

Как определить медицинскую группу ученика по физкультуре?

В зависимости от состояния здоровья выделяют три медицинские группы для занятий физкультурой: основную, подготовительную и специальную. Ее определяет медработник по итогам ежегодного профилактического осмотра и указывает в медицинском заключении (п. 2 приложения № 3 к Порядку, утв. [приказом Минздрава от 10.08.2017 № 514н](#)). Содержание рабочей программы по физкультуре зависит от того, к какой медицинской группе отнесли учащихся. Как детей распределяют по группам и как их обучать, смотрите в таблице.

Что включить в рабочую программу в зависимости от медицинской группы ученика

Медицинская группа	Какое состояние здоровья может быть у ученика	Что включить в рабочую программу
Основная	Нет нарушений здоровья и физического развития. Есть функциональные нарушения, которые не повлекли отставание от сверстников в физическом развитии и физической подготовленности	Предусмотрите занятия в полном объеме по учебной программе физического воспитания. Используйте профилактические технологии. Включите тесты индивидуальной физической подготовленности
Подготовительная	Есть морфофункциональные нарушения. Ребенок физически слабо подготовлен или входит в группы риска по возникновению патологических состояний заболеваний. Имеет хронические заболевания в стадии стойкой клинико-лабораторной ремиссии, длящейся не менее трех–пяти лет	В рабочей программе предусмотрите постепенное освоение комплекса двигательных навыков и умений, особенно связанных с предъявлением к организму повышенных требований. Учитель должен дозировать физическую нагрузку и исключить противопоказанные движения. Тестовые испытания и индивидуальные нормативы ребенок может сдавать, только если прошел дополнительный медицинский осмотр. Не допускайте учеников к участию в спортивных соревнованиях

Специальная

«А»	<p>Есть нарушения здоровья постоянного или временного характера, врожденные пороки развития, деформации без прогрессирования, в стадии компенсации.</p> <p>Нарушено физическое развитие, которое требует ограничения физических нагрузок</p>	<p>В рабочей программе используйте профилактические и оздоровительные технологии.</p> <p>Учитывайте характер и степень выраженности нарушений состояния здоровья, физического развития и уровень функциональных возможностей ученика.</p> <p>Учитель должен ограничить скоростно-силовые, акробатические упражнения и подвижные игры умеренной интенсивности.</p> <p>Предусмотрите занятия адаптивной физкультурой</p>
«Б»	<p>Есть нарушения здоровья постоянного и временного характера – например, хронические заболевания в стадии субкомпенсации. При этом нет выраженных нарушений самочувствия</p>	<p>Рабочую программу разрабатывать не надо.</p> <p>Направьте ученика в медорганизацию на занятия лечебной физкультурой (ЛФК)</p>

Организируйте профилактические осмотры так, чтобы узнать медицинские группы всех учеников к 1 июня. Это необходимо, чтобы успеть внести изменения в ООП, если появились ученики с медицинской группой, для которой нет рабочей программы.

Если у ученика за лето возникли функциональные нарушения, заболевания, травмы, то учтите их перед началом занятий. Учитель по физкультуре должен исключить или ограничить нагрузку по рекомендациям врача. Для этого попросите у ребенка справку из медицинской организации, где указано, какое заболевание или травму он перенес, на какое время ему не рекомендовали занятия физкультурой.

Поручите медработнику в начале учебного года проводить для учеников пробу с дозированной физической нагрузкой по правилам из [пункта 1.3](#) Методических рекомендаций, направленных [письмом Минобрнауки от 30.05.2012 № МД-583/19](#). Результаты пробы позволят мониторить состояние учащихся и динамику их физического развития.

Попросите медработника заполнить «лист здоровья» классного журнала. Надо внести сведения об антропометрических данных ученика, группе здоровья, медицинской группе для занятий физической культурой, номере необходимой учебной мебели и медицинские рекомендации, без которых невозможно организовать образовательный процесс для ребенка ([п. 3.4.19 СП 2.4.3648-20](#)).

Как допускать учеников к урокам физкультуры

К занятиям физкультурой допускайте учеников на основании медицинского заключения по итогам профилактического осмотра и предварительного контроля ([п. 2.9.5 СП 2.4.3648-20](#)). Поручите учителю внимательно понаблюдать за состоянием детей перед тем, как начать урок. Можно спросить учеников об их самочувствии. К занятию нельзя допустить учащегося, если есть:

- жалобы на боли различной локализации, головокружение, тошноту, слабость, сердцебиение;
- острый период заболевания – повышение температуры тела, озноб, катаральные явления и другое;
- травма органов и тканей в остром периоде – ушиб, рана, растяжение, гематома и другое;
- опасность кровотечения – носовое кровотечение в день занятия, состояние после удаления зуба, менструальный период;
- выраженное нарушение носового дыхания;
- выраженная тахикардия или брадикардия с учетом возрастного-половых нормативов.

