

СОГЛАСОВАНО
Управляющий совет
МАОУ «Гимназия № 4»
Протокол № 7 от 09.01.2021г.

ПРИНЯТО
Заседание педагогического совета
МАОУ «Гимназия № 4»
Протокол № 1 от 09.01.2021г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МАОУ «Гимназия № 4»
А.Ж. Ершова
Приказ № 1 от 09.01.2021г.

**Положение
об оценивании и аттестации обучающихся, отнесенных по состоянию
здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической
культурой в муниципальном автономном общеобразовательном
учреждении «Гимназия № 4»**

1. Общие положения

1.1 Настоящее Положение об оценивании и аттестации обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой в муниципальном автономном общеобразовательном учреждении «Гимназия № 4» (далее – Положение) разработано в соответствии со следующими нормативными и правовыми актами:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Приказом 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".
- Приказом Министерства образования Российской Федерации, Министерства здравоохранения Российской Федерации, Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту, Российской академии образования от 16 июля 2002 г. N 2715/227/166/19 "О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации".
- Приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 30 декабря 2003 г. N 621 "О комплексной оценке состояния здоровья детей".
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 189 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях".
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 30.05.2012г. № МД-583/19Т» О Методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья»
- Письмом Министерства образования Российской Федерации от 31 октября 2003 г. N 13-51-263/123 "Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой".

1.2. Обучающиеся муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Гимназия № 4» (далее – Гимназия), которые на основании

медицинского заключения и состоянии их здоровья, не могут заниматься физической культурой, по программе для основной группы (10-15% от общей численности учащихся), относятся к специальной медицинской группе (далее - СМГ).

1.3. СМГ условно можно разделить на две подгруппы:

подгруппу «А» (обучающиеся с обратимыми заболеваниями, которые после лечебно-оздоровительных мероприятий могут быть переведены в подготовительную группу);

подгруппу «Б» (обучающиеся с патологическими отклонениями (необратимыми заболеваниями).

1.4. В классном журнале на странице «Листок здоровья» медицинский работник напротив фамилии обучающегося делает отметку: «спецмедгруппа».

1.5. Движение детей по группам здоровья в течение учебного года (из СМГ в подготовительную, далее в основную и наоборот) проводится на основании справки врачебной комиссии детской поликлиники и заявления родителей (законных представителей).

1.5. На основании данных «Листка здоровья» в классных журналах издается приказ по Гимназии «Об отнесении обучающихся к специальной медицинской группе для занятий физической культурой».

2. Врачебно-педагогические аспекты организации и методики занятий с обучающимися в специальных медицинских группах

2.1. Основные задачи физического воспитания обучающихся Гимназии, 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 обучающегося, 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.

2.2. Обучающиеся Гимназии, отнесенные к СМГ, при наличии заявления родителей (законных представителей), занимаются физической культурой на уроках вместе с классом, но по индивидуальной программе. Важнейшее требование к уроку - обеспечение дифференцированного подхода к учащимся с учётом их состояния здоровья, физического развития и двигательной подготовленности.

2.3. Занятия физической культурой в таких классах постоянно контролируются заместителем директора по учебно-воспитательной работе.

2.4. При проведении уроков в классах, в которых есть обучающихся, отнесенные по состоянию здоровья к СМГ, выдерживается общая схема проведения учебного занятия: подготовительная, основная, заключительная часть. Построение занятий для обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к СМГ, не отличается от обычных уроков физического воспитания, но имеет свои принципиальные особенности, которые следует учитывать учителю-предметнику.

Подготовительная часть длится 7-12 минут и состоит из общеразвивающих гимнастических упражнений, проводимых в медленном среднем темпе, чередуясь с дыхательными упражнениями. Нагрузка повышается постепенно, путём выполнения упражнений для различных мышечных групп и увеличения числа повторений каждого движения. Упражнения выполняются из исходных положений – стоя, сидя. Не стоит давать много новых упражнений, поскольку это затрудняет период выработки.

Основная часть продолжающаяся 15-23 минуты, предусматривает развитие адаптивных возможностей организма детей, овладение ими спортивно-прикладными двигательными навыками и развитие физических качеств: гибкости, силы, быстроты, выносливости, ловкости. Уровень физической нагрузки важно повышать своевременно, чтобы не упустить наиболее благоприятный период – середину учебного года. Характер нагрузок должен быть универсальным. Нерационально, например, наращивать силу детей, в ущерб быстроты, ловкости.

