

Утверждаю:  
Директор \_\_\_\_\_ П. Е. Щедрина  
приказ от 24.12.2025 № 01-01/82-03

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

### **об организации занятий по физической культуре с обучающимися, отнесенных к специальной медицинской группе**

#### **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Настоящее Положение об организации занятий по физической культуре с обучающимися, отнесенными к специальной медицинской группе (далее Положение) регулирует деятельность специальной медицинской группы (далее СМГ) по физической культуре в МОУ СОШ «Образовательный комплекс имени Б.Н. Богачева» (Центр образования лицей № 2).

1.2. Настоящее Положение разработано в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 – «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- с учетом писем и методических рекомендаций;
- письмом Министерства образования Российской Федерации от 31 октября 2003 г. № 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»;
- письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 мая 2012 г. № МД-583/19 «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья»;

1.3. Цель организации СМГ по физической культуре:

- создание для ослабленных детей комфортных условий с помощью дифференцированного подхода при осуществлении образовательной деятельности с учетом особенностей их развития и состояния здоровья;
- укрепление здоровья, ликвидация или стойкая компенсация нарушений, вызванных заболеванием;
- выполнение медико-психологических рекомендаций; улучшение показателей физического развития; формирование у учащихся навыков здорового образа жизни.

#### **2. ПОРЯДОК КОМПЛЕКТОВАНИЯ СПЕЦМЕДГРУППЫ**

2.1. В целях дифференцированного подхода к организации уроков по физической культуре все обучающиеся школы в зависимости от состояния здоровья делятся на три группы: основную, подготовительную и специальную медицинскую

группу. Отнесение обучающегося к соответствующей группе здоровья происходит на основании медицинского заключения.

2.2. Посещение занятий учащимися, отнесенными к специальной медицинской группе здоровья являются обязательными.

2.3. Во время уроков физической культуры по расписанию учебных занятий учащиеся, отнесенные к подготовительной группе, занимаются вместе с классом в спортивном зале школы или на спортивной площадке.

2.4. К специальной медицинской группе «А» (оздоровительной группе) для занятий физической культурой относят учащихся с выраженными отклонениями в состоянии здоровья функционального и органического генеза в стадии компенсации (учащиеся с обратимыми заболеваниями, которые после лечебно-оздоровительных мероприятий могут быть переведены в подготовительную группу).

2.5. К специальной медицинской группе «В» (реабилитационной группе) для занятий физической культурой относят учащихся, с выраженными отклонениями в состоянии здоровья в стадии субкомпенсации (учащиеся с патологическими отклонениями (необратимыми заболеваниями)).

2.6. Занятия физической культурой учащихся специальной медицинской группы «А» проводятся в соответствии с программами физического воспитания учащихся с отклонениями в состоянии здоровья по отдельному расписанию 2 раза в неделю.

2.7. Занятия физической культурой учащихся специальной медицинской группы «В» проводятся в медицинском учреждении (детская поликлиника, врачебно-физкультурный диспансер и др.). По рекомендации министерства здравоохранения в дальнейшем ребенок самостоятельно выполняет предложенный комплекс в домашних условиях.

2.8. При положительной динамике показателей возможен перевод из специальной медицинской группы «А» в подготовительную, и из подготовительной медицинской группы в основную.

2.9. Комплектование СМГ к предстоящему учебному году проводится медицинским работником в школе на основе учета состояния здоровья, показателей физической подготовленности и функционального исследования по заключению врачебной комиссией с указанием противопоказаний (запрет на определенные виды движений). Заключение врачебной комиссии предоставляется родителями (законными представителями) медицинскому работнику, администрации школы.

Отнесение обучающихся к СМГ утверждается приказом директора.

2.12. Если относительная малочисленность учащихся с однородными заболеваниями не позволяет группировать их по форме заболевания, осуществляется внутригрупповое распределение по функциональному состоянию, руководствуясь результатами медицинского исследования (в частности, по реакции

на доступные стандартные нагрузки) и определения физической подготовленности (по данным педагогических тестовых испытаний) или учащиеся занимаются физической культурой вместе с классом, но по индивидуальной программе.

2.13. При комплектовании СМГ медицинский работник и учитель физической культуры, кроме диагноза заболевания и данных о функциональном состоянии обучающихся, должны 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 учащимся.

### **3. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СМГ**

3.1. Основные задачи физического воспитания учащихся, отнесенных к СМГ «А»:

- 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 учащегося, 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.

3.2. Содержание уроков в СМГ определяется рабочими программами по физической культуре, в которой определен объем и структура физической нагрузки, требования к уровню освоения учебного материала. Рабочая программа СМГ не содержит нормативных требований, хотя предусматривает достижение уровня физической подготовленности, обеспечивающего успешное развитие обучающего. В содержании рабочих программ СМГ из практического раздела исключены средства физического воспитания, способные вызывать перенапряжения организма, например, физические упражнения, приводящие к максимальным и близким к ним напряжениям сердечно-сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата. В программе СМГ должны быть предусмотрены практические разделы: гимнастика, подвижные игры, легкая атлетика, плавание, лыжи. В учебный материал должны быть добавлены специальные упражнения оздоровительного характера (корректирующие осанку, дыхательные и др.).