Внимание

Если ученик не прошел профилактический осмотр, не допускайте его к практическим занятиям физкультурой

Ученик должен заниматься физическими занятиями по той группе, которую ему определил врач. Учитель физкультуры не вправе самостоятельно установить медгруппу для занятий, поэтому не может допустить ребенка к практическим упражнениям. Чтобы реализовать право ученика на общедоступное образование, учитель физкультуры проводит теоретическое обучение ребенка до тех пор, пока врач не установит ему медгруппу.

Если жалоб на самочувствие у детей нет, то учитель допускает их к занятию в соответствии с той группой, которую указали в медицинском заключении по итогам профилактического осмотра ([п. 1.2.1 Методических рекомендаций, направленных письмом Минобрнауки от 30.05.2012 № МД-583/19, п. 22 Порядка, утв. приказом Минздрава от 10.08.2017 № 514н](#)).

Как проводить занятия по физкультуре

Учитель или инструктор проводит занятия по физкультуре в соответствии с рабочей программой ООП общего образования или программой дополнительного образования. Проверьте, чтобы в программах запланировали минимум 70 % часов на непосредственное выполнение физических упражнений, независимо от категории детей ([п. 2.10.3 СП 2.4.3648-20](#)).

Поручите учителю или инструктору после каждого занятия проветривать спортзал в течение минимум 10 минут ([п. 2.11.2 СП 2.4.3648-20](#)).

Санитарные правила обязали школы документировать и контролировать организацию процесса физического воспитания, мероприятий по физкультуре в зависимости от пола, возраста и состояния здоровья детей ([п. 2.9.5 СП 2.4.3648-20](#)). Для этого достаточно указать в образовательной программе, что допускаете учеников к практическим занятиям

только в соответствии с медицинской группой и заполнить в классном журнале лист здоровья. Поручите заместителю директора по УВР контролировать, как учитель соблюдает эти требования – например, во время мероприятий ВСОКО.

Чтобы выполнить другое требование санитарных правил – контролировать состояние и содержание мест занятий физкультурой, – включите это в программу производственного контроля. Поручите заместителю директора по хозяйственной части проверить оборудование спортзала и обслуживающих помещений, например, раз в месяц. Итоги обследований надо занести в журнал.

Поручите штатному медработнику один раз в месяц посещать уроки физкультуры и оценивать внешние признаки утомления детей в течение занятия, гигиенические условия, одежду и обувь учеников ([п. 1.4.1](#) Методических рекомендаций, направленных [письмом Минобрнауки от 30.05.2012 № МД-583/19](#)). Результаты надо внести в журнал. Составьте его в произвольной форме и храните в школе. Если нет штатного медработника, включите такую обязанность в договор с медорганизацией, которая оказывает медицинское обслуживание ваших учеников.

Что делать с учениками, которых освободили от физкультуры

Учеников могут освободить от физкультуры по разным причинам на краткий или длительный срок. Если ребенок себя плохо чувствует, то учитель тоже должен отстранить его от занятия.

Если ребенка **освободили кратковременно** – при плохом самочувствии или после болезни, учитель физкультуры может дать ему теоретическое задание. Например, изучить тему в учебнике или учебном пособии и пересказать содержание в конце урока.

Если ребенок перенес тяжелое заболевание и получил **длительное освобождение** от физкультуры, организуйте для него теоретическое обучение. Например, на одном уроке он изучает один параграф учебника, а на втором его пересказывает и изучает другой. По итогам темы ученик готовит доклад или реферат и презентует его на занятии. Это позволит учесть текущие достижения учащегося и провести его промежуточную аттестацию. Для итоговой аттестации предусмотрите задания в виде тестирования или устных ответов на заранее известные вопросы.

Промежуточную аттестацию ученика с медицинской группой «Б» проводите на основании справки о прохождении курса ЛФК. Ее выдает медицинская организация, которая провела занятия с ребенком, по образцу из [приложения № 8](#) к Методическим рекомендациям, направленным [письмом Минобрнауки от 30.05.2012 № МД-583/19](#). Итоговую аттестацию организуйте в виде устного опроса или реферата. Добавьте практические задания и попросите ученика продемонстрировать, какие комплексы ЛФК он освоил.

