привычек.
40. Физическое самовоспитание и совершенствование – условие здорового образа жизни.
41. Объективные и субъективные факторы обучения и реакция на них организма студентов.
42. Изменения состояния организма студентов под влиянием различных режимов и условий обучения.

43. Работоспособность и влияние на нее различных факторов.
44. Влияние на работоспособность периодичности ритмических процессов в организме.
45. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения.
46. Изменение работоспособности в течение рабочего дня. Изменение работоспособности в течение учебной недели.

**Примерная тематика рефератов
для проведения промежуточной аттестации в форме зачета,
дифференцированного зачета
по дисциплине «Физическая культура»**

1. Роль физической культуры в развитии человека.
2. Возможности физической культуры в развитии и формировании основных качеств и свойств личности.
3. Изменения, происходящие в организме человека при систематических занятиях физическими упражнениями, спортом, туризмом.
4. Контроль и самоконтроль в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом.
5. Коррекция развития отдельных систем организма средствами физической культуры и спорта.
6. Методика занятий физической культурой и спортом в зависимости от индивидуальных особенностей организма.
7. Здоровье человека как феномен культуры.
8. Физическое /соматическое/ здоровье, методика поддержания и сохранения.
9. Физкультурно-спортивные технологии повышения умственной и физической работоспособности.
10. Физическая культура в профилактике различных заболеваний человека.

11. Физическая культура в рекреации и реабилитации человека.
12. Методика использования лечебной физической культуры при различных отклонениях в состоянии здоровья.
13. Классический, восстановительный и спортивный массаж.
14. Физическая культура и Олимпийское движение.
15. Методика занятий физической культурой с инвалидами и лицами с ослабленным Здоровьем.
16. Основы рационального питания и контроля за весом тела.
17. Методика занятий физическими упражнениями в различных оздоровительных системах.
18. Традиционные и восточные системы оздоровления человека.
19. Роль физических упражнений в режиме дня студентов.
20. Методика закаливания человека.
21. Основные приемы борьбы с вредными привычками.
22. Влияние осанки на здоровье человека.
23. Влияние алкоголя, никотина и наркотических веществ на развитие личности и состояние здоровья.
24. Утомление и восстановление организма. Роль физических упражнений в регулировании этих состояний.
25. Методика коррекции строения тела человека средствами физической культуры и спорта.
26. Методика использования дыхательной гимнастики.
27. Профессионально-прикладная физическая культура студентов профессионального различного профиля.
28. Методика занятий адаптивной физической культуры (с инвалидами).
29. Основы методики использования восстановительных средств, рационального питания и контроля за весом тела.
30. Аэробика для всех.

31. Оптимальный двигательный режим – один из важнейших факторов сохранения и укрепления здоровья.

32. Физическое развитие человека и методы его определения.

33. Методические основы построения индивидуальных тренировочных программ для лиц разного уровня подготовленности и здоровья.

34. Физические упражнения в режиме дня студента.

35. Особенности занятий физической культурой и спортом женщин.

36. Нормы двигательной активности для лиц разной подготовленности и уровня здоровья.

37. Занятия физическими упражнениями при заболеваниях органов зрения.

38. Рекомендации и основные противопоказания при занятиях физическими упражнениями при конкретном заболевании.

39. Здоровье человека и его основные компоненты.

40. Основы здорового образа и стиля жизни.

41. Влияние малоактивного образа жизни на здоровье человека.

42. Влияние осанки на здоровье человека.

43. Влияние дыхательной гимнастики на различные функции человека.

44. Азбука оздоровительного бега и ходьбы.

45. Главные заповеди в питании.

46. Ожирение и его последствия на различные функции организма.

47. Гимнастика и зрение.

48. Стретчинг и методика занятий.

49. Групповые, индивидуальные и самостоятельные занятия при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

50. Особенности занятий физической культурой и спортом лиц разного возраста.

51. Рациональное питание и витаминная обеспеченность организма.

52. Оптимальный вес и способы его сохранения.
53. Физическая культура при заболеваниях органов пищеварения.