

## **Медицинский допуск детей к занятиям физической культурой**

***Седова Анна Сергеевна, к.м.н.***

Заведующий отделом гигиены детей, подростков и молодежи Института комплексных проблем гигиены  
ФБУН «Федеральный научный центр гигиены имени Ф.Ф. Эрисмана»

Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

тел. (+7) 985-237-38-83

e-mail: [sedovaas@fferisman.ru](mailto:sedovaas@fferisman.ru)



Характерной особенностью жизнедеятельности современных детей и подростков является малоподвижный образ жизни

Уровень ФА подростков (ежедневные занятия не менее 1 часа)

Возраст	MAX		РОССИЯ		MIN		СРЕДНЯЯ		
	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М+Д
11 лет	52	38	26	18	13	10	27	21	24
13 лет	37	35	18	10	11	5	23	15	19
15 лет	35	27	16	9	7	4	19	11	15

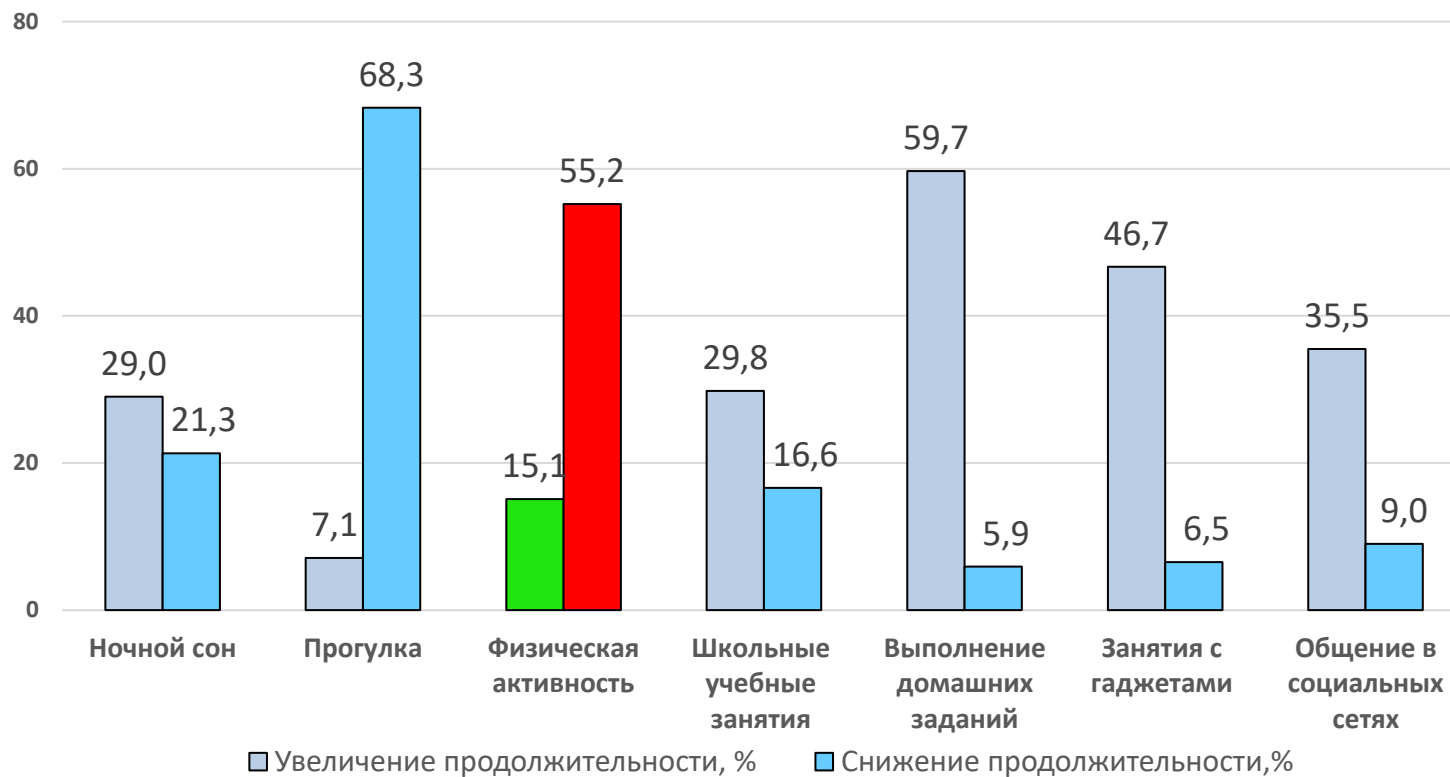


**Опрос ВОЗ**

**«Health behaviour in School-Aged Children» (HBSC), 2017/2018**

**«Поведенческие риски, опасные для здоровья школьников XIX века»**

# Изменение продолжительности основных видов деятельности в условиях самоизоляции (% школьников)



За последние 7 дней 22,3 % опрошенных были физически активны не менее 60 мин в день

	%	ДИ
Отсутствие физической активности	38,6	38,0—39,1
Занятия с тренером в онлайн-режиме и выполнение заданий школы дистанционно	6,0	5,7—6,3
Самостоятельные занятия, онлайн-тренировки	54,0	53,4—54,6

## Риски здоровью детей в современных условиях обусловлены:

1. Условиями обучения и воспитания, отдыха и оздоровления (потенциально-опасными и опасными для здоровья детей).
2. Использованием педагогических технологий, не прошедших гигиенической экспертизы на безопасность для здоровья обучающихся.
3. Цифровой средой жизнедеятельности детей и средствами ее обеспечения.
4. Гиподинамией (дефицитом двигательной активности и ее неадекватностью потребностям организма ребенка).
5. Нездоровым питанием детей.
6. Поведением детей, опасным в отношении собственного здоровья.
7. Организацией медицинского обеспечения детей.
8. Недостаточным уровнем знаний и компетентности педагогических работников в сфере охраны и укрепления здоровья детей.
9. Недостаточным уровнем межведомственного взаимодействия в сфере охраны и укрепления здоровья обучающихся.

