Частное профессиональное образовательное учреждение
«Светлоградский многопрофильный колледж»
(ЧПОУ «СМК»)

РАССМОТРЕНО:	**УТВЕРЖДАЮ:**
на Педагогическом совете	Директор ЧПОУ «СМК»
	_____ Е.А.Татаринцева
Протокол № 4 / 1	Приказ № 15-ЛНА
от « 20» марта 2020 г.	от « 23 » марта 2020 г.

ПОЛОЖЕНИЕ
ОБ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ И ВНЕАУДИТОРНОЙ РАБОТЫ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Светлоград, 2020

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общие положения 3
2. Порядок определения физической нагрузки в зависимости от медицинской группы 3
3. Допуск к занятиям по дисциплине «Физическая культура» 5
4. Требования к внешнему виду и посещению уроков 7
5. Формы и методы организации физического воспитания 8
6. Планирование и учет работы по физическому воспитанию 9
7. Цели, задачи и содержание физического воспитания обучающихся, отнесенных к СМГ 9
8. Педагогический контроль и оценка успеваемости обучающихся 10
9. Порядок отработки пропущенных занятий 12
10. Критерии оценивания обучающегося на занятиях по физической культуре . 13
11. Работа с родителями по профилактике детского травматизма и несчастных случаев на занятиях физической культуры и спорта 15

Приложения 16

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии со следующими нормативными и правовыми актами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный закон Российской Федерации от 04.12.2007 г. №329-Ф3 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования Российской Федерации, Министерства Здравоохранения Российской Федерации, Госкомспорта Российской Федерации и Российской Академии образования от 16 июля 2002 г. №2715/227/166/19 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»;
- письмо Министерства образования Российской Федерации от 31.10. 2003 г. №13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»;
- письмо Минобрнауки России от 30.05.2012 № МД-583/19 «О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья».
- письмо Минобрнауки России от 20 июля 2015 г. № 09-1774 «О направлении учебно-методических материалов»;
- Методическое письмо Министерства Просвещения РСФСР от 15.06.1987 г. №105/33-24 «О направлении методических рекомендаций «Организация занятий по физическому воспитанию школьников, отнесенных к специальной медицинской группе»;

1.2. Данное Положение является локальным нормативным актом, регламентирующим деятельность преподавателя и студентов на учебных и внеаудиторных занятиях по физической культуре в Частном профессиональном образовательном учреждении «Светлоградский многопрофильный колледж».

2. Порядок определения физической нагрузки в зависимости от медицинской группы

2.1. В целях дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры все обучающиеся колледжа в зависимости от состояния здоровья распределяются на 3 медицинские группы: основная, подготовительная, специальная. Специальная медицинская группа включает в себя специальную медицинскую группу "А" (оздоровительная) и специальную

"Б" (реабилитационная).

2.2. Комплектование медицинских групп осуществляется на основании заключения о состоянии здоровья, оценки функциональных возможностей организма (по типу реакции кардио-респираторной системы на дозированную физическую нагрузку) и уровня физической подготовленности обучающегося.

2.3. Занятия в медицинских группах отличаются объемом физической нагрузки, а также требованиями к уровню освоения учебного материала.

2.4. **К основной медицинской группе** для занятий физической культурой (I группа) относятся обучающиеся:

- 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 обучающимся разрешаются занятия в полном объеме по учебной программе физического воспитания с использованием профилактических технологий, подготовка и сдача тестов индивидуальной физической подготовленности.

2.5. **К подготовительной медицинской группе** для занятий физической культурой (II группа) относятся обучающиеся:

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

Обучающимся, отнесенным к подготовительной медицинской группе, разрешается заниматься физической культурой по программе для основной группы 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.

2.6. **К специальной медицинской группе (СМГ)** относятся обучающиеся, имеющие отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, которые позволяют выполнять обычные учебные

нагрузки, но являются противопоказанием к занятиям по учебной программе физического воспитания.

В зависимости от тяжести и характера заболевания обучающегося, отнесенные к СМГ, делятся на подгруппы - «А» и «Б», с целью более дифференцированного подхода к назначению двигательных режимов.

Подгруппа «А» - обучающиеся, имеющие отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера после травм и перенесенных заболеваний, требующие ограничения физических нагрузок, но допущенные к выполнению учебной и производственной работы в учебных заведениях.