Какая квалификация должна быть у учителя физкультуры

Образование работника должно соответствовать должности. Уроки в рамках ООП может проводить только учитель. Остальные занятия физкультурой, например, в качестве

дополнительного образования могут вести другие специалисты. Примеры должностей и требования к ним смотрите в таблице.

Должности для работника по физкультуре

Должность	Требование к квалификации	Право на досрочную пенсию	Размер ежегодного оплачиваемого отпуска
Учитель физической культуры	Высшее или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки «Образование и педагогические науки» или в области физической культуры либо высшее или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по обучению физкультуре	Есть	56 дней
Инструктор по физической культуре	Высшее или среднее профессиональное образование в области физкультуры и спорта либо высшее или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование в области физкультуры и спорта, доврачебной помощи	Нет	56 дней
Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту	Среднее профессиональное образование по программам в области адаптивной физической культуры или адаптивного спорта или непрофильное среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование в области адаптивной физической культуры или адаптивного спорта	Нет	28 дней

Если ученику рекомендовали занятия адаптивной физкультурой, направьте учителя на дополнительное профессиональное образование по адаптивной физкультуре. Введите в школе должность инструктора-методиста по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту. Оформите учителю совмещение с новой должностью. Подробнее о процедуре читайте в рекомендации [«Как оформить совмещение в образовательной организации»](#).

Как оборудовать и содержать спортзал

Требования к спортивным помещениям установлены в [СП 2.4.3648-20](#) и [СанПиН 1.2.3685-21](#). Если спортзал построили до 1 января 2021, эксплуатируйте его в соответствии с проектной документацией ([п. 1.3 СП 2.4.3648-20](#)).

Площадь новых спортзалов рассчитывайте в зависимости от количества детей, которые должны быть в нем одновременно, и спортивной спецификации. На одного ученика должно приходиться минимум 10 кв.м ([п. 177, таблица 6.1 СанПиН 1.2.3685-21](#)).

Предусмотрите при спортивном зале снарядные и отдельные для мальчиков и девочек:

- раздевалки – от 14,0 кв.м каждая;
- туалеты – от 8,0 кв.м каждый;
- душевые – от 12 кв.м каждая;

Расположите спортзал на первом этаже. Если размещаете его выше, то используйте звукоизоляционные материалы, чтобы шум в смежных помещениях не превышал норму ([п. 3.4.9 СП 2.4.3648-20](#)).

В спортзале может быть любое естественное освещение или только искусственное. Такие же требования и для снарядных, душевых и туалетов ([п. 2.8.2 СП 2.4.3648-20](#)). Уровень искусственной освещенности спортзала должен быть минимум 200 лк на полу ([таблица 5.54 СанПиН 1.2.3685-21](#)).

Чтобы оснастить зал спортивным оборудованием и снарядами, проанализируйте содержание всех образовательных программ, которые реализуете в спортзале: какой инвентарь по видам спорта для этого необходим, размер спортзала и общее количество учеников. Это поможет определить вид инвентаря и его количество. Примерный перечень спортивного оборудования и снарядов для государственных и муниципальных школ смотрите в [письме Минобрнауки от 16.05.2012 № МД-520/19](#).

Проконтролируйте, когда закупаете спортивный инвентарь, чтобы поставщик предоставил гарантию минимум на три года, но не меньше срока гарантии производителя оборудования. Договор должен включать условие сервисного обслуживания и ремонтных работ в вашем регионе. Информация о сервисных центрах должна входить в сопроводительную документацию к каждой единице или комплекту оборудования.

Включите в договор обязанность поставщика провести обучение работников школы по использованию и обслуживанию оборудования, предоставить техническую и информационную поддержку школе ([письмо Минобрнауки от 16.05.2012 № МД-520/19](#)).

Поручите штатному уборщику или клининговой компании два раза в день проводить влажную уборку спортзала с моющими средствами. Спортивный инвентарь и маты надо ежедневно протирать с мыльно-содовым раствором. Ковровые покрытия ежедневно пылесосить. Контролируйте, чтобы минимум раз в месяц ковровые покрытия подвергали влажной обработке ([п. 2.11.2 СП 2.4.3648-20](#)).

Включите в программу производственного контроля мероприятия по контролю за микроклиматом в помещениях спортзала. Периодичность замеров не установили,

однако параметры должны всегда соответствовать гигиеническим нормативам ([таблица 5.34 СанПиН 1.2.3685-21](#)). Подробнее смотрите в таблице.

Какие параметры микроклимата поддерживать в спортзале

Помещение	Температура воздуха, °С	Относительная влажность воздуха, %	Минимальная скорость движения воздуха, м/с
Спортивный зал	18–20	40–60	0,1