



# Оценивание и аттестация учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе

Составил учитель физической культуры  
ГБОУ СОШ №3 п.г.т.Безенчук  
Дергачева Светлана Михайловна

# Медицинские группы

## Основная

Выполнение программ в полном объеме,  
Сдачу контрольных нормативов  
Теоретические знания

## Подготовительная

По программе основной группы, но с учетом некоторых ограничений в объеме и интенсивности физических нагрузок  
Оценки по Ф К по теоретическим знаниям и разрешенных контрольным нормативов.

## Специальная

Обучающиеся, которые на основании медицинского заключения о здоровье не могут выполнять упр, для основной и подготовительной групп  
«А» – обратимые заболевания  
«Б» – с патологическими, необратимыми заболеваниями

# Специальная группа

- Занятия по специальной программе (типовой) в условиях учебного дня школы.
- Занятия проводят учитель физической культуры прошедшие обучения в врачебно – физкультурном диспансере или иметь в дипломе предмет спортивная медицина
- Или учитель физической культуры и школьный врач

# Основные задачи ФВ в спецмедгруппе

- Укрепление здоровья, закаливание организма
- Повышение функционального уровня органов и систем организма школьников
- Повышение физической и умственной работоспособности
- Обучение рациональному дыханию
- Освоение основных двигательных навыков и умений

# Содержание учебного материала для СМГ

исключение упр высокой интенсивности предел(100-140 уд\мин)

Исключаются силовые упр большой напряженности

Обязательно упр на осанку, дыхательные упр, коррекционная гимнастика и ЛФК



# Занятия строятся по стандартной системы

Подготовительная часть до 15мин.

Основная часть 20 – 22 мин – занимающиеся овладевают двигательными навыками , получают определенную для них максимальную нагрузку.

Заключительная часть – 3 – 5 мин

Занимающие выполняют упр. на восстановление организма после физической нагрузки.

( использование виды массажа)

Эмоциональный фон  
урока.

Рекомендуется

высокий

эмоциональный  
настрой детей.

Уроки должны быть

уроками бодрости,  
мышечной радости

эстетического

наслаждения



Оценки могут выставляться и за соблюдение правил ЗОЖ, отсутствие вредных привычек. Итоговая оценка должна отражать объективную действительность состояния здоровья, динамику сдвигов физического развития, активное отношение к своему здоровью и его улучшению



# Итог должен отвечать девизу

- « Знай свой организм и поддерживай его в порядке».
- Теоретические сведения до 25%
- Строевые упражнения
- ОРУ( зарядка, упр. для физических качеств
- Имитационные упр. для освоения техники движений

# Индивидуальная карта

- Ф.И
- ГОД РОЖДЕНИЯ
- КЛАСС
- МЕДГРУППА
- ДИАГНОЗ
- СОПУТСТВУЮЩИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ
- ОСМОТРЫ ВРАЧА

# Двигательные тесты( допустимо использовать только те упражнения, которые с учетом формы и тяжести

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 упр,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 упр, тренировка полного дыхания и особенно удлинённого выдоха
Заболевание почек (нефрит, пиелонефрит невроз)	Недопустимы упражнения с высокой частотой движений , интенсивностью нагрузки и скоростно - силовой направленностью, переохлаждение тела	При проведении общеразвивающих упр, особое внимание уделяется укреплению мышц передней стенки живота. При занятиях плаванием(по специальному разрешению врача)
Нарушение нервной системы	Упражнения, вызывающие нервное перенапряжение( упр в равновесии на повышенной опоре), ограничивается время игр и т.д.	Дыхательные упр, водные процедуры, аэробные упр.
Органы зрения	Исключаются прыжки , кувырки, стойки на руках и голове	Упр на пространственную ориентацию, точность движений, динамическое равновесие, гимнастика для глаз
Желудочно – кишечного тракта, желудочного пузыря, печени	Уменьшается нагрузка на пресс, ограничиваются прыжки	

# Тесты физических качеств для учащихся отнесенных к СМГ

Общую выносливость – при беге(ходьбе) в течении 6 мин.

Скоростно – силовых качеств – прыжок в длину с места.

силу мышц рук - сгибание и разгибания рук в упоре лежа.

Броски и ловля теннисного мяча двумя руками с расстояния 1 метра от стенки в течение 30 с в максимальном темпе.

Тесты физической подготовленности для учащихся проводятся в сентябре, декабре и апреле.

Положительная оценка должна быть выставлена. если даже не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков , умений , но регулярно посещал занятия , старательно выполнял задания учителя.

В аттестаты об основном общем образовании и среднем (полном) общем образовании обязательно выставляется отметка по физической культуре.

В соответствии с Положением об итоговой аттестации выпускников основной и средней ( полной) общеобразовательной школы выпускники общеобразовательных учреждений могут участвовать в итоговой аттестации по физической культуре, проводимой как экзамен по выбору. Экзамен целесообразно проводить по билетам, в которые включаются вопросы теоретический и практическое задание.

Практическое задание должно быть доступно и разрешено только учащимся с конкретной формой заболевания.

Экзамен проводится в присутствии мед работника школы.

# Перечень вопросов для аттестации ВЫПУСКНИКОВ

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?

# Практические задания 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).