# **Физическая инертность растет во многих странах, что приводит к росту неинфекционных, в первую очередь, сердечно-сосудистых заболеваний и ухудшению здоровья населения в мире в целом.**

Согласно данным WHO две трети случаев преждевременной смерти в зрелом возрасте являются результатом форм поведения в отношении здоровья, ставших привычными в школьном и подростковом возрасте.

Малоподвижный образ жизни находится на четвертом месте в ряду ведущих факторов риска смертности в странах с высоким уровнем дохода, почти миллион случаев смертей имеют связь с гиподинамией и потерю 8,3 миллиона лет здоровой жизни в год.

С началом полового созревания, в период с 11 до 13 лет, наблюдается наиболее резкий переход к малоподвижному образу жизни. Возрастает количество данных, указывающих на связь между сидячим образом жизни и широким спектром негативных физических, психологических последствий для здоровья. Наиболее значимые результаты обнаруживаются в отношении проведения времени перед экраном компьютера, телевизора и других технических устройств.

<https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Информационный бюллетень WHO «Избыточный вес и ожирение у детей»  
(январь 2016 г.: <http://whodc.mednet.ru/ru/component/attachments/download/130.htm>)

Информационный бюллетень WHO «Укрепление здоровья и повышение физической активности» (июль 2016 г.):  
<http://whodc.mednet.ru/ru/component/attachments/download/136.html>





Стратегия в области физической активности была разработана в свете принятых добровольных глобальных целей, сформулированных в Глобальном плане действий ВОЗ по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними на 2013–2020 гг. (резолюция WHA66.10).

*Повышение уровней физической активности играет важную роль в достижении следующих глобальных задач:*

- сокращении на 10% распространенности недостаточной физической активности к 2025 г.
- относительное сокращение на 25% риска преждевременной смерти от сердечно-сосудистых, онкологических, хронических респираторных заболеваний и диабета;
- относительное сокращение на 25% распространенности повышенного артериального давления или сдерживание распространенности повышенного артериального давления, в соответствии с условиями в странах;
- прекращение роста распространенности диабета и ожирения.

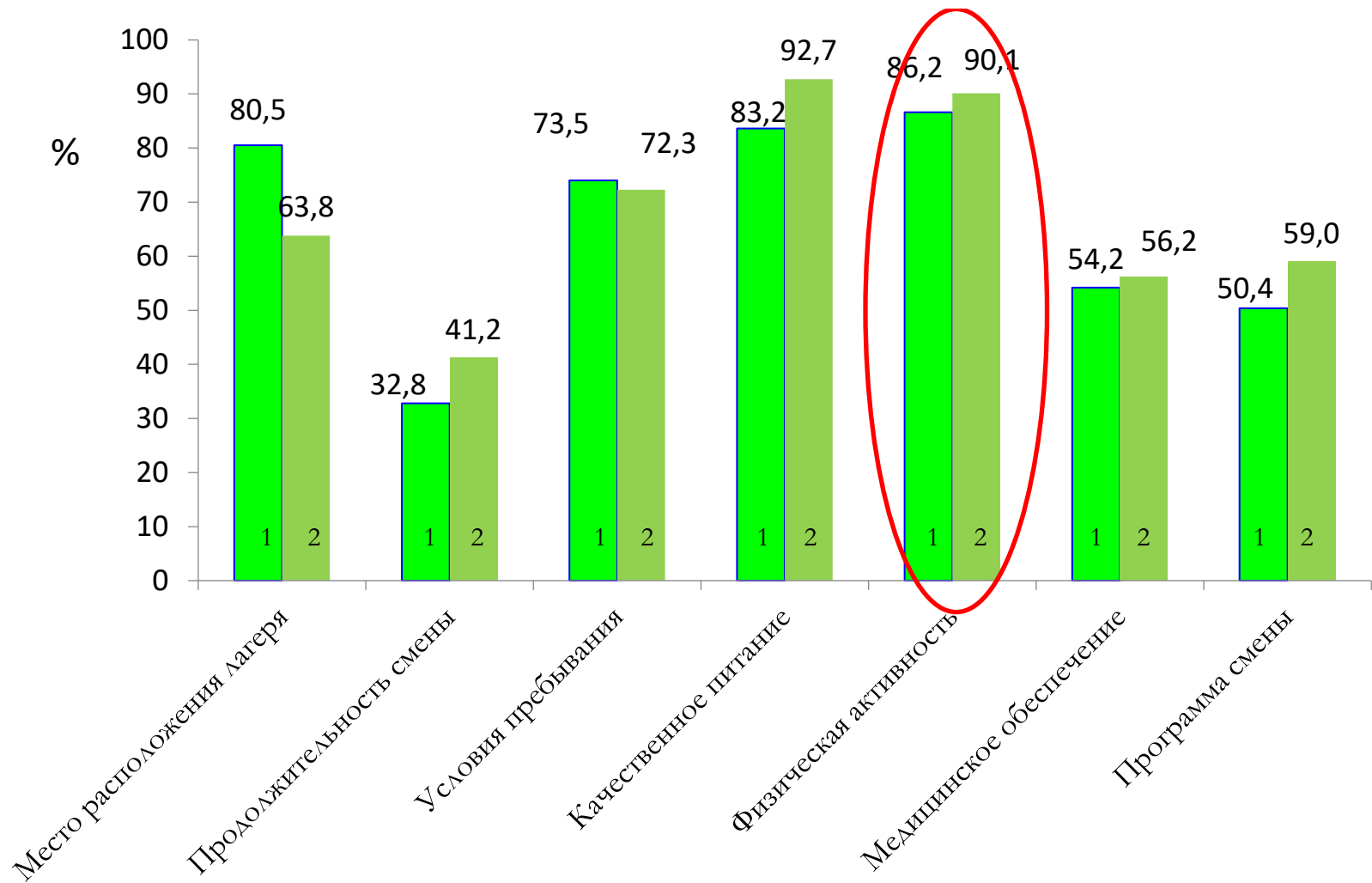
*Стратегия в области физической активности для Европейского региона ВОЗ, 2016–2025 гг. – Европейское региональное бюро ВОЗ. Копенгаген. 2016 г. – 28 стр. (Physical activity strategy for the WHO European Region 2016–2025)*

