

ОГБПОУ ДиТЭК	П-09-01-2021	стр. 1 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Областное государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Димитровградский технико-экономический колледж»
(ОГБПОУ ДиТЭК)

РАССМОТРЕНО
на заседании Совета Учреждения
« ____ » _____ 2021 г.
Протокол № _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор ОГБПОУ ДиТЭК
_____ Н.Р. Галиуллов
« ____ » _____ 2021 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

_____ о специальной медицинской группе _____
(наименование направления)

П-09-01-2021

Димитровграда 2021

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 2 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

СОДЕРЖАНИЕ

1	Общие положения.....	3
2	Основные задачи.....	4
3	Ограничения, накладываемые на занятия физической культурой.....	5
4	Условия комплектования специальной медицинской группы.....	6
5	Программа обучения специальной медицинской группы.....	7
6	Структура занятия в специальной медицинской группы.....	8
7	Оценивание достижений студентов специальной медицинской группы.....	10
	Приложение 1 Примерный перечень вопросов и практических заданий для студентов по физической культуре, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.....	12
	Приложение 2 Примерные виды практических заданий (выполняются при отсутствии противопоказаний)	14
	Приложение 3 Примерная тематика рефератов по дисциплине "Физическая культура" для студентов специальной медицинской группы.....	15
	Лист согласования	17
	Лист регистрации изменений.....	18
	Лист ознакомления с изменениями.....	19
	Лист рассылки.....	20

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 3 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1 Настоящее положение о специальной медицинской группе разработано на основании Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

1.2 Оценивание студентов, отнесенных к специальной медицинской группе основывается на письме Минобразования России от 31.10.2003 № 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой».

1.3 Студенты, которые на основании медицинского заключения о состоянии их здоровья не могут заниматься физической культурой по программе для основной группы, относятся к специальной медицинской группе (далее - СМГ), которая создается по приказу директора, согласно представленному списку студентов руководителем физ. воспитания и фельдшером Учреждения.

1.4 Специальную медицинскую группу условно можно разделить на две подгруппы: подгруппу «А» (студенты с обратимыми заболеваниями, которые после лечебно-оздоровительных мероприятий могут приступить к основным учебным занятиям по физкультуре) и подгруппу «Б» (студенты с патологическими отклонениями (необратимыми заболеваниями)).

1.5 Включение студентов в специальную медицинскую группу может носить как временный, так и постоянный характер (в зависимости от вида заболевания и других отклонений в состоянии здоровья).

1.6 Студенты СМГ занимаются по специально составленной рабочей программе, которая в себя включает перечень вопросов и практических заданий для студентов по физической культуре (приложение 1), примерные виды практических заданий (приложение 2), примерную тематику рефератов по

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 4 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

дисциплине «Физическая культура» для студентов СМГ 1-4 курсов (приложение 3) и т.д.

1.7 Посещение занятий студентами СМГ являются обязательными.

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

2 ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ

2.1 Основные задачи физического воспитания студентов, отнесенных к СМГ:

- укрепление здоровья, ликвидация или стойкая компенсация нарушений, вызванных заболеванием;
- улучшение показателей физического развития;
- освоение жизненно важных двигательных умений, навыков и качеств;
- постепенная адаптация организма к воздействию физических нагрузок, расширение диапазона функциональных возможностей физиологических систем организма;
- закаливание и повышение сопротивляемости защитных сил организма;
- формирование волевых качеств личности и интереса к регулярным занятиям физической культурой;
- воспитание сознательного и активного отношения к ценности здоровья и здоровому образу жизни;
- овладение комплексами упражнений, благоприятно воздействующими на состояние организма студента, с учетом имеющегося у него заболевания;

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 5 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

- обучение правилам подбора, выполнения и самостоятельного формирования комплекса упражнений утренней гигиенической гимнастики с учетом рекомендаций врача и педагога;

- обучение способам самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера;

- соблюдение правил личной гигиены, рационального режима труда и отдыха, полноценного и рационального питания.