Подгруппа «Б» - обучающиеся, имеющие значительные отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, серьезные хронические заболевания, требующие существенного ограничения физических нагрузок (занятия в медицинском учреждении в группах ЛФК или посещение занятий физической культуры с выполнением ЛФК в соответствии со своим заболеванием)ю

Подгруппы «А» и «Б» определяются для занятий физической культурой на основании заключения врача.

Обучающиеся, относящиеся к СМГ, занимаются в специально сформированных группах, выполняют упражнения, не противоречащие их заболеванию (лечебно-физкультурный комплекс, оздоровительная ходьба, общая физическая подготовка) и находятся под постоянным наблюдением преподавателя.

Посещение занятий обучающимися, отнесенным к специальной медицинской группе здоровья, является обязательным. Во время занятий физической культурой данные обучающиеся в спортивной форме находятся вместе с группой в спортивном зале или на спортивной площадке

3. Допуск к занятиям по дисциплине «Физическая культура»

3.1. Учебный процесс осуществляется в учебных группах, которые организуются в начале учебного года на каждом курсе на основании:

- результатов медицинского обследования;
- интереса обучающихся и их отношения к конкретному виду (видам) спорта.

3.2. Работа по врачебному контролю за состоянием здоровья обучающихся проводится в организациях здравоохранения (поликлиниках), осуществляющих медицинское обследование состояния их здоровья в течение всего периода обучения в колледже.

Врачебное обследование обучающихся проводится до начала учебных занятий по физическому воспитанию на 1 курсе и повторно на всех

последующих курсах в начале каждого учебного года, а также перед спортивными соревнованиями. Для распределения студентов по медицинским группам куратор учебной группы составляет список студентов, согласно которому издается приказ по колледжу «О распределении студентов по медицинским группам для занятий по физической культуре». Списки обучающихся, отнесенных к медицинским группам, утверждаются приказом директора колледжа и вносятся в журнал теоретических занятий в раздел «Данные медицинского осмотра». В списках обучающихся специальных медицинских групп должны быть указаны системы организма, в которых обнаружены отклонения.

3.3. Изменения в состоянии здоровья (функциональные нарушения, заболевания, травмы) и функциональных возможностях организма, возникшие за летний период, учитываются при распределении на медицинские группы на текущий учебный год по результатам обследования в сентябре.

3.4. Справка (оригинал) с результатами медицинского обследования (врачебного контроля) обучающимися передаются секретарю учебно-методического отдела, который, в свою очередь, передает их соответствующему преподавателю дисциплины «Физическая культура».

3.5. Преподаватели на основании результатов медицинского обследования распределяют обучающихся по группам здоровья в срок до 15 сентября текущего учебного года.

3.6. Обучающиеся, не прошедшие медицинское обследование (не предоставившие медицинские справки), к учебным занятиям по дисциплине «Физическая культура» не допускаются.

3.7. В случае изменения медицинской группы обучающегося, переход обучающегося в соответствующую учебную группу осуществляется в течение семестра.

3.8. После болезни обучающиеся обязаны предоставить в учебно-методический отдел оригинал справки из медицинского учреждения о пропущенных по болезни занятиях и копию этой справки преподавателю учебной дисциплины «Физическая культура».

3.9. Промежуточная аттестация обучающихся, освобожденных от физических нагрузок, проходит в форме подготовки и защиты реферата и (или) контрольной работы.

3.10. Медицинские противопоказания к выполнению физических упражнений.

а) Перед началом занятия физической культурой преподавателю следует проконтролировать самочувствие обучающихся.
б) Не разрешается допускать к занятиям физической культурой обучающихся при:

- наличии жалоб на боли различной локализации, головокружение, тошноту, слабость, сердцебиение;
- остром периоде заболевания (повышение температуры тела, озноб, катаральные явления и др.);
- травматическом повреждении органов и тканей организма (острый период): ушиб, рана, растяжение, гематома и др.;
- опасности кровотечения (носовое кровотечение в день занятия, состояние после удаления зуба, менструальный период);
- выраженном нарушении носового дыхания;
- выраженной тахикардии или брадикардии (с учетом возрастно-половых нормативов).

Приведенные выше противопоказания относятся к обучающимся всех медицинских групп для занятий физической культурой и чаще всего носят временный характер.

4. Требования к внешнему виду и посещению уроков

4.1. Уроки физической культуры посещают все обучающиеся, имея с собой спортивную форму в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока, согласно требованиям техники безопасности и охраны труда.