*Полный текст на русском языке на сайте Европейского регионального бюро ВОЗ:*

*[http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0003/312762/Physical-activity-strategy2016-2025-ru.pdf](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/312762/Physical-activity-strategy2016-2025-ru.pdf)*

# Что влияет на оздоровление ребенка в лагере?

(мнение родителей (1) и руководителей организаций отдыха (2))





# Основные проблемы совершенствования и развития системы физического воспитания детей

- Низкий уровень мотивации к занятиям физической культурой;
- Неудовлетворительная материально-техническая база;
- Низкое качество медицинского контроля;
- Отсутствие гигиенической оценки инновационных образовательных технологий;
- Подготовка кадров.

Храмцов П.И., Седова А.С., Березина Н.О., Вятлева О.А. Медико-педагогические и нейрофизиологические предпосылки формирования у обучающихся мотивации к занятиям физической культурой. Гигиена и санитария. 2015; 1: 86-91.

Khramtsov P., Sedova A., Berezina N., Vyatleva O. Motivation-forming to increase physical activity among children and adolescents. The materials of 18th biennial EUSUHM Congress «Mental Wellbeing of Children and Youth – a shared responsibility». 4-5 June 2015





Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ  
«О физической культуре и спорте  
в Российской Федерации»  
*ст. 28 «Физическая культура и спорт  
в системе образования»*

одной из задач организации  
физического воспитания и образования  
в образовательных организациях является  
проведение медицинского контроля  
за организацией физического воспитания

# Проведение медицинского контроля за организацией физического воспитания в образовательных организациях

- Приложение 3 к Порядку проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних, утвержденному приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 10 августа 2017 г. № 514н.
- Приложение N 4. Медицинское заключение о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группе для занятий физической культурой
- Приложение 1 к Порядку оказания медицинской помощи несовершеннолетним, в том числе в период обучения и воспитания в образовательных организациях, утвержденному приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 5 ноября 2013 г. № 822н.
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»

# Проведение медицинского контроля за организацией физического воспитания в образовательных организациях

- Федеральные рекомендации «Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований к условиям и организации физического воспитания в образовательных организациях» (ФР РОШУМЗ-7-2014. Утверждены Профильной комиссией Минздрава России 15.02.2014, протокол № 2 и на XVII Конгрессе педиатров России 15-16 февраля 2014 г.).
- Федеральные рекомендации «Медицинский допуск несовершеннолетних к соревнованиям и спортивно-оздоровительным мероприятиям в образовательных организациях». (ФР РОШУМЗ-13-2014. Утверждены Профильной комиссией Минздрава России 16.05.2014, протокол № 3 и на IV Конгрессе РОШУМЗ 15-16 мая 2014 г.).
- Методическое пособие «Организация медицинского сопровождения выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (Утверждены Президиумом Российской ассоциации по спортивно-медицинской реабилитации больных и инвалидов» 21.11.2014, протокол № 12).

Федеральные рекомендации «Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований к условиям и организации физического воспитания в образовательных организациях»  
(ФР РОШУМЗ-7-2014. Утверждены Профильной комиссией Минздрава России 15.02.2014, протокол № 2 и на XVII Конгрессе педиатров России 15-16 февраля 2014 г.).

1. Методология
2. Введение
3. Программа контроля за соблюдением санитарно-гигиенических требований к условиям и организации физического воспитания в образовательных организациях.
  - 3.1. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований к условиям проведения занятий физической культурой
  - 3.2. Комплектование медицинских групп несовершеннолетних обучающихся для занятий физической культурой
  - 3.3. Медицинские противопоказания к выполнению физических упражнений
  - 3.4. Медицинский контроль за состоянием обучающихся в процессе занятий физической культурой
4. Показания и противопоказания
5. Материально-техническое обеспечение
6. Форма учета результатов
7. Список нормативных и методических документов
8. Список литературы
9. Приложения

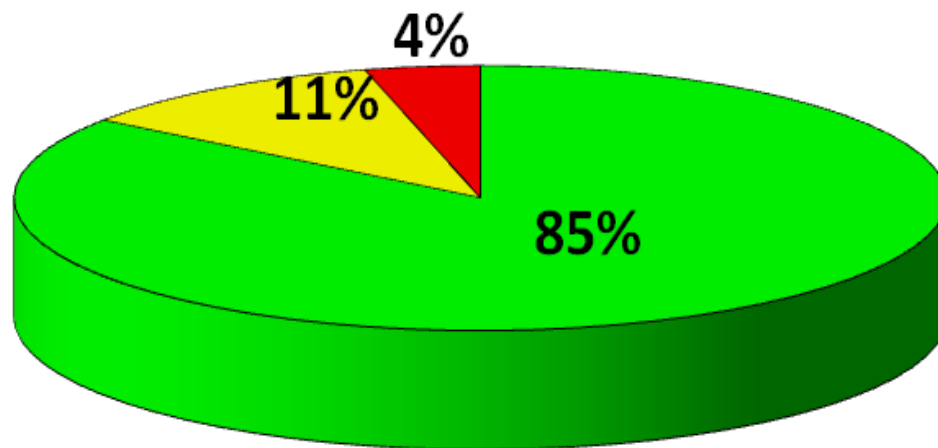
- Внешние признаки утомления обучающихся в процессе занятий физической культурой
- Медицинские противопоказания к выполнению физических упражнений
- Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений с учетом заболевания
- Физические упражнения, выполнение которых оказывает потенциально-опасное воздействие на здоровье детей

