


Рассмотрено и принято
на заседании Общего собрания (конференции)
работников и обучающихся

ГАПОУ «Тетюшский государственный колледж гражданской защиты»,
протокол № 1/23 от «18» февраля 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Председатель Первичной профсоюзной
организации ГАПОУ «Тетюшский
государственный колледж гражданской
защиты»

 С.С. Миронова
Протокол собрания № 1 от «18» февраля
2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАПОУ «Тетюшский
государственный колледж
гражданской защиты»

 Т.Ю. Адаева
Приказ № 49-о/д от «21» февраля
2023 г.

ПОЛОЖЕНИЕ О СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Положение о специальной медицинской группе (далее – СМГ) составлено на основе нормативно-правовых актов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» Ф3-273 от 29 декабря 2012 года;
- Приказ Минздрава России от 10.08.2017 N 514н (ред. от 19.11.2020) "О Порядке проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних";
- Письмо Минобрнауки России от 31.10.2003 № 13-51-263/123 "Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой";
- Устав ГАПОУ «Тетюшский государственный колледж гражданской защиты».

1.2. Настоящее Положение регулирует процесс организации уроков физической культуры с учетом состояния здоровья обучающихся в ГАПОУ «Тетюшский государственный колледж гражданской защиты» (далее – Колледж).

1.3. Определение медицинских групп для занятий несовершеннолетним физической культурой с учетом состояния его здоровья осуществляется в целях оценки уровня физического развития и функциональных возможностей несовершеннолетнего, выбора оптимальной программы физического воспитания, выработки медицинских рекомендаций по планированию занятий физической культурой.

1.4. В зависимости от состояния здоровья несовершеннолетние относятся к следующим медицинским группам для занятий физической культурой: основная, подготовительная и специальная.

1.5. К основной медицинской группе для занятий физической культурой (I группа) относятся несовершеннолетние:

- без нарушений состояния здоровья и физического развития;
- с функциональными нарушениями, не повлекшими отставание от сверстников в физическом развитии и физической подготовленности.

Отнесенным к основной медицинской группе несовершеннолетним разрешаются занятия в полном объеме по учебной программе физического воспитания с использованием

профилактических технологий, подготовка и сдача тестов индивидуальной физической подготовленности.

1.6. К подготовительной медицинской группе для занятий физической культурой (II группа) относятся несовершеннолетние:

- имеющие морфофункциональные нарушения или физически слабо подготовленные;
- входящие в группы риска по возникновению заболеваний (патологических состояний);
- с хроническими заболеваниями (состояниями) в стадии стойкой клинико-лабораторной ремиссии, длящейся не менее 3-5 лет.

Отнесенным к этой группе несовершеннолетним разрешаются занятия по учебным программам физического воспитания при условии более постепенного освоения комплекса двигательных навыков и умений, особенно связанных с предъявлением к организму повышенных требований, более осторожного дозирования физической нагрузки и исключения противопоказанных движений. Тестовые испытания, сдача индивидуальных нормативов и участие в массовых физкультурных мероприятиях не разрешается без дополнительного медицинского осмотра. К участию в спортивных соревнованиях эти обучающиеся не допускаются. Рекомендуются дополнительные занятия для повышения общей физической подготовки в образовательной организации или в домашних условиях.

1.7. Специальная медицинская группа (далее – СМГ) для занятий физической культурой делится на две подгруппы: специальную "А" и специальную "Б".

К специальной подгруппе "А" (III группа) относятся несовершеннолетние:

- с нарушениями состояния здоровья постоянного (хронические заболевания (состояния), врожденные пороки развития, деформации без прогрессирования, в стадии компенсации) или временного характера;
- с нарушениями физического развития, требующими ограничения физических нагрузок.

Отнесенным к этой группе несовершеннолетним разрешаются занятия оздоровительной физической культурой по специальным программам (профилактические и оздоровительные технологии).

При занятиях оздоровительной физической культурой должны учитываться характер и степень выраженности нарушений состояния здоровья, физического развития и уровень функциональных возможностей несовершеннолетнего, при этом резко ограничивают скоростно-силовые, акробатические упражнения и подвижные игры умеренной интенсивности, рекомендуются прогулки на открытом воздухе. Возможны занятия адаптивной физической культурой.

1.8. Оценивание студентов, отнесенных к специальной медицинской группе, основывается на письме Минобрнауки России от 31.10.2003 № 13-51-263/123 "Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой". «Занятия в этих группах отличаются учебными программами, объемом и структурой физической нагрузки, а также требованиями к уровню усвоения учебного материала».

1.9. Специальная медицинская группа создается по приказу директора, согласно представленному списку студентов руководителем физического воспитания и фельдшером Колледжа.

1.10. Студенты СМГ занимаются по специально составленной рабочей программе. Посещение занятий студентами СМГ являются обязательными.

1.11. В случае перевода студентов колледжа на обучение с применением дистанционных технологий, занятия СМГ могут проводиться с использованием электронных ресурсов, приложений и/или цифровой платформы и т.д. с учетом особенностей их проведения.

2. ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ

2.1. Основные задачи физического воспитания студентов, отнесенных к СМГ:

- укрепление здоровья, ликвидация или стойкая компенсация нарушений, вызванных заболеванием;
- улучшение показателей физического развития;
- освоение жизненно важных двигательных умений, навыков и качеств;
- постепенная адаптация организма к воздействию физических нагрузок, расширение диапазона функциональных возможностей физиологических систем организма;
- закаливание и повышение сопротивляемости защитных сил организма;
- формирование волевых качеств личности и интереса к регулярным занятиям физической культурой;
- воспитание сознательного и активного отношения к ценности здоровья и здоровому образу жизни;
- овладение комплексами упражнений, благоприятно воздействующими на состояние организма студента, с учетом имеющегося у него заболевания;
- обучение правилам подбора, выполнения и самостоятельного формирования комплекса упражнений утренней гигиенической гимнастики с учетом рекомендаций врача и педагога;
- обучение способам самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера;
- соблюдение правил личной гигиены, рационального режима труда и отдыха, полноценного и рационального питания.

3. ОГРАНИЧЕНИЯ, НАКЛАДЫВАЕМЫЕ НА ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

3.1. Ниже перечислены некоторые ограничения, накладываемые на занятия физической культурой в зависимости от наиболее часто встречающейся нозологической формы заболевания, а также рекомендуемые виды оздоровительных упражнений.

Заболевания	Противопоказания и ограничения	Рекомендации
Сердечно-сосудистая система (неактивная фаза ревматизма, функциональные изменения и др.)	Упражнения, выполнение которых связано с задержкой дыхания, напряжением мышц брюшного пресса и ускорением темпа движений	Общеразвивающие упражнения, охватывающие все мышечные группы, в исходном положении лежа, сидя, стоя; ходьба, дозированный бег в медленном темпе
Органы дыхания (хронический бронхит, воспаление легких, бронхиальная астма и др.)	Упражнения, вызывающие задержку дыхания и чрезмерное напряжение мышц брюшного пресса	Дыхательные упражнения, тренировка полного дыхания и особенно удлиненного выдоха
Заболевания почек (нефрит, пиелонефрит, нефроз)	Недопустимы упражнения с высокой частотой движений, интенсивностью нагрузки и скоростно-силовой направленностью,	При проведении общеразвивающих упражнений особое внимание уделяется укреплению мышц

	переохлаждение тела	передней стенки живота. При занятиях плаванием (по специальному разрешению врача) ограничивается время пребывания в воде (5-10 мин - первый год обучения, 10-15 мин - второй и последующие годы обучения)
Нарушения нервной системы	Упражнения, вызывающие нервное перенапряжение (упражнения в равновесии на повышенной опоре), ограничивается время игр и т.д.	Дыхательные упражнения, водные процедуры, аэробные упражнения
Органы зрения	Исключаются прыжки с разбега, кувырки, упражнения со статическим напряжением мышц, стойки на руках и голове	Упражнения на пространственную ориентацию, точность движений, динамическое равновесие, гимнастика для глаз
Хронические заболевания желудочно-кишечного тракта, желчного пузыря, печени	Уменьшается нагрузка на мышцы брюшного пресса, ограничиваются прыжки	

4. УСЛОВИЯ КОМПЛЕКТОВАНИЯ СПЕЦИАЛЬНО МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

4.1. При комплектовании СМГ фельдшер Колледжа ведет журнал длительных медицинских отводов по физкультуре (со сроком от 1 месяца и более), в который регистрируются студенты с 1 по 4 курс обучения.

4.2. Журнал содержит следующие колонки:

- номер по порядку;
- фамилия, имя, отчество студента;
- год рождения;
- номер группы;
- диагноз;
- срок освобождения;
- подпись фельдшера.

4.3. Студенты, имеющие освобождение от занятий по физ. культуре (по состоянию здоровья), фельдшеру Колледжа предоставляют оригиналы справок или их копии. Дети-инвалиды предоставляют копию выписки из протокола заседания комиссии ВК.

4.4. Руководитель физического воспитания, кроме диагноза заболевания и данных о функциональном состоянии студентов, должен также знать уровень их физической подготовленности, который определяется при помощи двигательных тестов. В качестве тестов допустимо использовать только те упражнения, которые с учетом формы и тяжести заболевания не противопоказаны студентам.

4.5. Обучающиеся II и III групп здоровья, которые составляют СМГ, по своим двигательным возможностям не могут сравниться со здоровыми детьми. Общий объем двигательной активности и интенсивность физических нагрузок студентов СМГ должны быть снижены по сравнению с объемом нагрузки для студентов основной и

подготовительной групп. Несмотря на низкий исходный уровень физической подготовленности студентов СМГ, регулярные занятия физической культурой небольшого объема и интенсивности позволяют вскоре (через 1,5–2 месяца) заметить положительную динамику в развитии их физических возможностей и общем оздоровлении. Каждый из студентов СМГ имеет свои ограничения двигательной активности, которые обусловлены формой и тяжестью заболевания.

5. ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

5.1. Студенты СМГ занимаются по специально составленной программе, которая утверждается заместителем директора по учебно-методической работе Колледжа.

5.2. В программе вводится раздел дыхательных упражнений, которыми следует пользоваться на каждом занятии. Обращается особое внимание на воспитание правильной осанки и на укрепление мышц спины и живота. Для достижения утомления и повышения работоспособности широко используются упражнения для расслабления мышц.

5.3. Из раздела гимнастики в СМГ полностью исключены лазанье по канату, подтягивание и акробатические упражнения, связанные с натуживанием, продолжительными напряжениями, вызывающими длительную задержку дыхания.

5.4. В разделе легкая атлетика особое внимание придается строго дозированным ходьбе и бегу, т.к. эти виды тренируют и укрепляют сердечно-сосудистую и дыхательную системы. Прыжки в длину и в высоту ограничиваются (с укороченного разбега, с трех шагов, не более двух, трех прыжков в одном занятии и т.д.). Ограничены упражнения и на скорость, силу, выносливость.

5.5. Продолжительность игр с бегом и прыжками, а также дистанции бега сокращаются. Например, продолжительность игры с бегом и прыжками не превышает 5 минут.

6. СТРУКТУРА ЗАНЯТИЯ В СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

6.1. Занятие в специальной медицинской группе строится по стандартной схеме, однако, в отличие от обычных уроков, он имеет свои принципиальные особенности.

6.2. В подготовительной части урока (до 15 мин) выполняются общеразвивающие упражнения (в медленном и среднем темпе), чередуя с дыхательными. Нагрузка повышается постепенно. Применяются такие упражнения, которые обеспечивают подготовку всех органов и систем к выполнению основной части урока. В этой части занятия не используется много новых упражнений, а также интенсивные нагрузки.

6.3. В подготовительной части урока присутствуют такие элементы, как построение, объяснение задач занятий, ходьба в различном темпе и направлениях, комплекс дыхательных упражнений, упражнения с набивными мячами, бег в медленном темпе, а также упражнения на гимнастической скамейке. Подсчитывается ЧСС (частота сердечных сокращений).

6.4. В основной части урока занимающихся делятся на подгруппы с определенными нарушениями здоровья. Для каждой группы разработаны карточки с заданиями, включающие по 3–4 упражнения, направленные на коррекцию конкретных заболеваний. Преподаватель показывает элементы комплекса упражнений. Затем обучающиеся овладевают основными двигательными навыками, получают определенную для них максимальную физическую нагрузку, испытывая эмоциональное напряжение. Подбор упражнений в этой части урока позволяет овладеть простейшими двигательными навыками, разносторонне развить (в пределах возможностей занимающихся) основные физические качества: быстроту, силу, выносливость, ловкость. Большое внимание уделяется развитию гибкости и улучшению координации движений. С этой целью применяются метания, подвижные игры, эстафеты, упражнения на равновесие.

6.5. Упражнения, дающие большую общую нагрузку (игры, бег и др.) и вызывающие

сильное эмоциональное переживание, целесообразнее использовать в конце основной части урока. Сильное возбуждение, усталость затрудняют овладение техникой последующих упражнений, воспитание быстроты и ловкости. Для снятия утомления между выполнением различных заданий применяем упражнения на расслабление. Подсчитывается ЧСС.

6.6. В заключительной части урока (3-5 мин) используются упражнения, восстанавливающие организм после физической нагрузки (ходьба, дыхательные упражнения, упражнения на расслабление и др.). Подсчитывается ЧСС.

7. ОЦЕНИВАНИЕ ДОСТИЖЕНИЙ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

7.1. Оценивать достижения студентов СМГ по критериям, которые используются для выставления отметки основной группы студентов, нельзя.

7.2. Для студентов в СМГ в первую очередь необходимо оценить их успехи в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима.

7.3. При выставлении текущей отметки студентом СМГ необходимо соблюдать особый такт, быть максимально внимательным, не унижать достоинства студента, использовать отметку таким образом, чтобы она способствовала его развитию, стимулировала его на дальнейшие занятия физической культурой.

7.4. Итоговая отметка по физической культуре в группах СМГ выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности и прилежания.

7.5. Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре студентов, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья, должен быть сделан на стойкой их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей.

7.6. При самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях студентов, которые обязательно должны быть замечены преподавателем и сообщены студентам (родителям), выставляется положительная отметка.

7.7. Положительная отметка должна быть выставлена также студенту, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и в развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия по физической культуре, старательно выполнял задания преподавателя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми знаниями в области физической культуры.

МЕДИЦИНСКОЕ СВИДЕТЕЛЬСТВО

Пронумеровано, прошнуровано и скреплено
печатью 6 листа (ов)
Директор ГАПОУ «Тетюшский государственный
колледж гражданской защиты»
Т.Ю. Адаева