4.2. Спортивная форма обучающихся включает в себя: спортивный костюм, шапку, футболку, носки, спортивную обувь (кеды или кроссовки).

4.3. При пропуске занятий физической культуры обучающийся обязан подтвердить причину отсутствия заверенной медицинской справкой или иным официальным документом, который передаётся куратору учебной группы (оригинал) и преподавателю физкультуры (копия).

4.4. Все обучающиеся, освобождённые от физических нагрузок, находятся в помещении спортивного зала, или на стадионе (под присмотром преподавателя физической культуры).

4.5. Преподаватель физической культуры определяет вид, степень и уровень физических или иных занятий с освобожденными от практических занятий обучающимися на предстоящее занятие (возможно, так же теоретическое изучение материала, оказание посильной помощи в судействе или организации урока).

4.6. Обучающийся, который не имеет спортивной формы, к занятиям физической культурой не допускается; обучающийся должен находиться на занятии по физической культуре, теоретически изучать учебный материал, преподаваемый во время урока, и выполнять все указания преподавателя физкультуры.

4.7. Неудовлетворительная оценка за отсутствие спортивной формы на уроке обучающемуся не выставляется, но выставляется отметка за работу на уроке.

4.8. Если ученик не приносит спортивную форму на занятие по физической культуре, преподаватель обязан сообщить об этом куратору учебной группы и в учебно-методический отдел.

4.9. Освобожденным обучающимся нельзя пользоваться на занятии телефоном, планшетом, ноутбуком.

5. Формы и методы организации физического воспитания

5.1. Физическое воспитание осуществляется на протяжении всего учебного процесса в следующих основных формах:

- учебные аудиторные занятия;
- самостоятельные занятия физическими упражнениями, спортом, занятия в спортивных клубах и секциях;
- массовые оздоровительные физкультурные и спортивные мероприятия.

5.2. Период изучения общеобразовательных предметов происходит параллельно с получением среднего профессионального образования по программам подготовки специалистов среднего звена в течение I - III курсов.

5.3. При реализации учебной программы по дисциплине «Физическая культура» преподавателем физической культуры на занятиях должна учитываться, регламентироваться и контролироваться специфика и распределение физической нагрузки.

5.4. Содержание учебной дисциплины Физическая культура состоит из 2-х разделов:

- теоретический раздел учебной дисциплины «Физическая культура» включает: понятия, термины, ведущие научные идеи, теории, принципы, положения, раскрывающие сущность явлений в физической культуре, объективные связи между ними; научные факты, объясняющие и формирующие убеждения; рекомендации по практическому использованию полученных знаний и приобретению необходимого опыта в реализации физического самовоспитания;
- практический раздел: является органическим продолжением обязательного теоретического раздела и реализуется на уроках согласно расписанию, а также на занятиях в спортивных секциях и самостоятельных занятиях физическими упражнениями, где совершенствуется физическая подготовка обучающихся в объеме требований ФГОС СПО, расширяются теоретические знания, повышается спортивное мастерство обучающихся и их успеваемость.

5.5. Внеаудиторная самостоятельная работа по физической культуре дополняет учебную работу и решает одну из задач физического воспитания по дальнейшему развитию физических качеств и совершенствованию двигательных умений и навыков, приобретенных обучающимися на учебных занятиях.

6. Планирование и учет работы по физическому воспитанию

6.1. Документами планирования учебной работы по физическому воспитанию являются: рабочая программа; фонд оценочных средств; методические указания по практическим и самостоятельным работам обучающихся.

6.2. Документами учета результатов учебной работы по физическому воспитанию является:

– журнал учета теоретических занятий, в котором отражаются текущие показатели успеваемости обучающихся по учебной дисциплине «Физическая культура»;

– зачетно-экзаменационные ведомости.

6.3. Внеаудиторная физкультурная и спортивная работа планируется и проводится за счет различных форм внеаудиторных занятий в спортивных секциях в Колледже и за его пределами и учитывается в журнале самостоятельной работы (секций) по физической культуре. Для этого в Колледже созданы условия, в том числе обеспечение спортивным инвентарем и оборудованием, для проведения комплексных мероприятий по физкультурно-спортивной подготовке. Обучающимся предоставлена возможность использовать объекты спорта и спортивное оборудование.

7. Цели, задачи и содержание физического воспитания обучающихся, отнесенных к СМГ

7.1. Целью организации учебных занятий по физическому воспитанию обучающихся, по состоянию здоровья отнесенных к специальной медицинской группе, является создание условий для оздоровления обучающихся, имеющих отклонения в здоровье.