**Комплектование медицинских групп для занятий физической культурой**

Основная МГ	<ul style="list-style-type: none"><li>–обучающиеся без отклонений или с незначительными отклонениями в состоянии здоровья,</li><li>–благоприятным типом реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку и уровнем физической подготовленности, соответствующим возрасту и полу</li></ul>
Подготовительная МГ	<ul style="list-style-type: none"><li>–без отклонений или с незначительными отклонениями в состоянии здоровья,</li><li>–благоприятным типом кардиореспираторной системы на дозированную физическую нагрузку и уровнем физической подготовленности, не соответствующим возрасту и полу;</li><li>–с незначительными отклонениями в состоянии здоровья, удовлетворительным или неблагоприятным типом реакции кардиореспираторной системы на дозированную физическую нагрузку;</li><li>–часто болеющих (3 и более раз в год);</li><li>–реконвалесцентов из основной медицинской группы после перенесенных заболеваний, травм и окончания сроков освобождения от занятий физической культурой на период, определяемый индивидуально медицинским учреждением</li></ul>
Специальная МГ «А»	обучающиеся с выраженными отклонениями в состоянии здоровья функционального и органического генеза в стадии компенсации
Специальная МГ «Б»	обучающихся с выраженными отклонениями в состоянии здоровья в стадии субкомпенсации

## Распределение детей на медицинские группы для занятий физической культурой.

Выкопировка сведений из медицинских карт детей (на примере обучающихся 2-х классов)



Основная МГ



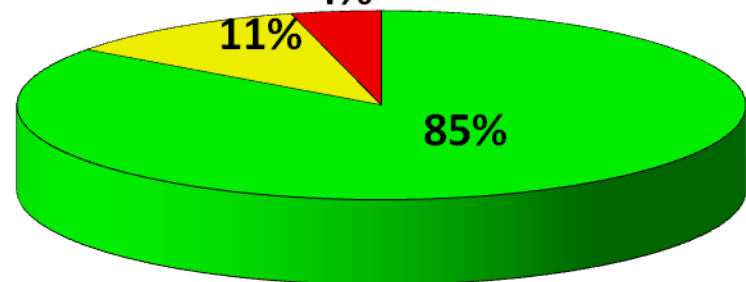
Подготовительная МГ



Специальная МГ

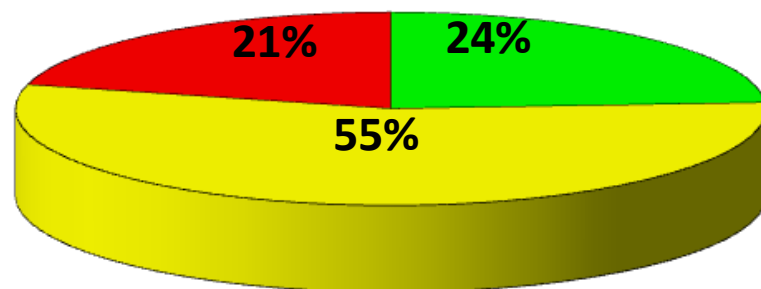
# Распределение детей на медицинские группы для занятий физической культурой (на примере обучающихся 2-х классов)

