

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель
Министра образования
Республики Беларусь


А.В.Каллубай
«22» 11/2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель
Министра здравоохранения –
Главный государственный
санитарный врач
Республики Беларусь


С.В.Нечай
«22» 11/2025 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

по осуществлению медико-педагогического контроля всех форм
физического воспитания в учреждениях общего среднего образования

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Организационные аспекты.

1.1. Настоящие Методические рекомендации разработаны в целях определения единых подходов к осуществлению медико-педагогического контроля всех форм физического воспитания в учреждениях, реализующих образовательные программы общего среднего образования Республики Беларусь (далее – УОСО).

1.2. Методические рекомендации предназначены для руководителей (заместителей руководителей) УОСО, педагогических работников, медицинских работников и рекомендуется к применению при организации медико-педагогического контроля за всеми формами физического воспитания в УОСО.

1.3. Под медико-педагогическим контролем понимается комплекс мероприятий, направленных на систематическое наблюдение за организацией и проведением всех форм физического воспитания с точки зрения их соответствия санитарно-эпидемиологическим требованиям, возрастным особенностям и физическим возможностям обучающихся.

2. Документы, определяющие требования к организации физического воспитания в учреждениях общего среднего образования

2.1. Специфические санитарно-эпидемиологические требования к содержанию и эксплуатации учреждений образования, утвержденные постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 07.08.2019 № 525 (далее – ССЭТ 525);

2.2. Правила безопасности проведения занятий физической культурой и спортом, утвержденные постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 31.08.2018 № 60;

2.3. Учебные программы по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для учащихся учреждений образования, реализующих образовательные программы общего среднего образования, утвержденные в установленном порядке;

2.4. Инструктивно-методическое письмо Министерства образования Республики Беларусь «Об организации образовательного процесса при изучении учебных предметов и проведении факультативных занятий при реализации образовательных программ общего среднего образования» в соответствующем учебном году и приложение к нему «Особенности организации образовательного процесса при изучении учебного предмета «Физическая культура и здоровье»;

2.5. Инструкция по применению № 007-1112 «Организация здоровьесбережения в учреждениях общего среднего образования путем коррекции двигательных режимов учащихся», утвержденная заместителем Министра – Главным государственным санитарным врачом Республики Беларусь 12.02.2012, пер. № 007-1112;

2.6. Рекомендации о порядке обеспечения оказания медицинской помощи обучающимся в возрасте до 18 лет, утвержденные приказом Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 28.12.2023 № 1925.

2.7. Инструкция «О порядке распределения обучающихся в основную, подготовительную, специальную медицинскую группы, группу лечебной физической культуры», утверждена Постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 09.06.2014 № 38 (далее – Инструкция № 38);

2.8. Приказ Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 11 февраля 2025 г. № 136 «О некоторых вопросах распределения обучающихся в основную, подготовительную, специальную медицинские группы и группу лечебной физической культуры».

3. Цели и задачи медико-педагогического контроля

- 3.1. Основными целями медико-педагогического контроля являются:
- обеспечение безопасности обучающихся во время занятий физической культурой и других форм физического воспитания;
 - повышение эффективности образовательного процесса по физическому воспитанию;
 - профилактика переутомления, перегрузок и травматизма;
 - создание условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

3.2. Задачи:

периодическое наблюдение за организацией двигательного режима в соответствии с функциональными возможностями обучающихся;

анализ содержания и методики проведения уроков физической культуры и внеклассных спортивно-оздоровительных мероприятий;

соблюдение санитарно-эпидемиологических требований к условиям проведения занятий;

выявление отклонений в организации образовательного процесса по физическому воспитанию и принятие коррекционных мер.

4. Кратность проведения медико-педагогического контроля

В соответствии с пунктом 69 ССЭТ 525 администрацией учреждения совместно с медицинским работником должен осуществляться контроль за организацией физического воспитания обучающихся, в том числе с выборочной оценкой учебных занятий по физической культуре.

Приказом Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 28.12.2023 № 1925 установлено, что медицинский работник совместно с руководителем учреждения образования или его заместителем (далее – администратор, наблюдающий) не реже 1 раза в квартал осуществляет контроль за организацией и проведением одной из форм физического воспитания учащихся каждым учителем физической культуры.

Планирование медико-педагогического контроля необходимо осуществлять таким образом, чтобы данным контролем были охвачены все учителя физической культуры, работающие в учреждении образования, и все формы физического воспитания, подлежащие медико-педагогическому контролю.