3 ОГРАНИЧЕНИЯ, НАКЛАДЫВАЕМЫЕ НА ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

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

Заболевания	Противопоказания и ограничения	Рекомендации
Сердечно-сосудистая система (неактивная фаза ревматизма, функциональные изменения и др.)	Упражнения, выполнение которых связано с задержкой дыхания, напряжением мышц брюшного пресса и ускорением темпа движений	Общеразвивающие упражнения, охватывающие все мышечные группы, в исходном положении лежа, сидя, стоя; ходьба, дозированный бег в медленном темпе
Органы дыхания (хронический бронхит, воспаление легких, бронхиальная астма и др.)	Упражнения, вызывающие задержку дыхания и чрезмерное напряжение мышц брюшного пресса	Дыхательные упражнения, тренировка полного дыхания и особенно удлиненного выдоха

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 6 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

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 игрит.д.	Дыхательные упражнения, водные процедуры, аэробные упражнения
Органы зрения	Исключаются прыжки с разбега, кувырки, упражнения со статическим напряжением мышц, стойки на руках и голове	Упражнения на пространственную ориентацию, точность движений, динамическое равновесие, гимнастика для глаз
Хронические заболевания желудочно-кишечного тракта, желчного пузыря, печени	Уменьшается нагрузка на мышцы брюшного пресса, ограничиваются прыжки	

4 УСЛОВИЯ КОМПЛЕКТОВАНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

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

Журнал содержит следующие колонки:

- номер по порядку;
- фамилия, имя, отчество студента;
- год рождения;
- номер группы;
- диагноз;

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 7 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

- срок освобождения;
- подпись фельдшера.

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

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

4.4 Дети II и III групп здоровья, которые составляют СМГ, по своим двигательным возможностям не могут сравниться со здоровыми детьми.

4.5 Общий объем двигательной активности и интенсивность физических нагрузок студентов СМГ должны быть снижены по сравнению с объемом нагрузки для студентов основной и подготовительной групп.

4.6 Несмотря на низкий исходный уровень физической подготовленности студентов СМГ, регулярные занятия физической культурой небольшого объема и интенсивности позволяют вскоре (через 1,5–2 месяца) заметить положительную динамику в развитии их физических возможностей и общем оздоровлении.

4.7 Каждый из студентов СМГ имеет свои ограничения двигательной активности, которые обусловлены формой и тяжестью заболевания.

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 8 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

5 ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

5.1 Студенты СМГ занимаются по специально составленной программе, которая утверждается зам. директора по УР. В её основу положено содержание Программы для студентов специальной медицинской группы общеобразовательных учреждений.

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

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

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

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

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 9 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

6 СТРУКТУРА ЗАНЯТИЯ В СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

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

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

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

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

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 10 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

гибкости и улучшению координации движений. С этой целью применяются метания, подвижные игры, эстафеты, упражнения на равновесие.

6.5 Упражнения, дающие большую общую нагрузку (игры, бег и др.) и вызывающие сильное эмоциональное переживание, целесообразнее использовать в конце основной части урока. Сильное возбуждение, усталость затрудняют овладение техникой последующих упражнений, воспитание быстроты и ловкости. Для снятия утомления между выполнением различных заданий применяем упражнения на расслабление. Подсчитывается ЧСС.

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

7 ОЦЕНИВАНИЕ ДОСТИЖЕНИЙ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

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

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

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

7.4 Итоговая отметка по физической культуре в группах СМГ выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 11 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности и прилежания.

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

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

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

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 12 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

Приложение 1

Примерный перечень вопросов и практических заданий для студентов 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?
- 5 Зачем нужно заниматься физической культурой учащимся, которые по состоянию здоровья отнесены к специальной медицинской группе?
- 6 Какие физические упражнения полезно выполнять с учетом твоего заболевания?
- 7 Какие правила надо соблюдать при составлении и выполнении комплекса корригирующей гимнастики при твоем заболевании?
- 8 Какие правила надо соблюдать при составлении и выполнении комплекса утренней гимнастики при твоем заболевании?
- 9 Как сформировать правильную осанку?
- 10 Какие ты знаешь правила оказания первой медицинской помощи при травме руки(ноги), полученной во время занятий физической культурой?
- 11 Какие меры предосторожности нужно соблюдать при выполнении физических упражнений?
- 12 Какие бывают дыхательные упражнения, зачем они нужны и как выполняются?
- 13 Какие релаксационные упражнения ты знаешь, зачем они нужны и как выполняются?

