государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №2 города Сызрани городского округа Сызрань Самарской области

ПРИНЯТО
на заседании педагогического совета
ГБОУ СОШ №2 г. Сызрани
Протокол №1 от 30.08.2023г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ №2 г.Сызрани
_____Ахмерова Л.И.
Приказ № 632/1 от 01.09.2023г.

Положение

об организации занятий физической культурой обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе в ГБОУ СОШ №2 г. Сызрани

C=RU, O=ГБОУ СОШ №2 г.Сызрани,
CN=Ахмерова Людмила Ивановна,
E=school2_zsr@samara.edu.ru
00e14cdcd67424bff4
2023.11.09 18:19:15+04'00'

1. Общие положения.

1.1 Настоящее Положение об организации занятий с учащимися, отнесенными к специальной медицинской группе (далее СМГ) по физической культуре (далее – Положение) регулирует деятельность специальной медицинской группы по физической культуре в ГБОУ СОШ №2 г. Сызрани (далее – ОУ).

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

1.2.1. Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

1.2.2. Федеральный Закон Российской Федерации от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

1.2.3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.05.2012 №МД-583/19 «О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой учащихся с отклонениями в состоянии здоровья»;

1.2.4. Правила определения медицинских групп для занятий несовершеннолетними физической культурой, утвержденные приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 10.08.2017 № 514н;

1.2.5. Письмо Минобразования России органам управления образованием от 31.10.2003 г. № 13-51-263/13 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»;

1.2.6. Устав ГБОУ СОШ №2 г. Сызрани .

1.3 Основные цели и задачи физического воспитания учащихся, отнесенных к СМГ
- Укрепление здоровья, ликвидация или стойкая компенсация нарушений, вызванных заболеванием.
- Улучшение показателей физического и моторного развития.
- Освоение жизненно важных двигательных умений, навыков и качеств.
- Постепенная адаптация организма к физическим нагрузкам, расширение диапазона функциональных возможностей организма.
- Закаливание организма, повышение его защитных сил и сопротивляемости.
- Воспитание сознательного и активного отношения к ценности здоровья и здоровому образу жизни.
- Воспитание навыка регулярного выполнения оздоровительных упражнений, рекомендованных учащемуся с учетом особенностей имеющегося у него заболевания.
- Обучение способам самоконтроля при выполнении физических нагрузок.
- Освоение правил личной гигиены, рационального режима труда и отдыха, полноценного и рационального питания.

2. Основные термины и понятия

К **специальной медицинской группе (СМГ)** относят тех детей, чье состояние здоровья требует занятий физическими упражнениями по отдельной программе, учитывающей особенности их здоровья (III-IV группы здоровья). Занятия для детей, отнесенных к СМГ, являются обязательными и включаются в структуру общей учебной нагрузки учащегося.

Ответственность за их посещение возлагается на учителя, ведущего эти занятия, классного руководителя и контролируется заместителем директора по УВР.

В рамках СМГ выделяют **подгруппу А** с отклонениями в состоянии здоровья постоянного или временного характера (после травм и перенесенных заболеваний), требующими ограничения объема и интенсивности физических нагрузок, но допускающими выполнение специализированной учебной программы по ФВ в учебных заведениях в щадящем режиме. Если здоровье и показатели физического развития этих детей будут улучшаться, впоследствии их можно перевести в подготовительную группу. Учащиеся, отнесенные к подгруппе А, занимаются ФК по специальной программе в учебном заведении под руководством преподавателя ФК.

Подгруппа Б - дети, имеющие значительные отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, в том числе серьезные хронические заболевания, требующие существенного ограничения объема и интенсивности физических нагрузок (в зависимости от характера и тяжести заболевания) и выполнения физических упражнений лечебного (ЛФК) или оздоровительного характера под контролем квалифицированного педагога и врача. Учащиеся, отнесенные к подгруппе Б, могут заниматься ФК в поликлинике под руководством специально подготовленного медицинского работника по индивидуальным программам.

При прогрессирующем улучшении состояния здоровья дети подгруппы Б могут быть по рекомендации лечащего врача переведены в подгруппу А. Перевод из одной медицинской группы в другую производится после дополнительного врачебного обследования и педагогического тестирования по итогам учебной четверти, полугодия, учебного года.

Обучающиеся, освобожденные от физических нагрузок по медицинским показаниям, во время урока находятся вместе с классом.

3. Периодизация образовательного процесса

Учебный процесс учащихся СМГ делится на два периода - подготовительный и основной.

Основная цель подготовительного периода (приблизительно сентябрь-декабрь): овладение навыками правильного дыхания, освоение техники простейших упражнений, постепенное развитие адаптации организма занимающихся к физическим нагрузкам за счёт умеренного воздействия с помощью физических упражнений на все органы и системы.