7.2. Основными задачами физического воспитания обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, являются:

– укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию и закаливанию организма;

- повышение функционального уровня органов и систем, ослабленных болезнью;
- повышение физической и умственной работоспособности;
- повышение защитных сил организма и сопротивляемости;
- формирование правильной осанки;
- освоение основных двигательных умений и навыков;
- воспитание морально-волевых качеств;
- воспитание интереса к самостоятельным занятиям физическими
- упражнениями и внедрение их в режим дня обучающегося.

7.3. Организация занятий по физическому воспитанию обучающихся, отнесенных к СМГ, осуществляется следующим образом:

7.3.1. Обучающиеся отнесенные к специальной медицинской группе (подгруппе «А» и «Б») занимаются в учебной группе, при этом дифференцируется нагрузка с учетом индивидуальных особенностей и отклонений в здоровье.

7.3.2. Совершеннолетние, обучающиеся полностью освобожденные от физических нагрузок (подгруппа «Б») получают теоретические задания и выполняют их дома, затем, по графику составленному преподавателем, посещают занятия и сдают теоретические задания.

7.3.3. Обучающиеся специальной медицинской группы «Б» могут посещать медицинское учреждение и заниматься в группах ЛФК согласно своему заболеванию при предоставлении справки соответствующего образца (Приложение №).

8. Педагогический контроль и оценка успеваемости обучающихся

8.1. Для наблюдения и контроля за динамикой и физической подготовленностью обучающихся на всех курсах обучения в начале и в конце учебного года проводятся тесты, позволяющие эффективно оценивать уровень развития основных физических качеств.

8.2. Оценка успеваемости (зачет, дифференцированный зачет) по дисциплине «Физическая культура» выставляется по данным текущего учета и специальной проверки знаний, умений и навыков. При выставлении оценки принимается во внимание степень усвоения теоретических знаний и результаты выполнения контрольных упражнений и нормативов.

8.3. Обучающиеся Колледжа, в случае невыполнения ими по объективным причинам отдельных контрольных упражнений и нормативов в установленные сроки, по решению преподавателя физического воспитания и

заключению врача могут быть положительно аттестованы при условии регулярного посещения ими учебных занятий.

8.4. Оценка успеваемости обучающихся, отнесенных к подготовительной медицинской группе, проводится на общих основаниях, за исключением тех упражнений, которые им противопоказаны.

8.5. Итоговая оценка по физической культуре обучающемуся специальной медицинской группы 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.

8.6. При оценивании и аттестации обучающихся специальной медицинской группы, подгруппы «А», преподаватель руководствуется требованиями рабочих программ дисциплины «Физической культура» ЧПОУ «СМК». Положительная отметка выставляется обучающемуся, который регулярно посещал занятия физической культуры, выполнял задания преподавателя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастикой.

8.7. Обучающиеся специальной медицинской группы, подгруппы «Б», оцениваются в виде устного опроса, написания рефератов, тестирования, составления презентаций и других теоретических материалов, а также в виде практических занятий с выполнением комплексов ЛФК освоенных согласно своему заболеванию (Приложение № 4), с последующей итоговой аттестацией по дисциплине «Физическая культура».

8.8. Обучающиеся специальной медицинской группы, подгруппы «Б», на основании представленной справки установленного образца (Приложение №3), выданной медицинским учреждением о прохождении курса ЛФК, оцениваются в ЧПОУ «СМК».

8.9. Оценивание и аттестация обучающихся специальной медицинской группы, подгруппы «Б», полностью освобожденных от физических нагрузок осуществляется по теоретическим знаниям (тестирование, написание реферата, составление презентации, комплексов физических упражнений и др.) с выставлением зачета.

8.10. Текущие оценки и итоговые оценки за семестр, год выставляются преподавателем физической культуры в журнал теоретических занятий.

8.11. Возможные формы контроля знаний и умений обучающихся отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе:

- тестирование; устное сообщение по теоретическим заданиям;
- написание реферата с последующей защитой;
- составление исследовательских проектов, презентаций;
- составление комплексов упражнений по профилю заболевания;

– практическое выполнение упражнений по профилю заболевания.

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

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

9. Порядок отработки пропущенных занятий

9.1. Занятия, пропущенные по уважительной причине, не отрабатываются.