Выкопировка  
из медицинских карт

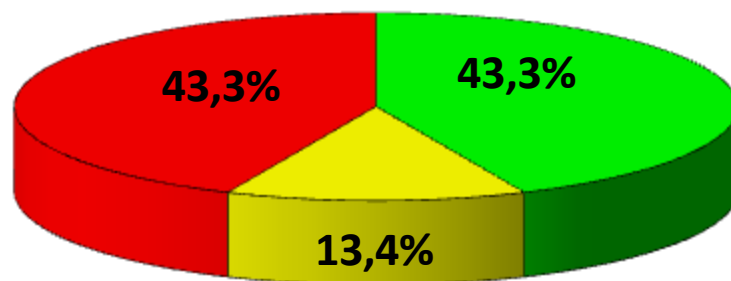


Основная МГ      Подготовительная МГ      Специальная МГ

После проведенного  
обследования



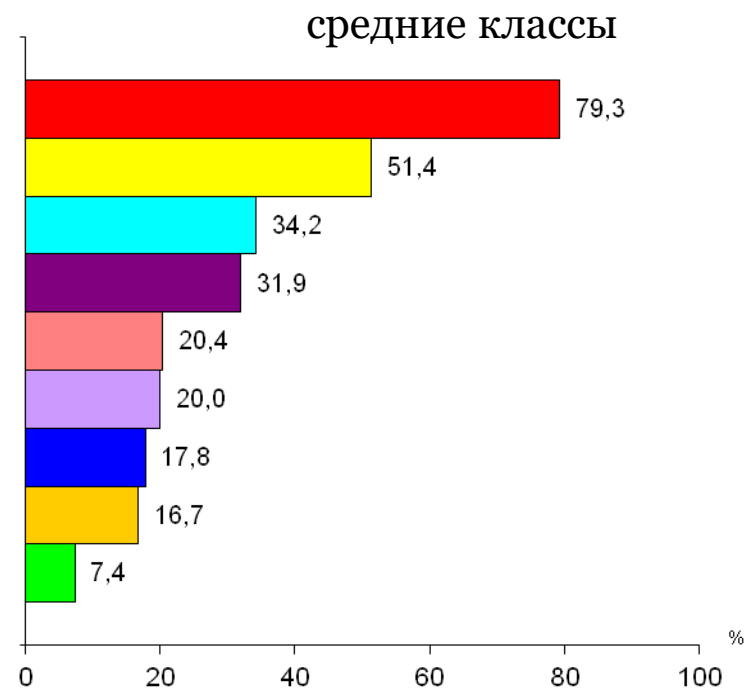
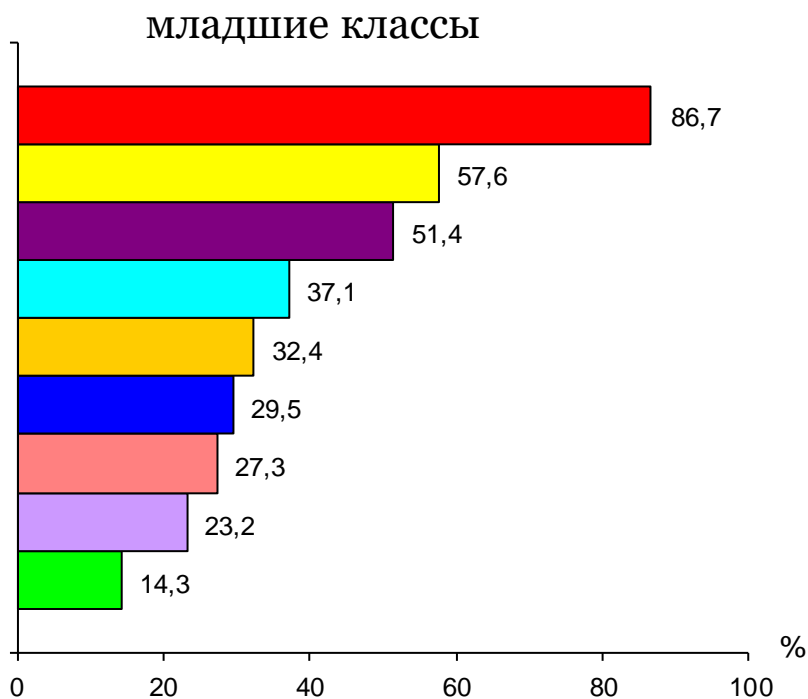
*Оценка функционального состояния организма детей ОМГ*  
(проба с физической нагрузкой)



Благоприятная реакция      Удовлетворительная реакция      Неблагоприятная реакция



# Трудность выполнения нормативов физической подготовленности обучающихся (%)



- |   |                           |
|---|---------------------------|
| трудно сдавать нормативы ФП             | метание                   |
| подтягивание                            | прыжки в высоту           |
| бег на длинную дистанцию                | прыжки в длину            |
| отжимание                               | бег на короткую дистанцию |
| подъем туловища в сед из положения лежа |                           |

- Смертельные случаи школьников на уроках физической культуры необходимо анализировать с целью выявления факторов риска изучаемых случаев, определения предупредительных мер.
- Большую частоту причин смерти школьников на уроках ФК составляют сердечно-сосудистые заболевания (51,1%) и травматизм (12,8%).
- Риск смерти школьников выше у мальчиков (70%).
- Возраст риска для мальчиков – старше 13 лет (особенно 15 лет), для девочек – младше 13 лет (особенно 12 лет).

Федеральные рекомендации «Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований к условиям и организации физического воспитания в образовательных организациях»  
(ФР РОШУМЗ-7-2014. Утверждены Профильной комиссией Минздрава России 15.02.2014, протокол № 2 и на XVII Конгрессе педиатров России 15-16 февраля 2014 г.).

- 1. Методология
  - 2. Введение
  - 3. Программа контроля за соблюдением санитарно-гигиенических требований к условиям и организации физического воспитания в образовательных организациях.
    - 3.1. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований к условиям проведения занятий физической культурой
    - 3.2. Комплектование медицинских групп несовершеннолетних обучающихся для занятий физической культурой
    - 3.3. Медицинские противопоказания к выполнению физических упражнений
    - 3.4. Медицинский контроль за состоянием обучающихся в процессе занятий физической культурой
  - 4. Показания и противопоказания
  - 5. Материально-техническое обеспечение
  - 6. Форма учета результатов
  - 7. Список нормативных и методических документов
  - 8. Список литературы
  - 9. Приложения
- 
- Внешние признаки утомления обучающихся в процессе занятий физической культурой
  - Медицинские противопоказания к выполнению физических упражнений
  - Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений с учетом заболевания
  - Физические упражнения, выполнение которых оказывает потенциально-опасное воздействие на здоровье детей

Федеральные рекомендации «Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований к условиям и организации физического воспитания в образовательных организациях»  
 (ФР РОШУМЗ-7-2014. Утверждены Профильной комиссией Минздрава России 15.02.2014, протокол № 2 и на XVII Конгрессе педиатров России 15-16 февраля 2014 г.).

