



Автономная некоммерческая образовательная организация  
профессионального образования  
«Санкт-Петербургский полицейский колледж»

ИНН 7801152738

7-я Красноармейская, д. 26 лит. «Б», Санкт-Петербург, 190005  
тел./факс: 490-24-85, тел.: 316-49-53 \* <http://www.police-college.ru>  
E-mail: [yovira@yandex.ru](mailto:yovira@yandex.ru) □ [ipc-info@yandex.ru](mailto:ipc-info@yandex.ru)

**Согласовано**

На заседании Общего собрания  
работников и обучающихся

Протокол № 1 от 31.08.2016

**Утверждаю**

Директор АНОО ПО «СПбПК»

О.В. Ярухин

Приказ № 123 от 31.08.2016 2016г.



**Положение**  
**об организации занятий физической культурой**  
**для обучающихся в специальной медицинской группе**  
**и обучающихся освобожденных от физических нагрузок**

Санкт-Петербург  
2016

Разработчик: Нефедова Е.А старший методист

**Согласовано**

На заседании методической комиссии

Председатель МК *Т.К. Лапицкая*

Т.К. Лапицкая

Протокол № 1 от 31.08.2016

## 1. Общие положения

1.1. Настоящее положение разработано в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ; Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.06.2013 № 464 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования»; письмом Министерства образования Российской Федерации от 31.10. 2003 № 13-52-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»; Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

1.2. Настоящее Положение регулирует организацию занятий физической культурой для обучающихся Автономной некоммерческой образовательной организации профессионального образования «Санкт-Петербургский полицейский колледж» (далее – ОО) с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, отнесенными к специальной медицинской группе, и обучающимися, освобожденными от физических нагрузок.

Особый порядок освоения дисциплины «Физическая культура» обучающимися с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) и инвалидами устанавливается на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры.

В зависимости от нозологии обучающегося и степени ограниченности возможностей в соответствии с рекомендациями службы медико-социальной экспертизы или психолого-медико-педагогической комиссии, занятия для обучающихся с ОВЗ могут быть организованы в следующих видах:

- подвижные занятия адаптивной физической культурой в специально оборудованных спортивных, тренажерных залах или на открытом воздухе;
- занятия по настольным, интеллектуальным видам спорта;
- лекционные занятия по тематике здоровьесбережения.

ОО обеспечивает проведение занятий по физической культуре обучающимся с ОВЗ и (или) инвалидам с учетом особенностей их психофизического развития, их индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

1.3. Занятия по физической культуре посещают все обучающиеся ОО.

Обучающиеся должны иметь спортивную форму в соответствии с погодными условиями и видом спортивного занятия.

Ежегодно с обучающимися проводится инструктаж по технике безопасности и охраны труда.

1.4. В целях дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры все обучающиеся ОО в зависимости от состояния здоровья делятся на три группы: основную, подготовительную и специальную медицинскую группу (далее – СМГ).

Занятия проводятся по учебным (рабочим) программам, разработанным для каждой из вышеперечисленных групп.

Обучающиеся, имеющие удовлетворительное состояние здоровья, относятся к основной медицинской группе.

Обучающиеся с недостаточным физическим развитием и низкой физической подготовленностью, или имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья,

относятся к подготовительной медицинской группе. Этой категории разрешается заниматься физической культурой по программе для основной группы с учетом некоторых ограничений в объеме и интенсивности физических нагрузок (в том числе, временных).

Обучающиеся, которые на основании медицинского заключения о состоянии их здоровья, не могут заниматься физической культурой по программе для основной группы, относятся к специальной медицинской группе.

1.5. Ежегодно до 15 сентября обучающиеся предоставляют медицинскому работнику ОО справки о состоянии здоровья из учреждений здравоохранения, на основании которых, издается приказ директора ОО о формировании СМГ.

В течение учебного года состав СМГ может меняться, соответственно предоставленным справкам об изменении состояния здоровья.

1.6. Специальную медицинскую группу можно разделить на две подгруппы: подгруппу «А» (обучающиеся с обратимыми заболеваниями, которые после лечебно-оздоровительных мероприятий, могут быть переведены в подготовительную группу) и подгруппу «Б» (обучающиеся с патологическими отклонениями и с необратимыми заболеваниями).

1.7. С обучающимися, включенными в СМГ, занимается преподаватель физической культуры на основном уроке для всей группы/отдельно от основной группы в отдельном помещении.

1.8. При пропуске уроков физической культуры обучающийся обязан подтвердить причину отсутствия заверенной медицинской справкой или иным официальным документом, который передается преподавателю физической культуры.

1.9. Все обучающиеся, освобожденные от физических нагрузок, находятся в помещении спортивного зала или на стадионе под присмотром преподавателя физической культуры.

Преподаватель физической культуры определяет вид, степень и уровень физических или иных занятий с данными обучающимися на предстоящий урок.

## 2. Показания, ограничения и рекомендации к занятиям физической культурой

<b>Заболевания</b>	<b>Противопоказания и ограничения</b>	<b>Рекомендации</b>
Сердечнососудистая 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

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 брюшной 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	

### 3. Критерии оценивания обучающихся специальной медицинской группы

3.1. Общий объем двигательной активности и интенсивность физических нагрузок обучающихся СМГ снижены по сравнению с объемом нагрузки для обучающихся основной и подготовительной групп.

Каждый из обучающихся в СМГ имеет свой выбор ограничений двигательной активности, который обусловлен формой и тяжестью его заболевания.

3.2. При выставлении текущей оценки обучающимся в СМГ учитывается выполнение требований рабочей программы, исходя из состояния здоровья.

3.3. По окончании семестра выставляется итог на основании текущих оценок.

3.4. Промежуточная аттестация обучающихся проводится в виде зачета на последнем курсе изучения дисциплины согласно программе промежуточной аттестации.

Результат, полученный на зачете, является итогом изучения учебной дисциплины, выставляется в ведомость и зачетную книжку как «зачтено» или «не зачтено».

3.5. Промежуточная аттестация может быть проведена в письменной форме в виде тестирования или другой форме, определяемой в учебной (рабочей) программе дисциплины.

#### **4. Занятия и критерии оценивания обучающихся, освобожденных от физических нагрузок**

4.1. Для обучающихся, освобожденных от физических нагрузок на уроках физической культуры по медицинским показаниям, подтвержденным справкой, занятия могут быть организованы в следующих видах:

- занятия по настольным, интеллектуальным видам спорта;
- лекционные занятия по тематике здоровьесбережения.

4.2. Промежуточная аттестация обучающихся освобожденных от физических нагрузок может быть проведена в письменной форме в виде тестирования или другой форме, определяемой в учебной (рабочей) программе дисциплины.