9.2. В случае непосещения обучающимися уроков физической культуры по неуважительной причине, преподаватель обязан поставить в известность куратора учебной группы и учебно-методический отдел колледжа.

9.3. Если обучающийся не посещал уроки физической культуры без уважительной причины, преподаватель физкультуры в графе оценка ставит «не аттестован - н/а», и эта оценка является отрицательной. Пропущенные занятия обучающийся должен отработать, согласно КТП до начала зачетно-экзаменационной сессии.

9.4. Обучающиеся, пропустившие занятия по неуважительной причине, выполняют задание преподавателя физической культуры с получением оценки.

9.5. Преподаватель физической культуры определяет вид дополнительного задания для обучающегося, пропустившего занятие по неуважительной причине:

а) Для обучающихся в основной группе:

– полная отработка пропущенного занятия по теме в соответствии с календарно-тематическим планированием.

б) Для обучающихся в подготовительной или специальной группах:

– теоретическое изучение материала;
– подготовка сообщений и рефератов.
– составление памяток, инструкций по вопросам личной гигиены и здорового образа жизни;
– посильная помощь в судействе или организации занятий.

10. Критерии оценивания обучающегося на занятиях по физической культуре

10.1. Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры по пятибалльной системе.

Оценка ***5 (отлично)*** выставляется**,** если обучающийся:

1. Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
2. Выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.
3. Обучающийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом стойко мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть существенные положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем.
4. Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия. Успешно сдаёт или подтверждает все требуемые на уроках нормативы по физической культуре, для своего возраста.
5. Выполняет все теоретические или иные задания преподавателя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказание посильной помощи в судействе соревнований между группами или организации классных спортивных мероприятий, а также необходимыми навыками и знаниями теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Оценка ***4 (хорошо)*** выставляется, если обучающийся:

1. Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
2. Выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.
3. Обучающийся, имеющий отклонения в состоянии здоровья, при этом мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены преподавателем.
4. Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия. Успешно сдаёт или

подтверждает 80% всех требуемых на уроках нормативов по физической культуре, для своего возраста.

5. Выполняет все теоретические или иные задания преподавателя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказание посильной помощи в судействе или организации урока, а также необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Оценка ***3 (удовлетворительно)*** выставляется, если обучающийся:

1. Имеет с собой спортивную форму в не полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
2. Выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.
3. Обучающийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом старателен, мотивирован к занятиям физическими упражнениями, есть незначительные, но положительные изменения в физических возможностях обучающегося, которые могут быть замечены учителем физической культуры.
4. Продемонстрировал несущественные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение полугодия.
5. Частично выполняет все теоретические или иные задания преподавателя, навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Оценка ***2 (неудовлетворительно),*** выставляется, если обучающийся:

1. Не имеет с собой спортивной формы в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
2. Не выполняет требования техники безопасности и охраны труда на уроках физической культуры.
3. Обучающийся, не имеющий выраженных отклонений в состоянии здоровья, при этом не имеет стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями. Нет положительных изменений в физических возможностях обучающегося, которые должны быть замечены учителем физической культуры.
4. Не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств.

5. Не выполнял теоретические или иные задания преподавателя, не овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

11. Работа с родителями по профилактике детского травматизма и несчастных случаев на занятиях физической культуры и спорта

Цель профилактической работы с родителями - объяснение рисков и возможности возникновения проблемных ситуаций, угрожающих здоровью и безопасности обучающихся, повышение уровня информированности родителей по данной проблеме, обозначение правил, с которыми необходимо ознакомить обучающегося в семье, организация совместных действий педагогов и родителей, повышающих эффективность принимаемых мер.

Основное направление работы - информационное, разъяснение необходимости постоянного внимания к состоянию здоровья обучающихся, оперативного информирования педагогов о возможных проблемах или ухудшении состояния здоровья обучающегося, обучение их безопасному поведению, самоконтролю за самочувствием при выполнении физических нагрузок.

Формами организации работы с родителями по профилактике травматизма и несчастных случаев на занятиях физической культуры и спорта:

- анкетирование, тестирование, опрос;
- круглый стол родителей, педагогов, медицинских работников, психологов;
- совместные учебные проекты здоровьесберегающей направленности; педагогические советы с участием родителей; родительский лекторий; родительские конференции;
- семейные конкурсы;
- презентация опыта семейного воспитания по профилактике детского травматизма в средствах массовой информации;
- участие родителей в оформлении информационных уголков по профилактике травматизма в быту, на улице, в транспорте и др.).