Приложение 1

Рекомендации по определению медицинской группы при некоторых отклонениях в состоянии здоровья обучающихся

	Медицинская группа			
	Основная	Подготовительная	Специальная «А»	Специальная «Б»
<i>Сердечно-сосудистая система</i>				
Врожденные пороки сердца без признаков недостаточности кровообращения			Строго индивидуально при отсутствии признаков перегрузки правого желудочка и гемодинамических расстройств, при благоприятной реакции на пробу с дозированной физической нагрузкой	Строго индивидуально при наличии признаков перегрузки правого желудочка и гемодинамических расстройств
Послеоперационный период после хирургических вмешательств по поводу порока сердца			Строго индивидуально при условии предшествующих успешных занятий не менее 1 года ЛФК и благоприятной реакции на пробы с дозированной физической нагрузкой	В до- и послеоперационном периоде в течение 1 года после операции
Реконвалесценция после перенесенного ревматического миокардита	Не ранее чем через 2 года после перенесенного заболевания при достаточном уровне физической подготовленности и отсутствии ЭКГ изменений, при благоприятной	Не ранее чем через 1 год после перенесенного заболевания при отсутствии клинических признаков поражения сердца, суставов при благоприятной	Не ранее чем через 8–10 мес после перенесенного заболевания при отсутствии признаков активности процесса и недостаточности кровообращения	В первые 8–10 мес после перенесенного заболевания при отсутствии признаков активности процесса и нарушений компенсации

Федеральные рекомендации «Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований к условиям и организации физического воспитания в образовательных организациях»  
(ФР РОШУМЗ-7-2014. Утверждены Профильной комиссией Минздрава России 15.02.2014, протокол № 2 и на XVII Конгрессе педиатров России 15-16 февраля 2014 г.).

Приложение 3

Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений с учетом заболевания

Болезни органов и систем организма	Противопоказания <sup>1</sup>	Ограничения <sup>2</sup>
Органы кровообращения (артериальная гипертензия, компенсированные пороки сердца и др.)	1–5	1–5
Органы дыхания (хр. бронхит, бронхиальная астма, рецидивирующие носовые кровотечения и др.)	1–5	1–5
Мочеполовая система (пиелонефрит, цистит, нарушения менструальной функции и др.)	1–3; 5; 6; 11	1–4; 6; 7
Органы пищеварения (хр. гастрит, хр. гастродуоденит, язвенная болезнь, пупочная грыжа и др.)	1–3; 5; 6	1–6; 8
Нервная система (эпилепсия, внутричерепная гипертензия, гипертензионно-гидроцефальный синдром и др.)	1–5; 7	1–6; 9
Костно-мышечная система (плоскостопие, сколиоз, лордоз, кифоз, выраженные нарушения осанки, в т.ч. кифосколиотическая осанка, плоская спина и др.).	1–3	1–4; 6
Органы зрения (миопия средней и высокой степени, гиперметропия средней и высокой степени, астигматизм и др.)	1–3; 5; 7–10	1–6
Эндокринная система (ожирение, сахарный диабет и др.)	1–3; 5; 6	1–6

<sup>1</sup>Противопоказания:

- 1 – физические нагрузки высокой интенсивности (бег в быстром темпе, прыжки в быстром темпе, эстафеты и др.);
- 2 – акробатические упражнения (кувырки вперед и назад, «мостик», «березка», стойка на руках и на голове и др.);
- 3 – упражнения на гимнастических снарядах, в т. ч. висы без опоры, подтягивание на перекладине, прыжки через коня (козла), упражнения на брусках и кольцах и др.;
- 4 – упражнения, выполнение которых связано с длительной задержкой дыхания;
- 5 – упражнения, выполнение которых связано с натуживанием;
- 6 – упражнения, выполнение которых связано с интенсивным напряжением мышц брюшного пресса;
- 7 – упражнения, выполнение которых связано со значительным наклоном головы;
- 8 – упражнения, выполнение которых связано с запрокидыванием головы;
- 9 – упражнения, выполнение которых связано с резким изменением положения тела;
- 10 – упражнения, требующие напряжения органов зрения (упражнения в равновесии на повышенной опоре и др.);
- 11 – переохлаждение тела.

<sup>2</sup>Ограничения:

- 1 – продолжительные физические нагрузки средней интенсивности (бег трусцой, бег в умеренном темпе, подвижные игры и др.);
- 2 – физические упражнения, направленные на развитие общей и локальной выносливости, скоростно-силовых качеств;
- 3 – физические упражнения с длительным статическим напряжением мышц;
- 4 – физические упражнения на тренажерах (необходим индивидуальный подбор тренажера со строгим дозированием физических нагрузок);
- 5 – физические упражнения, вызывающие нервное перенапряжение;
- 6 – упражнения, сопровождающиеся значительным сотрясением тела (прыжки в высоту, с разбега, спрыгивания и др.);
- 7 – занятия плаванием;
- 8 – круговые движения туловища и наклоны, особенно вперед. Круговые движения головой, наклоны головы.

Федеральные рекомендации «Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований к условиям и организации физического воспитания в образовательных организациях»  
(ФР РОШУМЗ-7-2014. Утверждены Профильной комиссией Минздрава России 15.02.2014, протокол № 2 и на XVII Конгрессе педиатров России 15-16 февраля 2014 г.).