В заключительной части занятия (урока) (3-5 м.) дают упражнения восстанавливающие организм после интенсивной физической нагрузки: спокойная ходьба, дыхательные упражнения, упражнения на расслабление и внимание. Подводя итоги занятия, преподаватель должен дать детям индивидуальные задания на дом.

2.5. Во время уроков физической культуры учитель должен контролировать нагрузку по пульсу, дыханию, внешним признакам утомления.

2.6. Во время врачебно-педагогических наблюдений определяется не только адекватность физической нагрузки функциональным возможностям занимающихся, но и оценивается качество урока, т.е. соответствие его

педагогическим принципам: чередование нагрузки для различных мышечных групп, постепенности возрастания и снижения нагрузки, достижения достаточной моторной плотности (в норме она должна составлять не менее 60-75% времени урока). Важнейшими факторами являются также благоприятный эмоциональный фон, привлекательность и эстетичность проведения каждого занятия.

2.7. При проведении занятий физической культурой учителю следует обращать особое внимание и проявлять повышенную осторожность при использовании физических упражнений, потенциально опасных и вредных для здоровья детей (Приложение N 1).

2.8. При наличии заболевания следует строго дозировать физическую нагрузку и исключить физические упражнения, противопоказанные к их выполнению по состоянию здоровья (Приложение N 3).

2. Оценивание обучающихся специальной медицинской группы

3.1. Текущая оценка успеваемости обучающихся Гимназии, отнесенным к СМГ, выставляется по пятибалльной системе.

3.2. При оценивании следует иметь в виду, что дети 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 обучающихся, отнесенных к СМГ, должны быть снижены по сравнению с объемом нагрузки для учащихся основной и подготовительной групп.

Кроме этого, 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.

3.3. Оценивать достижения обучающихся Гимназии, отнесенным к СМГ, по критериям, которые используются для выставления отметки основной группы обучающихся, нельзя. Для обучающихся Гимназии, отнесенным к СМГ, в первую очередь необходимо оценить их успехи в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима.

3.4. При выставлении текущей отметки обучающимся Гимназии, отнесенным к СМГ, необходимо соблюдать особый такт, быть максимально внимательным, не унижать достоинства ученика, использовать отметку таким образом, чтобы она способствовала его развитию, стимулировала его на дальнейшие занятия физической культурой.

3.5. Итоговая отметка по физической культуре обучающимся Гимназии, отнесенным к 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.

3.6. Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре обучающихся, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья должен быть сделан на стойкой их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей. При самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях обучающихся, которые обязательно должны быть замечены учителем и сообщены обучающемуся, родителям (законным представителям), выставляется положительная отметка.

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

3.8. Аттестация обучающихся, отнесенных к СМГ: в аттестаты об основном общем образовании и среднем общем образовании выставляется отметка по физической культуре.

СОГЛАСОВАНО
Совет родителей МАОУ «Гимназия № 4»
Протокол № 1 от 09.01.2021г

СОГЛАСОВАНО
Совет обучающихся МАОУ «Гимназия № 4»
Протокол № 1 от 09.01.2021г

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",	Разгибательная перегрузка шейного и поясничного отдела позвоночника, компрессия корешков

<p>"лодочка", "лук".</p>	<p>спинномозговых нервов. Риск травмы связочно-мышечного аппарата позвоночника, возникновения неврологических и сосудистых нарушений.</p>
<p>Висы без опоры, подтягивание на перекладине и др. спортивных снарядах. Лазанье по канату</p>	<p>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.</p>
<p>Высокоамплитудные и (или) резкие маховые движения ногой, особенно махи назад с прогибом туловища из и.п. сидя с опорой на голени и кисти</p>	<p>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.</p>
<p>Многократно повторяющееся в быстром темпе одновременное поднимание выпрямленных ног из и.п. лежа на спине</p>	<p>Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат нижней половины туловища и нижних конечностей, повышение внутрибрюшного давления. Риск возникновения грыжи и патологической подвижности почек.</p>
<p>Многократно повторяющийся в быстром темпе подъем туловища из положения лежа на спине в положение сидя, особенно при фиксации выпрямленных ног и из и.п. сидя на скамейке опускание и поднимание туловища с глубоким прогибом назад</p>	<p>Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат шейного и поясничного отдела позвоночника, повышение артериального и внутрибрюшного давления. Риск травмы связочно-мышечного аппарата позвоночника, возникновения грыжи и патологической подвижности почек.</p>
<p>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</p>	<p>Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат позвоночника, повышение внутрибрюшного давления. Риск травмы связочно-мышечного аппарата позвоночника, смещения</p>