Приложение N 1

ФОРМА СПРАВКИ
О ПРОХОЖДЕНИИ КУРСА ЛФК ОБУЧАЮЩИМСЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ "Б"

СПРАВКА N ____

Выдана (Ф.И.) _____
Дата рождения _____
обучающемуся общеобразовательного учреждения N _____
в том, что он(а) прошел (прошла) _____ курсов _____ занятий
количество прописью количество прописью
лечебной физической культуры
в _____
название ЛПУ
Подпись и личная печать лечащего врача _____
Подпись руководителя/заместителя ЛПУ _____
дата выдачи справки _____ круглая печать ЛПУ

ЛИНИЯ ОТРЕЗА

Контрольный талон к справке о прохождении курса ЛФК
обучающимся специальной медицинской группы "Б"
N ____

1. Фамилия, имя, отчество _____
_____
2. Домашний адрес _____
_____
3. Общеобразовательное учреждение _____
4. Ф.И.О. лица, выдавшего справку _____

Дата выдачи "__" _____ 20__ г.

Приложение 2

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ И ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, ОТНЕСЕННЫХ ПО СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ К СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ

Примерные вопросы

1. Что такое "здоровый образ жизни"?
2. Что значит "рациональный режим питания"?
3. Что называют "рациональным режимом двигательной активности"?
4. Чем характеризуется здоровый досуг?
6. Зачем нужно заниматься физической культурой учащимся, которые по состоянию здоровья отнесены к специальной медицинской группе?
7. Какие физические упражнения полезно тебе выполнять с учетом твоего заболевания?
8. Какие правила надо соблюдать при составлении и выполнении комплекса корригирующей гимнастики при твоем заболевании?
9. Какие правила надо соблюдать при составлении и выполнении комплекса утренней гимнастики при твоем заболевании?
10. Как сформировать правильную осанку?
11. Какие ты знаешь правила оказания первой медицинской помощи при травме руки (ноги), полученной во время занятий физической культурой?
12. Какие меры предосторожности нужно соблюдать при выполнении физических упражнений?
13. Какие бывают дыхательные упражнения, зачем они нужны и как выполняются?
14. Какие релаксационные упражнения ты знаешь, зачем они нужны и как выполняются?
15. Как влияют регулярные занятия физической культурой на состояние организма?
16. Что такое физическая подготовленность и как ее оценивают?
17. Какие ты знаешь основные физические качества?
18. Как можно контролировать свое состояние во время занятий физической культурой?
19. Какие виды оздоровительной физической культуры тебе известны?

Примерные виды практических заданий
(выполняются при отсутствии противопоказаний)

1. Комплекс упражнений ежедневной утренней зарядки.
2. Комплекс упражнений дыхательной гимнастики.
3. Комплекс упражнений корригирующей гимнастики (при конкретном заболевании).
4. Комплекс упражнений для развития силы рук (ног; спины; брюшного пресса).
5. Комплекс упражнений для развития координации движений.
6. Комплекс упражнений для развития быстроты.
7. Комплекс упражнений для развития общей выносливости.
8. Комплекс упражнений для развития гибкости.
9. Комплекс упражнений для формирования правильной осанки.
10. Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия.
11. Самостоятельно составить комплекс упражнений утренней зарядки (из предложенного набора физических упражнений) и выполнить его.
12. Показать способы оказания первой медицинской помощи при травме руки.
13. Показать способы оказания первой медицинской помощи при травме ноги.
14. Выполнить упражнения из изученных подвижных игр (броски мяча в баскетбольное кольцо; ведение мяча в баскетболе; подача мяча в волейболе; прием мяча в волейболе; элементы челночного бега и т.п.).
15. Выполнить броски теннисного мяча в цель (без учета результата).