Приложение 4

Физические упражнения, выполнение которых оказывает потенциально-опасное воздействие на здоровье детей

Физические упражнения	Потенциально-опасное воздействие на организм ребенка
Кувырки через голову вперед и назад	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Избыточное давление на шейный отдел позвоночника: компрессия межпозвонковых дисков, нервов и сосудов шеи; повышение внутричерепного давления.</li> <li>• Высокий риск травмы шейного отдела позвоночника.</li> </ul>
Упражнение «мостик»	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Переразгибание в шейном и поясничном отделе позвоночника с патологическим раздражением рецепторов; повышение внутричерепного давления.</li> <li>• Высокий риск компрессии корешков спинномозговых нервов и сосудистых нарушений.</li> </ul>
Стойка на голове, на руках. Упражнение «березка», «плуг» из и.п. лежа на спине поднимание выпрямленных ног и опускание их за голову	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат позвоночника, повышение артериального и внутричерепного давления.</li> <li>• Риск нарушения кровообращения, травмы шейного отдела позвоночника и возникновения грыжи.</li> </ul>
Высокоамплитудные и (или) резкие движения головой: круговые движения, повороты в стороны, наклоны, особенно запрокидывание головы назад	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Переразгибание в шейном отделе позвоночника с патологическим раздражением рецепторов.</li> <li>• Высокий риск компрессии корешков спинномозговых нервов и сосудов шеи с последующими неврологическими и сосудистыми нарушениями.</li> </ul>
Высокоамплитудные и (или) резкие движения туловища (круговые, наклоны), особенно с отягощением (утяжеленный мяч, гантели)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат позвоночника, повышение внутрибрюшного давления, особенно при резком глубоком наклоне вперед с выпрямленными ногами.</li> <li>• Риск смещения межпозвонковых дисков и возникновения грыжи.</li> </ul>
Глубокий прогиб туловища назад, в т. ч. из и.п. лежа на животе: упражнения «качалка», «лодочка», «лук»	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разгибательная перегрузка шейного и поясничного отдела позвоночника, компрессия корешков спинномозговых нервов.</li> <li>• Риск травмы связочно-мышечного аппарата позвоночника, возникновения неврологических и сосудистых нарушений.</li> </ul>
Висы без опоры, подтягивание на перекладине и др. спортивных снарядах. Лазание по канату	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Избыточная нагрузка на связочно-мышечный аппарат позвоночника и верхних конечностей, повышение внутрибрюшного давления, большая нагрузка на сердечно-сосудистую систему. Риск травмы плеча, возникновения грыжи, опущения внутренних органов.</li> </ul>
Высокоамплитудные и (или) резкие маховые движения ногой, особенно махи назад с прогибом туловища из и.п. сидя с опорой на голени и кисти	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Избыточная нагрузка на поясничный отдел позвоночника: значительное растяжение связочно-мышечного аппарата позвоночника, сдавливание межпозвонковых дисков; повышение внутрибрюшного давления.</li> </ul>

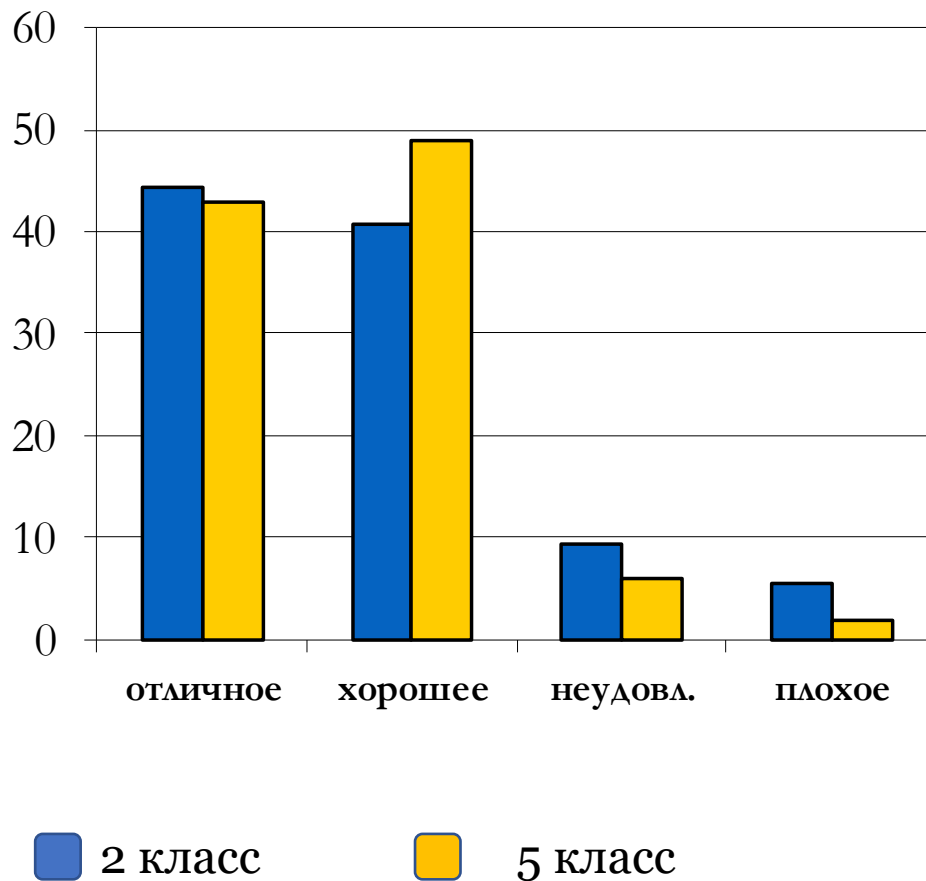
Приложение 5

Внешние признаки утомления обучающихся  
в процессе занятий физической культурой

Наблюдаемые признаки	Степень выраженности утомления	
	Небольшая	Средняя
Окраска кожи лица· шеи	небольшое покраснение лица	значительное покраснение лица
Потливость	незначительная	выраженная потливость лица
Характер дыхания	несколько учащенное, ровное	резко учащенное
Характер движений	бодрые, задания выполняются четко	неуверенные, нечеткие появляются дополнительные движения. У некоторых детей отмечается возбуждение, у других – заторможенность
Самочувствие	хорошее· жалоб нет	жалобы на усталость, отказ от дальнейшего выполнения заданий
Мимика	спокойное выражение лица	напряженное выражение лица
Внимание	четкое, безошибочное выполнение указаний	рассеянное, задания выполняются неточно

