


«Согласовано»
На заседании педагогического совета
Протокол № 4
От 13 февраля 2018 г.

«Утверждаю»
Директор ГБПОУ «ТКСиТ»
Е.А. Кузнецова
Приказ № 56-08
От «15» марта 2018 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

об организации занятий по физической культуре со студентами, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе

1. Общие положения

1.1 Настоящее положение составлено в соответствии со следующими нормативно-правовыми регламентирующими документами:

- Федеральным законом «Об образовании» № 273-ФЗ РФ от 29.12.2012г.;
- Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 N329-ФЗ (ред. От 05.12.2017).
- Приказом Министерства Образования РФ и Министерства здравоохранения № 186/272 от 30.06.1992 «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях»;
- Приказом Министерства здравоохранения РФ № 337 от 20.08.2001 г. «О мерах по дальнейшему развитию и совершенствованию спортивной медицины и лечебной физкультуры»
- Приказом Министерства образования Российской Федерации, Министерства Здравоохранения Российской Федерации, Госкомспорта Российской Федерации и Российской Академией образования от 16 июля 2002 года № 2715/227/166/19 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»;
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 30.05. 2012 № МД-583/19 «О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль над организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья»;
- Письмом Министерства образования и науки РФ № 13-51-263/13 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятия физической культурой» от 31.10.2003.

1.2. В соответствии с действующими инструкциями и приказами Министерства здравоохранения РФ, проходят обязательный медицинский осмотр и во время обучения в колледже, за ними осуществляется постоянный врачебный контроль. Студенты, не прошедшие медицинского осмотра, к учебным занятиям физической культурой не допускаются на основании Методических рекомендаций "Медико-педагогический контроль за

организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья". Результаты медосмотра вносятся в журналы теоретического обучения.

На основании данных медицинского осмотра студентов распределяют на следующие группы:

основную, в которую должны входить студенты без отклонений в состоянии здоровья при достаточном физическом развитии. Обучающиеся этой группы допускаются к занятиям по учебной программе физического воспитания в полном объеме.

подготовительную, в которую входят студенты 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, в которую входят студенты, имеющие отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, не являющиеся противопоказанием к выполнению производственной и учебной работы, но требующие ограничения физических нагрузок.

Основные задачи физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальной медицинской группе:

- укрепление здоровья, ликвидация или стойкая компенсация нарушений, вызванных заболеванием;
- повышение морфофункциональных возможностей организма;
- формирование волевых качеств личности и интереса к регулярным занятиям физической культурой;
- воспитание сознательного и активного отношения к ценности здоровья и здоровому образу жизни;
- обучение способам самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера;
- повышение эффективности использования средств физической культуры и спорта для активного отдыха и двигательной реабилитации;
- предотвращение заболеваний, возникающих вследствие гиподинамии и гипокинезии.

2. Организация учебного процесса в специальной медицинской группе (далее СМГ)

2.1. Содержание занятий в СМГ определяется основной учебной программой колледжа, в которой определен объем и структура физической нагрузки, требования к уровню освоения учебного материала. Из практического раздела программы преподавателем, ведущим занятия у студентов специальной медицинской группы (далее – СМГ), исключены

средства физического воспитания, способные вызывать перенапряжения организма, физические упражнения, приводящие к максимальным и близким к ним напряжениям сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата.

2.2. В занятия у студентов СМГ должны быть включены дыхательные упражнения. Для снижения утомления и повышения работоспособности должны широко использоваться упражнения для расслабления мышц.

2.3. В содержании занятий СМГ ограничиваются упражнения, связанные с натуживанием, продолжительными напряжениями, вызывающими длительную задержку дыхания. Также ограничено используются прыжки в длину и в высоту, упражнения на скорость, силу, выносливость. Особое внимание уделяется строго дозированной ходьбе и бегу, т.к. эти виды тренируют и укрепляют сердечно-сосудистую и дыхательную системы. Преподаватель по физической культуре во всех случаях должен соблюдать правильную дозировку нагрузки, совмещение бега, прыжков с умеренной ходьбой, успокаивающими и дыхательными упражнениями.