Должен быть введен раздел дыхательных упражнений, которыми следует пользоваться на каждом уроке (занятии). 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.

Должно быть полностью исключено из раздела «Гимнастика» – лазанье по канату, подтягивание и акробатические упражнения, связанные с натуживанием, продолжительными напряжениями, вызывающими длительную задержку дыхания. В разделе «Легкая атлетика» особое внимание уделено строго дозированным ходьбе и бегу, т.к. эти виды тренируют и укрепляют сердечно-сосудистую и дыхательную системы. Прыжки в длину и в высоту ограничить (с укороченного разбега, с трех шагов, не более двух, трех прыжков в одном занятии и т.д.). Ограничить упражнения и на скорость, силу, выносливость; сократить продолжительность игр с бегом и прыжками, а также дистанции бега сокращаются.

3.3. Принципы, методы и формы физического воспитания учащихся СМГ «А»:

3.3.1. Физическое воспитание обучающихся представляет собой

педагогический процесс, базирующийся на общепринятых принципах и методах обучения.

3.3.2. Одним из важнейших принципов в физическом воспитании обучающихся является принцип доступности и индивидуализации, который означает оптимальное соответствие задач, средств и методов возможностям каждого занимающегося.

3.3.3. Для воспитания физических качеств обучающихся используются методы стандартно-непрерывного и стандартно-интервального упражнения.

3.3.4. В физическом воспитании обучающихся применяются разнообразные формы организации занятий: уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, самостоятельные занятия физическими упражнениями по заданию учителя (выполнение комплекса оздоровительной и корригирующей гимнастики, пешие прогулки, катание на коньках и лыжах, игры малой интенсивности и др.).

3.4. Основной формой занятий является урок.

3.5. Содержание и организационно-методические особенности построения урока физической культуры с обучающимися СМГ «А»:

3.5.1. Уроки физической культурой с обучающимися направлены на укрепление здоровья, повышение физической работоспособности и функциональных возможностей организма, развитие физических качеств;

3.5.2. Продолжительность урока составляет 40 минут. Каждый урок включает подготовительную, основную и заключительную части.

3.5.3. В подготовительной части урока выполняются общеразвивающие упражнения (в медленном и среднем темпе), чередуясь с дыхательными. Нагрузка повышается постепенно; применяются такие упражнения, которые обеспечивают подготовку всех органов и систем к выполнению основной части урока. Проводятся общеразвивающие упражнения в различных исходных положениях с предметами и без предметов, дыхательные упражнения, упражнения, направленные на формирование правильной осанки и профилактику нарушений органов зрения.

3.5.4. В основной части урока, учащиеся овладевают основными двигательными навыками, получают определенную для них максимальную физическую нагрузку.

3.5.5. В заключительной части урока используются упражнения, восстанавливающие организм после физической нагрузки (ходьба, дыхательные упражнения, упражнения на расслабление и др.).

3.5.6. 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.

3.5.7. Время проведения занятий СМГ между первой и второй сменой.

3.5.8. Образовательный процесс в СМГ регламентируется расписанием уроков.

3.6. Посещения занятий обучающимися СМГ являются обязательными. Ответственность за их посещение возлагается на родителей (законных представителей), учителя, ведущего эти занятия, и классного руководителя, контролируется заместителем директора по УР и медицинским работником.

3.7. Проведённые занятия фиксируются в отдельном журнале учёта занятий с обучающимися. Итоговые отметки из отдельного журнала переносятся в электронный журнал.

3.8. Учитель физической культуры во всех случаях должен соблюдать правильную дозировку нагрузки, совмещения бега, прыжков с умеренной ходьбой, успокаивающими и дыхательными упражнениями при окончании их. Физическая нагрузка должна

соответствовать структуре урока, функциональным и адаптационным возможностям учащихся. Учитель контролирует нагрузку по пульсу, дыханию и внешним признакам утомления, постоянно поддерживая контакт с учащимися.

3.9. Основное место на занятиях СМГ отводится гимнастике, поскольку с ее помощью можно успешно совершенствовать основные двигательные качества и развивать двигательные навыки.

3.10. Во время уроков физической культурой должен осуществляться индивидуальный подход к занимающимся.

3.11. Учет посещаемости и успеваемости школьников специальной медицинской группы здоровья и прохождение ими программного материала осуществляется в журнале для специальных медицинских групп, который заполняет учитель, ведущий занятия в спецгруппе.