Задачи подготовительного периода:

- постепенно подготовить сердечно-сосудистую и дыхательную системы, весь организм школьников к выполнению физической нагрузки;
- воспитать у учащихся потребность систематических занятий физическими упражнениями;
- научить быстро находить и правильно считать пульс;
- обучить элементарным правилам самоконтроля (судить о состоянии здоровья по самочувствию, характеру сна, наличию аппетита, по различной степени утомляемости на уроке физкультуры).

В первые 6-8 недель занятий с учащимися необходимы специальные (показанные при каждом конкретном заболевании) упражнения, которые должны применяться в сочетании с общеразвивающими упражнениями. При их подборе необходимо учитывать характер заболеваний, уровень функциональных возможностей, данные физического развития и подготовленности каждого учащегося.

В основной период - приблизительно декабрь-май - осуществляются более интенсивные тренировки организма, имеющие целью восстановление нарушенных функций, повышение адаптационно-компенсаторных возможностей организма, обучение новым двигательным навыкам и их совершенствование.

В процессе занятий физической культурой ставятся задачи образовательного характе-

ра: ознакомление с определёнными двигательными действиями, обучение технике движений, её совершенствование.

Длительность основного периода зависит от приспособленности организма школьника к физическим нагрузкам, от состояния его здоровья, от пластичности и подвижности нервной системы.

Основной период предшествует переводу школьника в более сильную по состоянию здоровья группу.

Задачи основного периода:

- освоение основных движений и навыков программы по физической культуре для учащихся СМГ;
- повышение общей тренированности и функциональной способности организма к перенесению физической нагрузки в школе и дома.

В содержание уроков этого периода постепенно включаются все виды ОРУ, виды лёгкой атлетики, элементы художественной и спортивной гимнастики, танцевальные шаги, упражнения в равновесии, подвижные игры и элементы спортивных игр.

4. Организация занятий

Учебные занятия в СМГ **организуются** следующим образом:

- построение на уроке не по росту, а по степени физической подготовленности: на правом фланге более подготовленные дети, на левом - менее подготовленные;
- перед каждым уроком у школьников определяют частота сердечных сокращений -ЧСС. Дети, у которых ЧСС выше 80 уд/мин., становятся на левый фланг;
- при проведении эстафеты более подготовленные стоят в начале колонны, начинают и заканчивают эстафеты, при необходимости сделав два повторения, менее подготовленные - одно;
- при проведении игр слабо подготовленные ученики заменяются каждые 2 минуты;
- в первой четверти рекомендуется 5-7 минут основной части урока уделять выполнению индивидуальных заданий, состоящих из упражнений, которые рекомендуются в зависимости от диагноза.

Важнейшие требования к уроку:

- обеспечение дифференцированного подхода к учащимся с учётом их состояния здоровья, физического развития и двигательной подготовленности;
- достижение динамичности, эмоциональности, образовательной и инструктивной направленности учебных занятий;
- формирование у учащихся навыков и умений самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Занятия СМГ планируются в расписании и проводятся до или после уроков из расчета два раза в неделю по 45 минут или три раза в неделю по 30 минут.

Дети и подростки, отнесенные к СМГ, в связи с их разделением на подгруппы А и Б образуют группы, состоящие из школьников разных классов 1 - 4, 5-8, 9-11 или других сочетаний, и занимаются в них до или после уроков.

Для проведения занятий в одну группу объединяют учащихся с заболеваниями внутренних органов: сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной и эндокринной систем; в другую с нарушениями зрения и функциональными расстройствами НС; в третью - с нарушениями функции ОДА (травматология и ортопедия). При малочисленности групп их объединяют.

5. Содержание уроков в специальной медицинской группе

Ученики, отнесенные к СМГ, занимаются по особой программе. В ее основу проложено содержание общей программы, из практического раздела которой исключены средства

способные вызывать перенапряжения организма, например, физические упражнения, приводящие к максимальным и близким к ним напряжениям сердечно-сосудистой системы и ОДА.

В программе предусматриваются следующие практические разделы: гимнастика, подвижные игры, легкая атлетика, плавание, лыжи. Кроме того, в учебный материал добавлены специальные упражнения оздоровительного характера (корректирующие осанку, дыхательные и др.). Специальная программа не содержит нормативных требований, хотя предусматривает достижение уровня физической подготовленности, обеспечивающего успешное развитие.

Основное место на занятиях отводится гимнастике, поскольку с ее помощью можно успешно совершенствовать основные двигательные качества и развивать двигательные навыки. К тому же, характер гимнастических упражнений и методика их проведения позволяют заранее точно определить оптимальную нагрузку на организм занимающихся и ожидаемый педагогический эффект, что весьма важно в работе с СМГ.

В программу введен раздел дыхательных упражнений, которыми следует пользоваться на каждом уроке. Обращается особое внимание на воспитание правильной осанки и на укрепление мышц спины и живота. Для снижения утомления и повышения работоспособности широко используются упражнения для расслабления мышц. Включены танцевальные элементы и упражнения из художественной гимнастики. Вместе с тем из гимнастики в СМГ полностью исключены лазанье по канату, подтягивание и акробатические упражнения, связанные с натуживанием, продолжительными напряжениями, вызывающими длительную задержку дыхания.

