

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ЧАСТНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ «КРАСНОДАРСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ТЕХНИКУМ КРАЙПОТРЕБСОЮЗА»**

Принято решением  
Совета техникума

«31» августа 2023 г.

протокол № 4



УТВЕРЖДАЮ  
Директор АНЧПОО «Краснодарский  
кооперативный техникум  
крайпотребсоюза»

В.В. Нанаев

Приказ № 112 от 01.09. 2023 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ, ОТНЕСЕННЫМИ ПО  
СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ К СПЕЦИАЛЬНО МЕДИЦИНСКОЙ  
ГРУППЕ  
В АНЧ ПОО «КРАСНОДАРСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ  
ТЕХНИКУМ КРАЙПОТРЕБСОЮЗА»**

г.Белореченск

## 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1 Настоящее положение составлено в соответствии со следующими нормативно-правовыми регламентирующими документами:

- Федеральным законом «Об образовании» № 273-ФЗ РФ от 29.12.2012 г.;
- Федеральным законом № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации от 04.12.2007;
- Приказом Министерства Образования РФ и Министерства здравоохранения № 186/272 от 30.06.1992 «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях»;
- Приказом Министерства здравоохранения РФ № 337 от 20.08.2001 г.,
- Письмом от 30.05. 2012 № МД-583/19 «О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль над организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья»;

В соответствии с действующими инструкциями и приказами МЗ РФ и Положением о физическом воспитании студентов все обучающиеся при приеме в техникум проходят обязательный медицинский осмотр и во время обучения в техникуме, за ними осуществляется постоянный врачебный контроль. На основании данных медицинского осмотра студентов распределяют для занятий физическими упражнениями на следующие группы:

**Основную**, в которую должны входить студенты без отклонений в состоянии здоровья при достаточном физическом развитии. Обучающиеся этой группы допускаются к занятиям по учебной программе физического воспитания в полном объеме, а также в спортивных секциях и участию в соревнованиях.

**Подготовительную**, в которую входят студенты без отклонений в состоянии здоровья, а также имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья и недостаточное физическое развитие. С обучающимися этой группы занятия проводятся в составе учебной группы по учебной программе физического воспитания, но при условии постепенного освоения ими комплекса двигательных навыков и умений, особенно связанных с предъявлением организму повышенных требований;

**Специальную**, в которую входят студенты, имеющие отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, не являющиеся противопоказанием к выполнению производственной и учебной работы, но требующие ограничения физических нагрузок.

Занятия с ними проводятся по специальной учебной программе. Перевод из одной группы в другую осуществляется врачом при ежегодных обследованиях и при досрочном представлении на дополнительное обследование.

## 2. ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

2.1 Освобождение от уроков физического воспитания допускается лишь с разрешения врача и наличием соответствующей медицинской справки. Студенты, освобожденные, а также отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (в том числе временное освобождение) обязаны присутствовать на уроках в спортивной форме и выполнять

физическую нагрузку в соответствии с программой для обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, и привлекаться в помощь преподавателю для подготовки и проведения мест занятий.

2.2 Медицинский работник осуществляет постоянный врачебно-педагогический контроль уроками физического воспитания, занятиями секций по видам спорта, за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения занятий физической культурой и спортом, проводит работу по профилактике спортивного травматизма.

2.3 Основными задачами физического воспитания студентов специальной медицинской группы являются:

- укрепление здоровья;
- постепенная адаптация организма к физическим нагрузкам;
- овладение комплексами упражнений, благотворно влияющих на состояние здоровья обучающегося с учетом заболеваний;
- развитие физических качеств и освоение жизненно важных двигательных умений и навыков;
- контроль дыхания при выполнении физических упражнений;
- обучение способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и ФП;
- формирование волевых качеств личности и интереса к регулярным занятиям физической культурой;
- формирование у обучающихся культуры здоровья.

2.4 Посещение занятий студентами специальной медицинской группы является обязательным. Ответственность за посещаемость занятий возлагается на преподавателя, ведущего занятия и контролируется руководителем физического воспитания.

### **3. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ОТНЕСЕННЫХ ПО СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ К СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ**

3.1 Важной стороной учебно-воспитательного процесса студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, является учет и оценка их успеваемости. К учету предъявляется ряд требований: систематичность, объективность, полнота, своевременность, точность и достоверность.

Систематичность учета обеспечивается периодичностью проверок и оценки деятельности студентов во время уроков на всех этапах обучения. Объективность учета обеспечивается правильным критерием оценки, индивидуальным подходом к студентам.

3.2 По мере прохождения учебного материала, кроме оценивания техники выполнения физических упражнений, степени освоения программного материала, необходимо оценивать успехи студента в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима. Основной акцент в оценивании учебных достижений по

физической культуре студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, должен быть сделан на стойкой их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике физических возможностей. При самых незначительных положительных изменениях в физических показателях, которые обязательно должны быть замечены преподавателем и сообщены студенту и родителям (законным представителям), выставляется положительная оценка. Положительная оценка должна быть выставлена студенту, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков и умений, в развитии физических качеств, но регулярно посещал уроки физической культуры, старательно выполнял задания преподавателя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастикой, необходимыми знаниями в области физической культуры. Итоговая оценка по дисциплине «Физическая культура» студентов специальной медицинской группы выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность), динамики функционального состояния и ФП и результатов промежуточной аттестации.

3.3 Студенты, на основании представленной справки установленного образца, выданной медицинским учреждением, полностью освобожденных от занятий физической культурой оцениваются в образовательном учреждении по разделам: "Основы теоретических знаний" в виде устного опроса или написания рефератов, примерный перечень вопросов и тем рефератов для проведения промежуточной аттестации в форме зачета, дифференцированного зачета по дисциплине «физическая культура» приведен в Приложении А. В диплом о СПО обязательно выставляется оценка по дисциплине «Физическая культура».