Приложение 3

ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ,
ВЫПОЛНЕНИЕ КОТОРЫХ ОКАЗЫВАЕТ ПОТЕНЦИАЛЬНО ОПАСНОЕ
ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ

Физические упражнения	**Потенциально опасное воздействие на организм ребенка**
Кувырки через голову вперед и назад	Избыточное давление на шейный отдел позвоночника: компрессия межпозвонковых дисков, нервов и сосудов шеи; повышение внутричерепного давления. Высокий риск травмы шейного отдела позвоночника.
Упражнение "мостик"	Переразгибание в шейном и поясничном отделе позвоночника с патологическим раздражением рецепторов; повышение внутричерепного давления. Высокий риск компрессии корешков спинномозговых нервов и сосудистых нарушений.
Стойка на голове, на руках. Упражнение "березка", "плуг"- из исходного положения (далее - и.п.) лежа на спине поднимание выпрямленных ног и опускание их за голову	Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат позвоночника, повышение артериального и внутричерепного давления. Риск нарушения кровообращения, травмы шейного отдела позвоночника и возникновения грыжи.
Высокоамплитудные и (или) резкие движения головой: круговые движения, повороты в стороны, наклоны, особенно запрокидывание головы назад	Переразгибание в шейном отделе позвоночника с патологическим раздражением рецепторов. Высокий риск компрессии корешков спинномозговых нервов и сосудов шеи с последующими неврологическими и сосудистыми нарушениями.
Высокоамплитудные и (или) резкие движения туловища (круговые, наклоны), особенно с отягощением (утяжеленный мяч, гантели)	Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат позвоночника, повышение внутрибрюшного давления, особенно при резком глубоком наклоне вперед с выпрямленными ногами. Риск смещения межпозвонковых дисков и возникновения грыжи.
Глубокий прогиб туловища назад, в том числе из и.п. лежа на животе: упражнения "качалка", "лодочка", "лук".	Разгибательная перегрузка шейного и поясничного отдела позвоночника, компрессия корешков спинномозговых нервов. Риск травмы связочно-мышечного аппарата позвоночника, возникновения неврологических и сосудистых нарушений.
Висы без опоры, подтягивание на перекладине и др. спортивных снарядах. Лазанье по канату	Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат позвоночника и верхних конечностей, повышение внутрибрюшного давления, большая нагрузка на сердечно-сосудистую систему. Риск травмы плеча, возникновения грыжи, опущения внутренних органов.
Высокоамплитудные и (или) резкие маховые движения ногой, особенно махи назад с прогибом туловища из и.п. сидя с опорой на голени и кисти	Избыточная нагрузка на поясничный отдел позвоночника: значительное растяжение связочно-мышечного аппарата позвоночника, сдавливание межпозвонковых дисков; повышение внутрибрюшного давления. Риск травмы связочно-мышечного аппарата позвоночника, возникновения грыжи.
Многократно повторяющееся в быстром темпе одновременное поднимание выпрямленных ног из и.п. лежа на спине	Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат нижней половины туловища и нижних конечностей, повышение внутрибрюшного давления. Риск возникновения грыжи и патологической подвижности почек.
Многократно повторяющийся в быстром темпе подъем туловища из положения лежа на спине в положение сидя, особенно при	Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат шейного и поясничного отдела позвоночника, повышение артериального и внутрибрюшного давления.

фиксации выпрямленных ног и из и.п. сидя на скамейке опускание и поднимание туловища с глубоким прогибом назад	Риск травмы связочно-мышечного аппарата позвоночника, возникновения грыжи и патологической подвижности почек.
Высокоамплитудные и (или) резкие повороты туловища (скручивающие) из разных и.п., в том числе из и.п. лежа на спине опускание согнутых ног вправо-влево до касания пола	Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат позвоночника, повышение внутрибрюшного давления. Риск травмы связочно-мышечного аппарата позвоночника, смещения межпозвонковых дисков, ущемления спинномозговых нервов, возникновения грыжи.
Упражнения: - "удержать угол" - "ножницы"	Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат нижней половины туловища и нижних конечностей, повышение внутрибрюшного давления. Риск повреждения связок в паховой области, возникновения грыжи, патологической подвижности почек и сосудистых нарушений (в т.ч. варикозного расширения вен).
Глубокий выпад с сильным сгибанием в коленном суставе, сед в "полушпагат"	Риск повреждения связок в паховой области. Риск повреждения связок коленного сустава, смещения надколенника.
Бег в быстром темпе, особенно на средние и длинные дистанции	Значительная нагрузка на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную систему. Риск травмы связочно-мышечного аппарата нижних конечностей, прогрессирования отклонений костно-мышечной системы. Риск возникновения острой сердечной недостаточности, обострения хронических заболеваний.
Прыжки в быстром темпе продолжительное время (особенно асимметричные, с поворотами); спрыгивание на твердую поверхность	Значительная нагрузка на опорно- двигательный аппарат, сердечно-сосудистую систему, повышение внутричерепного давления. Риск травмы связочно-мышечного аппарата нижних конечностей, прогрессирования отклонений костно-мышечной системы, обострения хронических заболеваний.
Прыжки через спортивные снаряды (через коня, козла)	Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат позвоночника и конечностей, повышение внутрибрюшного давления. Риск травмы позвоночника (особенно копчика), повреждения связок в паховой области, возникновения грыжи.