Из легкой атлетики 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.

Продолжительность игр с бегом и прыжками, а также дистанции бега сокращаются.

6. Особенности структуры урока

Урок ФВ в СМГ строится по стандартной схеме (подготовительная, основная и заключительная части), но имеет свои особенности

Вводная часть (3-4 мин.) - подсчет частоты пульса, дыхательные упражнения (под контролем медработника).

1. Подготовительная часть (10-15 мин.) - общеразвивающие и дыхательные упражнения в среднем и медленном темпе. Каждое упражнение 4-5 раз, а в дальнейшем - 6-8 раз. Нагрузка повышается постепенно; применяются такие упражнения, которые обеспечивают подготовку всех органов и систем к выполнению основной части урока.

В подготовительной части урока должны присутствовать такие элементы, как построение, объяснение задач занятий, ходьба в различном темпе и направлениях, комплекс дыхательных упражнений, упражнения с набивными мечами, бег в медленном темпе, а также упражнения на гимнастической скамейке.

2. Основная часть (15-18 мин.) - отводится для обучения и тренировки. В ней изучаются новые физические упражнения, развиваются двигательные качества. Наибольшая физическая нагрузка должна приходиться на вторую половину основной части урока. Для этого учебный материал распределяется так, чтобы начальный период основной части был заполнен более легкими физическими упражнениями. Как правило, в этой части занятия проводят обучение одному новому упражнению. На каждом уроке необходимо также повторение нескольких упражнений, освоенных раньше.

Предусмотренное программой освоение гимнастики, легкой атлетики, баскетбола, лыжной подготовки, волейбола обеспечивается главным образом за счет основной части урока. Но

для освоения отдельных разделов спортивной подготовки целесообразно использовать и подготовительную его часть.

3. Заключительная часть (5-7 мин.). Основная задача этой части урока - восстановление функционального состояния организма учащихся после физических нагрузок. Используется медленная ходьба, упражнения на расслабление, дыхательные упражнения, упражнения для воспитания навыка правильной осанки.

Урок завершается изложением его результатов и заданием на дом. Упражнения, составляющие домашние задания, направлены на развитие основных двигательных качеств и иногда на повторение простейших элементов техники движения. Задания на дом не должны содержать теоретический материал, а также сложные упражнения, требующие специальных условий и страховки.

Практические разделы программы для учащихся основной и СМГ существенно различны. Учащиеся СМГ освобождены от выполнения каких-либо практических нормативов. Но к числу обязательных для них требований по отдельным видам спорта относятся:

- гимнастика - выполнение строевых упражнений, упражнений на осанку, основных движений руками, туловищем, танцевальных шагов, акробатических элементов, равновесия, опорных прыжков; поднимание и переноска небольших тяжестей, упражнения на гимнастических снарядах и со снарядами;
- легкая атлетика - техника бега на короткие и средние дистанции, способы метания гранаты, прыжки в длину.
-

7. Основные документы

1.Приказ «Об организации занятий физической культуры с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальным медицинским группам»
2.Списки обучающихся СМГ
3.Программы по физической культуре для обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.
4.Заявление родителей (законных представителей) на организацию занятий для ребенка.
5.Электронный журнал АСУ РСО

8. Оценивание обучающихся, отнесенных к СМГ

8. О

При выставлении текущей отметки обучающемуся в СМГ необходимо соблюдать особый такт, быть максимально внимательным, использовать отметку таким образом, чтобы она способствовала его развитию и стимулировала на дальнейшие занятия физической культурой.

Текущая оценка успеваемости учащихся спецмедгруппы выставляется по пятибалльной системе.

а) итоговую оценку выставлять с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность); динамики функционального состояния и прилежания.

б) положительная оценка должна быть выставлена также обучающемуся, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия, старательно выполнял задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной и корригирующей гимнастики, необходимыми знаниями в области физической культуры;

в) оценивание обучающихся, освобожденных от физических нагрузок, осуществляется по теоретическим знаниям (в виде устного опроса или написания рефератов). Возможно практическое выполнение лечебных упражнений по профилю заболевания.

г) в аттестаты об основном образовании и среднем общем образовании обязательно выставляется отметка по физической культуре.

9. Взаимодействие при организации занятий с обучающимися, отнесенными кспециальной медицинской группе.

Организация занятий обучающихся специальной медицинской группы осуществляется при взаимодействии и обмене необходимой информацией между учителями физической культуры, медицинским работником школы, классными руководителями в классах, где обучаются дети, отнесенные к СМГ и родителями (законными представителями) обучающихся.

Принято с учетом мнения Совета родителей Протокол № 1от 29.08.2023

Принято с учетом мнения Совета обучающихся Протокол №1 от29.08.2023