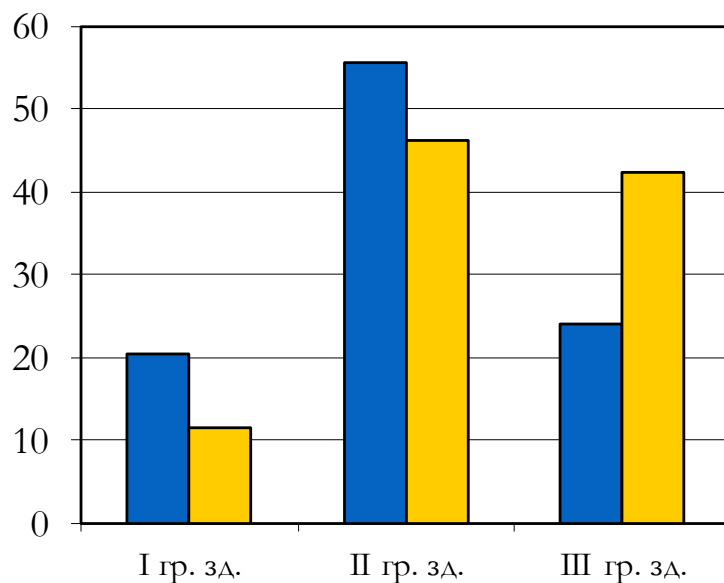


## Субъективная оценка состояния здоровья обучающихся, %



## Распределение обучающихся на группы здоровья, %

%



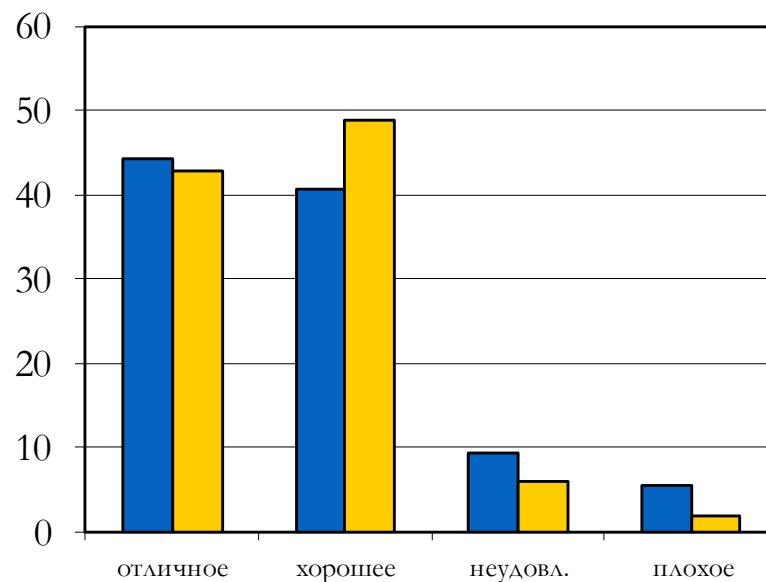
2 класс



5 класс

## Субъективная оценка состояния здоровья обучающихся, %

%



Федеральные рекомендации «Медицинский допуск несовершеннолетних к соревнованиям и спортивно-оздоровительным мероприятиям в образовательных организациях». (ФР РОШУМЗ-13-2014. Утверждены Профильной комиссией Минздрава России 16.05.2014, протокол № 3 и на IV Конгрессе РОШУМЗ 15-16 мая 2014 г.).

*Спортивно-оздоровительные мероприятия* – комплекс физических упражнений, проводимых при содействии образовательной организации, с целью формирования мотивации к занятиям физической культурой, повышения физической работоспособности и физической подготовленности занимающихся при условии обеспечения безопасности их жизни и здоровья.

*К спортивно-оздоровительным мероприятиям* относятся спортивные праздники, «Неделя физической культуры», «Дни здоровья» и др. Эти мероприятия направлены не только на оздоровительное и физическое совершенствование организма, но и способствуют нравственному, эстетическому воспитанию, а также носят просветительский характер. ОО ежегодно составляет план соревнований и спортивно-оздоровительных мероприятий, учитывая единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных и спортивных мероприятий и доводит до сведения врача-педиатра (фельдшера) и врача по гигиене детей и подростков отделения организации медицинской помощи несовершеннолетним в образовательной организации.

Федеральные рекомендации «Медицинский допуск несовершеннолетних к соревнованиям и спортивно-оздоровительным мероприятиям в образовательных организациях».

*(ФР РОШУМЗ-13-2014. Утверждены Профильной комиссией Минздрава России 16.05.2014, протокол № 3 и на IV Конгрессе РОШУМЗ 15-16 мая 2014 г.).*

1. Методология
2. Введение
3. Программа медицинского допуска к соревнованиям и спортивно-оздоровительным мероприятиям в образовательных организациях.
  - 3.1. Медицинский допуск к соревнованиям
  - 3.2. Медицинский допуск к спортивно-оздоровительным мероприятиям
  - 3.3. Медицинские противопоказания к участию в соревнованиях и спортивно-оздоровительных мероприятиях
  - 3.4. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований к условиям проведения соревнований и спортивно-оздоровительных мероприятий.
  - 3.5. Медицинский контроль за состоянием обучающихся во время проведения соревнований и спортивно-оздоровительных мероприятий.
4. Показания и противопоказания
5. Материально-техническое обеспечение
6. Форма учета результатов
7. Список нормативных и методических документов
8. Список литературы
9. Приложения

***Благодарю за внимание!***

***Седова Анна Сергеевна***

тел. (+7) 985-237-38-83

e-mail: [sedovaas@fferisman.ru](mailto:sedovaas@fferisman.ru)