Приложение 4

Памятка педагогу
Примерные показания для определения медицинской группы при некоторых отклонениях в состоянии здоровья у детей и подростков (по В.И. Дубровскому).

Заболевание, его форма и стадия	Медицинская группа			Занятия ЛФК
	Основная	Подготовительная	Специальная	
Поражение миокарда а) выздоравливающие после перенесенного ревматического миокарда б) миокардиодистрофия	При хорошем состоянии здоровья дают через 2 года после приступа При хорошем состоянии через год после болезни	Не ранее чем через год при отсутствии клинических признаков болезни Не ранее чем через 6 мес., при отсутствии клинических признаков болезни	Не ранее чем через 8-10 месяцев по окончании приступа с начала посещения колледжа	Назначаются в остром периоде и в первые месяцы после окончания острого приступа. В больнице и в домашних условиях
Врожденные пороки сердца без цианоза	—	—	При отсутствии динамических расстройств	В ранние сроки
Послеоперационный период	—	—	При успешных занятиях ЛФК в течение года	До и после операции
Хроническая пневмония	При ремиссии более 1года	Через 1 -2 месяца после лечения	Через 1 -2 месяца после обострения	В течение 1-2 месяцев после заболевания
Бронхиальная астма	Через 2 года после последнего приступа	Не ранее чем через 1 год после приступа после приступа	Если приступы не чаще 1-2 раз в год	При частых приступах
Операции на легких		Через 1 год после операции при нормальном течении послеоперационного периода	Через 4-6 месяцев после операции при нормальном течении послеоперационного периода	В раннем послеоперационном периоде
Туберкулез легких	При отсутствии дыхательной недостаточности, интоксикации	При благоприятном течении заболевания	При благоприятном течении, при дыхательной недостаточности 1 степени	Решается индивидуально

Хронический гастрит, колит	—	При общем хорошем состоянии	При отсутствии обострений в течение 6 месяцев	При не резко выраженной интоксикации и признаках истощен.
Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстно й кишки	—	—	Не ранее чем через 1 год после окончания лечения	Вне обострения, при отсутствии кровотечения, болей
Гемофилия, болезнь Вельгофа	—	—	—	Может быть назначена при очень легкой форме
Хронический пиелонефрит			Вне периода обострения и при отсутствии изменений в сердце	При резких нарушениях с первых дней
Эндокринные заболевания (диабет, ожирение)		Назначается при легких и незначительных нарушениях	При умеренно выраженных нарушениях, недостаточной массе тела	При резких нарушениях с первых дней
Отставание в развитии		Когда показатели роста и массы тела ниже возрастных стандартов	При показателях роста и массы тела ниже возрастных стандартов	В ранние сроки
Грыжа паховая, бедренная, аппендицит	Не ранее чем через полгода после лечения	В течение полгода после возобновления занятий	В течение полугода после операции	В раннем послеоперационн ом периоде
Переломы костей	Не ранее чем через полгода	Через полгода после операции	В течение полу года после операции	С первых дней после операции
Сколиозы и нарушения осанки	При нарушениях осанки	—	—	При сколиозе
Врожденные и приобретенные деформации опорно-двигательного аппарата	При отсутствии нарушения двигательных функций	При не резко выраженных нарушениях двигательной функции, не ранее чем через 1 год занятий в спецгруппе	Решается индивидуально	При существенных нарушениях двигательных функций
Параличи, парезы, ДЦП, полиомиелит	—	—	Решается индивидуально в связи с клиникой и характером изменений мышечной системы	Рекомендуется с первых дней
Хронические болезни органов дыхания	При отсутствии существенных нарушений носового дыхания	При умеренном нарушении носового дыхания	При частых обострениях хронических заболеваний органов дыхания	В стационаре

Хронический отит с перфорацией барабанной перепонки	Противопоказано плавание, прыжки в воду	При отсутствии нарушений функции слуха	При гнойных процессах	После операции
Близорукость	Менее + 3 или - 3 без коррекции зрения	Мене + 3 или - 3 с коррекцией зрения	+ 7 и более	—