	межпозвоночных дисков, ущемления спинномозговых нервов, возникновения грыжи.
Упражнения: на - "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

Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений с учетом заболевания

Болезни органов и систем организма	Противопоказания	Ограничения
<p>Органы кровообращения (артериальная гипертензия, компенсированные пороки сердца и др.)</p>	<p>1. Физические нагрузки высокой интенсивности (бег в быстром темпе, прыжки в быстром темпе, эстафеты и др.). 2. Акробатические упражнения (кувырки вперед и назад, "мостик", "березка", стойка на руках и на голове и др.) 3. Упражнения на гимнастических снарядах, в том числе висы без опоры, подтягивание на перекладине, прыжки через коня (козла), упражнения на брусках и кольцах и др. 4. Упражнения, выполнение которых связано с длительной задержкой дыхания, натуживанием</p>	<p>1. Продолжительные физические нагрузки средней интенсивности (бег трусцой, бег в умеренном темпе, подвижные игры и др.) 2. Физические упражнения, направленные на развитие общей и локальной выносливости, скоростно-силовых качеств. 3. Физические упражнения с длительным статическим напряжением мышц. 4. Физические упражнения на тренажерах (необходим индивидуальный подбор тренажера со строгим дозированием физических нагрузок). 5. Физические</p>

		упражнения, вызывающие нервное перенапряжение
Органы дыхания (хронический бронхит, бронхиальная астма, рецидивирующие носовые кровотечения и др.)	1-4 см. противопоказания при болезнях органов кровообращения	1-5 см. ограничения при болезнях органов кровообращения
Мочеполовая система (пиелонефрит, цистит, нарушения менструальной функции и др.)	1-3 см. противопоказания при болезнях органов кровообращения 4. Упражнения, выполнение которых связано с интенсивным напряжением мышц брюшного пресса, натуживанием. 5. Переохлаждение тела	1-4 см. ограничения при болезнях органов кровообращения 5. Упражнения, сопровождающиеся значительным сотрясением тела. 6. Занятия плаванием
Органы пищеварения (хронический гастрит, хронический гастродуоденит, язвенная болезнь, пупочная грыжа и др.)	1-3 см. противопоказания при болезнях органов кровообращения 4. Упражнения, выполнение которых связано с интенсивным напряжением мышц брюшного пресса, натуживанием	1-5 см. ограничения при болезнях органов кровообращения 6. Круговые движения туловища и наклоны, особенно вперед. 7. Упражнения, сопровождающиеся значительным сотрясением
Нервная система (эпилепсия, внутричерепная гипертензия, гипертензионно-гидр оцефальный синдром и др.)	1-3 см. противопоказания при болезнях органов кровообращения 4. Упражнения, выполнение которых связано с длительной задержкой дыхания, натуживанием и значительным наклоном головы	1-5 см. ограничения при болезнях органов кровообращения 6. Упражнения, сопровождающиеся значительным сотрясением тела. 7. Круговые движения головой, наклоны головы
Костно-мышечная	1-3	1-4

<p>система (плоскостопие, сколиоз, лордоз, кифоз, выраженные нарушения осанки, в том числе кифосколиотическая, плоская спина и др.)</p>	<p>см. противопоказания при болезнях органов кровообращения</p>	<p>см. ограничения при болезнях органов кровообращения 5. Упражнения, сопровождающиеся значительным сотрясением тела</p>
<p>Органы зрения (миопия средней и высокой степени, гиперметропия средней и высокой степени, астигматизм и др.)</p>	<p>1-3 см. противопоказания при болезнях органов кровообращения 4. Упражнения, выполнение которых связано с запрокидыванием и значительным наклоном головы, натуживанием, резким изменением положения тела. 5. Упражнения, требующие напряжения органов зрения (упражнения в равновесии на повышенной опоре и др.)</p>	<p>1-5 см. ограничения при болезнях органов кровообращения 6. Упражнения, сопровождающиеся значительным сотрясением тела (прыжки в высоту, с разбега, спрыгивания и др.)</p>
<p>Эндокринная система (ожирение, сахарный диабет и др.)</p>	<p>1-3 см. противопоказания при болезнях органов кровообращения. 4. Упражнения, выполнение которых связано с интенсивным напряжением мышц брюшного пресса, натуживанием</p>	<p>1-5 см. ограничения при болезнях органов кровообращения. 6. Упражнения, сопровождающиеся значительным сотрясением тела (прыжки в высоту, с разбега, спрыгивания и др.)</p>