#### **4. ФУНКЦИИ ЗАМЕСТИТЕЛЯ ДИРЕКТОРА ПО УЧЕБНОЙ РАБОТЕ, УЧИТЕЛЕЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СМГ, МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ**

4.1. Заместитель директора по учебной работе обеспечивает создание необходимых условий для работы СМГ, осуществляет контроль за их работой, несет ответственность за комплектование, оказывает систематическую организационно-методическую помощь учителям физической культуры в определении направлений и планировании работы СМГ, анализирует результаты обучения.

4.2. Учителя физической культуры, работающие в СМГ должны:

4.2.1. знать анатомические и физиологические особенности детей разных возрастных групп;

4.2.2. знать методики проведения лечебной физкультуры для больных различными заболеваниями;

4.2.3. знать показания и противопоказания к проведению лечебной физкультуры;

4.2.4. знать санитарно-гигиенические нормы при проведении занятий и правила техники безопасности и охраны труда;

4.2.5. проводить систематическое изучение учащихся, с целью выявления их индивидуальных возможностей и определения направлений развивающей работы, фиксировать динамику развития;

4.2.6. вести учет освоения учащимися образовательных программ;

4.2.7. вести систематическое наблюдение за реакцией учащихся на предлагаемые нагрузки по внешним признакам утомления;

4.2.8. определять физиологическую кривую урока с учетом самочувствия учащихся в процесс занятий.

4.3. Медицинский работник и учитель физической культуры должны следить за соблюдением основных санитарных требований к местам занятий (температура и влажность воздуха, чистота пола и снарядов, борьба с запыленностью, хорошая вентиляция помещения, соблюдение норм естественной и искусственной освещенности). При проведении занятий физическими упражнениями на свежем воздухе необходимо следить за тем, чтобы площадка была чистой, свободной от посторонних предметов, которые могут привести к травмам.

4.4. Наблюдения медицинского работника, проводимые в процессе занятий физическими упражнениями, должны быть направлены на изучение правильности построения занятий физическими упражнениями соответственно состоянию здоровья занимающихся, их физическому развитию, тренированности, определению границ функциональной приспособляемости организма к физическим нагрузкам, индивидуального

учета реакции, то есть на улучшение физического воспитания учащихся и получение максимального оздоровительного эффекта от занятий физическими упражнениями. При медицинских наблюдениях изучаются естественные условия, в которых проводятся уроки, учитываются показатели интенсивности и объема проделанной физической работы.

4.5. Медицинский работник совместно с учителем физической культуры СМГ решают вопрос о переводе учащихся в подготовительную, основную медицинскую группу на основании медицинского заключения, проводят анализ динамики физического развития.

## **5. СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ ДОСТИЖЕНИЙ УЧАЩИХСЯ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ**

5.1. При выставлении текущей отметки обучающимся 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. Текущая оценка успеваемости учащемуся СМГ здоровья выставляется по пятибалльной системе.

5.2. Положительная отметка по физической культуре выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность).

Основной акцент должен быть сделан на стойкую мотивацию обучающихся к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей. Положительная отметка 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, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной и корригирующей гимнастики, необходимыми знаниями в области физической культуры.

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

5.2. Итоговая отметка по физической культуре в 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.

5.3. Формы контроля знаний обучающихся, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группы:

- собеседование по теоретическим вопросам;
- устное сообщение по теоретическим вопросам;
- доклад;
- практическое выполнение лечебных упражнений по профилю заболевания.

5.4. Оценивание и итоговая аттестация обучающихся специальной медицинской группы «В»: обучающиеся специальной медицинской группы «В» на основании представленной справки установленного образца, выданной медицинским учреждением о прохождении курса ЛФК, оцениваются по разделам: «Основы теоретических знаний» в виде устного опроса или написания докладов, «Практические навыки и умения» в виде демонстрации комплексов ЛФК, освоенных согласно своему заболеванию в медицинских учреждениях, с последующей итоговой аттестацией по предмету «Физическая культура». В аттестаты об основном общем образовании и среднем общем образовании

обязательно выставляется отметка по физической культуре.

## **6. КАДРОВОЕ, МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И ФИНАНСОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП**

6.1. В СМГ работают учителя физической культуры, имеющие опыт работы в школе и прошедшие курсы повышения квалификации по работе с детьми, отнесенными по состоянию здоровья к СМГ.

6.2. Оплата труда учителей по физической культуре, проводящих занятия в спецмедгруппе, производится на основании положения об оплате труда работников школы в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

## **7. ДОКУМЕНТАЦИЯ**

Документами, регулирующими организацию деятельности СМГ, являются:

- приказ директора о комплектовании СМГ;
- рабочая программа по предмету физическая культура для учащихся, отнесенных к СМГ;
- календарно-тематическое планирование занятий;
- журнал учета успеваемости и посещаемости СМГ;
- расписание занятий СМГ.

Приложение 1

## **ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ И ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ ВЫПУСКНИКОВ ОСНОВНОЙ И СРЕДНЕЙ (ПОЛНОЙ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ 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 тебе 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?

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?

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).