2.4. Общий объем двигательной активности и интенсивность физических нагрузок, обучающихся СМГ должны быть снижены по сравнению с объемом нагрузки для учащихся основной и подготовительной групп.

2.5. Общие требования к студентам специальной медицинской группы:

- к занятиям физической культурой допускаются только студенты, которые прошли инструктаж по технике безопасности.

- к практическим занятиям физической культурой в СМГ допускаются студенты, имеющие допуск медицинской организации.

- справки врачебной комиссии о назначении студенту СМГ или его полном освобождении от физкультуры должны быть предоставлены преподавателю по физической культуре в течение первой недели с начала семестра.

- студенты должны посещать учебные занятия, указанные в учебном расписании, в объеме часов, запланированных соответствующим учебным планом по направлению подготовки.

- студенты обязаны быть на занятиях в спортивной форме и иметь чистую спортивную обувь (соответствующую покрытию спортплощадки); спортивная форма должна соответствовать температуре в спортивном зале или погодным условиям при занятиях на улице.

- на занятиях студенты обязаны выполнять только те упражнения, которые разрешил выполнять преподаватель и соблюдать индивидуальные медицинские рекомендации.

- в случае плохого самочувствия или получения травмы на занятии студент должен незамедлительно сообщить об этом преподавателю.

- в случае плохого самочувствия или травмы, которые появились после занятий физкультурой, студент обязан незамедлительно проинформировать преподавателя физкультуры.

2.6. Освобождение от уроков физического воспитания допускается лишь с разрешения врача и наличием соответствующей медицинской справки. Студенты, отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (в том числе временное освобождение), обязаны присутствовать на уроках в спортивной форме и выполнять физическую нагрузку в соответствии с программой для обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, и привлекаться в помощь преподавателю для подготовки мест и проведения занятий.

2.7. Медицинский работник осуществляет постоянный врачебно-педагогический контроль за уроками физического воспитания, занятиями секций по видам спорта, за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения занятий физической культурой и спортом, проводит работу по профилактике спортивного травматизма.

3. Оценка результатов учебной деятельности студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе

3.1 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.

3.2. Итоги промежуточного контроля по физической культуре студентов, отнесенных к специальной медицинской группе, определяются по двум разделам: теоретическому и практическому. Итоговая оценка по дисциплине «Физическая культура» студентов специальной медицинской группы выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность), динамики функционального состояния и физической подготовки и результатов промежуточной аттестации.

3.3 Студенты на основании представленной справки установленного образца, выданной медицинским учреждением, полностью освобожденные от занятий физической культурой, оцениваются в образовательном учреждении по разделам: "Основы теоретических знаний" в виде устного опроса или написания рефератов. Примерный перечень вопросов и тем рефератов для проведения промежуточной аттестации в форме зачета, дифференцированного зачета по дисциплине «Физическая культура» приведен в Приложении 2. В диплом о СПО обязательно выставляется оценка по учебной дисциплине «Физическая культура».

Приложение 1

Каждый из обучающихся СМГ имеет свой выбор ограничений двигательной активности, который обусловлен формой и тяжестью его заболевания. Такие ограничения неизбежно накладывают отпечаток на степень развития двигательных навыков и качеств.

В таблице 1 (Приложение 1) перечислены некоторые ограничения, накладываемые на занятия физической культурой в зависимости от наиболее часто встречающейся нозологической формы заболевания.

Таблица 1

Заболевания	Противопоказания и ограничения	Рекомендации
1	2	3
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 выхода
Заболевания почек (нефрит, пиелонефрит, нефроз)	Недопустимы упражнения с высокой частотой движений, интенсивностью нагрузки и скоростно-силовой направленностью, переохлаждение тела	При проведении общеразвивающих упражнений особое внимание уделяется укреплению мышц 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	

Приложение 2

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.

Разработчики



Логинова Н.В., заместитель директора УР

Модестова И.А., руководитель службы профессионального образования, обучения инвалидов и лиц с ОВЗ

Рассмотрено



Антипова А.В., заместитель директора по УВР

Данилова А.Г., заместитель директора по УМР



Мухина А.В., заместитель директора по УПР

Шелуханова О.А., заведующая отделением по специальностям