**Примерный перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации в форме зачета, дифференцированного зачета по дисциплине «Физическая культура»**

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены.
2. Физическая культура - часть общечеловеческой культуры.
3. Спорт - явление культурной жизни.
4. Компоненты культурной жизни.
5. Физическое воспитание
6. Физическое развитие.
7. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура.
8. Фоновые виды физической культуры.
9. Средства физической культуры.
10. Физическая культура личности студента.
11. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
12. Профессиональная направленность физической культуры. 13. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта. 14. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту.
15. Физиологическая характеристика утомления и восстановления.
16. Внешняя среда. Природные, биологические и социальные факторы. Экологические проблемы современности.
17. Витамины и их роль в обмене веществ.
18. Обмен энергии. Состав пищи и суточный расход энергии.
19. Понятия об основном и рабочем обмене.
20. Регуляция обмена веществ.
21. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
22. Функциональное проявление здоровья в различных сферах жизнедеятельности.
23. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье
24. Здоровый образ жизни студента.
25. Влияние окружающей среды на здоровье.
26. Наследственность и ее влияние на здоровье.
27. Здоровье в иерархии потребностей и ценностей культурного человека.
28. Направленность поведения человека на обеспечение собственного здоровья.
29. Самооценка собственного здоровья.
30. Содержательные характеристики составляющих здорового образа жизни.
31. Режим труда и отдыха. Организация сна.
32. Организация режима питания.
33. Организация двигательной активности.
34. Личная гигиена и закаливание.
35. Гигиенические основы закаливания.
36. Закаливание воздухом.

37. Закаливание солнцем.
38. Закаливание водой.
39. Профилактика вредных привычек.
40. Физическое самовоспитание и совершенствование - условие здорового образа жизни.
41. Объективные и субъективные факторы обучения и реакция на них организма студентов.
42. Изменения состояния организма студентов под влиянием различных режимов и условий обучения.
43. Работоспособность и влияние на нее различных факторов.
44. Влияние на работоспособность периодичности ритмических процессов в организме.
45. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения.
46. Изменение работоспособности в течение рабочего дня. Изменение работоспособности в течение учебной недели.

**Примерная тематика рефератов для проведения промежуточной аттестации  
в форме зачета, дифференцированного зачета по дисциплине  
«Физическая культура»**

1. Роль физической культуры в развитии человека.
2. Возможности физической культуры в развитии и формировании основных качеств и свойств личности.
3. Изменения, происходящие в организме человека при систематических занятиях физическими упражнениями, спортом, туризмом.
4. Контроль и самоконтроль в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом.
5. Коррекция развития отдельных систем организма средствами физической культуры и спорта.
6. Методика занятий физической культурой и спортом в зависимости от индивидуальных особенностей организма.
7. Здоровье человека как феномен культуры.
8. Физическое /соматическое/ здоровье, методика поддержания и сохранения.
9. Физкультурно-спортивные технологии повышения умственной и физической работоспособности.
10. Физическая культура в профилактике различных заболеваний человека.
11. Физическая культура в рекреации и реабилитации человека!
12. Методика использования лечебной физической культуры при различных отклонениях в состоянии здоровья.
13. Классический, восстановительный и спортивный массаж.
14. Физическая культура и Олимпийское движение.
15. Методика занятий физической культурой с инвалидами и лицами с ослабленным здоровьем.

16. Основы рационального питания и контроля за весом тела.
17. Методика занятий физическими упражнениями в различных оздоровительных системах.
18. Традиционные и восточные системы оздоровления человека.
19. Роль физических упражнений в режиме дня студентов.
20. Методика закаливания человека.
21. Основные приемы борьбы с вредными привычками.
22. Влияние осанки на здоровье человека.
23. Влияние алкоголя, никотина и наркотических веществ на развитие личности и состояние здоровья.
24. Утомление и восстановление организма. Роль физических упражнений в регулировании этих состояний.
25. Методика коррекции строения тела человека средствами физической культуры и спорта.
26. Методика использования дыхательной гимнастики.
27. Профессионально-прикладная физическая культура студентов профессионального различного профиля.
28. Методика занятий адаптивной физической культуры (с инвалидами).
29. Основы методики использования восстановительных средств, рационального питания и контроля за весом тела.
30. Аэробика для всех.
31. Оптимальный двигательный режим - один из важнейших факторов сохранения и укрепления здоровья.
32. Физическое развитие человека и методы его определения.
33. Методические основы построения индивидуальных тренировочных программ для лиц разного уровня подготовленности и здоровья.
34. Физические упражнения в режиме дня студента.
35. Особенности занятий физической культурой и спортом женщин.
36. Нормы двигательной активности для лиц разной подготовленности и уровня здоровья.
37. Занятия физическими упражнениями при заболеваниях органов зрения.
38. Рекомендации и основные противопоказания при занятиях физическими упражнениями при конкретном заболевании.
39. Здоровье человека и его основные компоненты.
40. Основы здорового образа и стиля жизни.
41. Влияние малоактивного образа жизни на здоровье человека.
42. Влияние осанки на здоровье человека.
43. Влияние дыхательной гимнастики на различные функции человека.
44. Азбука оздоровительного бега и ходьбы.
45. Главные заповеди в питании.
46. Ожирение и его последствия на различные функции организма.
47. Гимнастика и зрение.
48. Стретчинг и методика занятий.
49. Групповые, индивидуальные и самостоятельные занятия при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

50. Особенности занятий физической культурой и спортом лиц разного возраста.
51. Рациональное питание и витаминная обеспеченность организма.
52. Оптимальный вес и способы его сохранения. 53. Физическая культура при заболеваниях органов пищеварения.