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДиТЭК	П-09-01-2021	стр. 13 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

14 Как влияют регулярные занятия физической культурой на состояние организма?

15 Что такое физическая подготовленность и как ее оценивают?

16 Какие ты знаешь основные физические качества?

17 Как можно контролировать свое состояние во время занятий физической культурой?

18 Какие виды оздоровительной физической культуры тебе известны?

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 14 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

Приложение 2

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).

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 15 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

Приложение 3

**Примерная тематика рефератов
по дисциплине "Физическая культура"
для студентов специальной медицинской группы
(1-4 курсов)**

- 1 Физическая культура как часть общей культуры личности человека.
- 2 Взаимосвязь умственной и физической деятельности человека.
- 3 Здоровое питание как основной критерий здоровья в целом.
- 4 Физическая культура в системе среднего профессионального образования и быту студенческой молодёжи.
- 5 Лечебно-физическая культура при хронических заболеваниях.
- 6 История развития древнегреческих олимпийских игр.
- 7 История развития олимпийского движения.
- 8 Ценностные ориентиры здорового образа жизни.
- 9 Повышение физической и умственной работоспособности средствами физической культуры.
- 10 Алкоголь, курение, наркомания токсикомания и их профилактика.
- 11 Выдающиеся советские и российские участники Олимпийских игр современности (на примере одного-двух спортсменов).
- 12 Массовый спорт.
- 13 Студенческий спорт.
- 14 Гиподинамия и её влияние на организм человека.
- 15 Развитие человека как личности и его организма в процессе активной двигательной деятельности.
- 16 Возрастные особенности развития человека.
- 17 Качество и стиль жизни.
- 18 Основы законодательства Российской Федерации о физической культуре и

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 16 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

спорте.

- 19 Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие.
- 20 Здоровый образ жизни и его взаимосвязь с общей культурой индивида.
- 21 Составляющие здорового образа жизни.
- 22 Критерии эффективности здорового образа жизни.
- 23 Витамины и их ценность для организма человека.
- 24 Физкультурная деятельность человека как единый процесс физического воспитания.
- 25 Физическая культура как основное средство рационального выполнения двигательных действий.
- 26 Организация занятий физической культуры и средства предупреждения переутомления, нервных срывов и неврозов при подготовке к экзаменам.
- 27 Эстетическое воспитание в области физической культуры и спорте.
- 28 Трудовое воспитание посредством занятий физической культуры и спортом.
- 29 Режим дня студента.

Изменение №	Дата
-------------	------

ОГБПОУ ДИТЭК	П-09-01-2021	стр. 17 из 20
	Положение о специальной медицинской группе	

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

к П-09-01-2021 «Положение о специальной медицинской группе»

Разработал:

<u>Зам. директора по УВР</u>		<u>З.А. Смирнова</u>	
(должность)	(подпись)	(расшифровка подписи)	(дата)

<u>Руководитель физ. воспитания</u>		<u>А.В.Пискунов</u>	
(должность)	(подпись)	(расшифровка подписи)	(дата)

<u>Фельдшер детской поликлиники №3</u>		<u>Н.М. Болванова</u>	
(должность)	(подпись)	(расшифровка подписи)	(дата)

Проверил:

<u>Зав. сектором по нормативно-правовому обеспечению</u>		<u>А.Ю Шамратова</u>	
(должность)	(подпись)	(расшифровка подписи)	(дата)

Согласовано:

<u>Ведущий юрист-консульт</u>		<u>В.В.Логинова</u>	
(должность)	(подпись)	(расшифровка подписи)	(дата)

Изменение №	Дата
-------------	------

ЛИСТ РАССЫЛКИ

к П-09-01-2021 «Положение о специальной медицинской группе»

№ учтённой копии	Дата выдачи	Получил		
		Подразделение, должность	Инициалы, фамилия	Подпись
1	2	3	4	5