4. Формы физического воспитания, подлежащие медико-педагогическому контролю

Медико-педагогический контроль осуществляется в отношении следующих форм физического воспитания:

учебные занятия по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» («Адаптивная физическая культура») (далее – уроки физической культуры);

спортивно-массовые мероприятия;

физкультурно-оздоровительные мероприятия.

II. КРИТЕРИИ МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ И МЕТОДЫ ОЦЕНКИ

5. Медико-педагогический контроль всех форм физического воспитания учащихся включает в себя:

контроль за организацией и осуществлением физического воспитания с учетом распределения учащихся на группы для занятий на уроках физической культурой;

контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм при проведении уроков физической культуры, спортивно-массовых, физкультурно-оздоровительных мероприятий;

оценку адекватности физических нагрузок для учащихся разных медицинских групп на уроках физической культуры, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;

оценку соблюдения структуры учебных занятий и соответствия двигательного режима на уроках физической культуры, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;

контроль за соблюдением мер безопасности при проведении уроков физической культуры, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;

профилактику травматизма на уроках физической культуры, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях;

оценку эффективности физического воспитания в учреждении образования.

6. Результаты медико-педагогического контроля обобщаются и заслушиваются на совещаниях при руководителе учреждения образования, заседаниях методических объединений, педагогических советах учреждений образования с участием медицинских работников.

7. При осуществлении медико-педагогического контроля за организацией физического воспитания с учетом распределения учащихся на группы для занятий по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» (сентябрь, январь) фиксируется количество учащихся в классе, отнесенных к каждой группе; количество учащихся, которые не имеют медицинских справок о состоянии здоровья формы 1 здр/у-10 с указанием группы по физкультуре.

Справочно:

В соответствии с пунктом 114 ССЭТ 525 ежегодно до 1 сентября на основании медицинских справок о состоянии здоровья должно проводиться распределение учащихся на медицинские группы для проведения учебных занятий по учебному предмету «Физическая

культура и здоровье»: основная, подготовительная, специальная, лечебной физической культуры.

Медицинские справки о состоянии здоровья формы 1 здр/у-10, как правило, выдаются в месяц рождения обучающихся и действительны до 1 года. В соответствии с Постановлением № 38 распределение учащихся на медицинские группы для проведения учебных занятий по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» проводится не реже одного раза в год.

Обучающиеся допускаются к учебным занятиям по физической культуре, спортивно-массовым, физкультурно-оздоровительным мероприятиям только в спортивной одежде и обуви, к занятиям в спортивных секциях, участию в спортивных соревнованиях - с письменного разрешения медицинского работника (пункт 69 ССЭТ 525).

8. При осуществлении контроля за соблюдением санитарно-эпидемиологических требований при проведении уроков физической культуры и здоровья, всех форм физического воспитания учащихся фиксируется температура воздуха в спортивном зале, раздевальных (в холодный период года), на улице (при проведении занятий (мероприятий) на школьном стадионе); выполнение требований по проведению влажной уборки спортивного зала, обработки инвентаря, иное.

9. Оценка адекватности физических нагрузок для учащихся, отнесенных к разным медицинским группам на уроках физической культуры, при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

9.1. Содержание и методика проведения уроков физической культуры

Для отражения содержания и методики проведения уроков физической культуры администратор и (или) медицинский работник ведут протокол с указанием в нем: продолжительности отдельных частей и всего урока в целом; перечня используемых физических упражнений и их характеристик; спортивно-технических результатов.

Общее заключение дается после окончания занятия.

При наблюдении за отдельными учащимися проводится *детальный хронометраж* занятия (приложение 1), фиксируются длительность выполнения каждого упражнения и продолжительность пауз между ними.

Метод хронометража позволяет определить общую и моторную плотность урока физической культуры. Для использования метода хронометража необходимо иметь секундомер, позволяющий суммировать время.

Методика определения величины общей плотности урока (далее – ОПУ) и моторной (двигательной) плотности урока (далее – МПУ) заключается в

том, что до начала урока из состава класса выбираются два учащихся (по одному основной и подготовительной группы), за которыми ведется наблюдение в течение всего урока, и проводится *детальный хронометраж занятия*. Выбранные учащиеся, а также учитель не должны знать за кем ведется наблюдение. В отдельных хронометражных листах (приложение 1) каждые 10 секунд на протяжении 45 минут администратор или медицинский работник фиксируют результаты наблюдений: если учащийся выполняет физическую нагрузку, то в ячейке соответствующей минуты и секунды ставят (+), во время отдыха – минус (-), во время объяснения и показа – 0.

9.2. Общая плотность урока физической культуры (ОПУ)

Методика определения величины ОПУ заключается в наблюдении за действиями учителя во время урока и фиксировании полезно затраченного времени учителем на уроке (далее – ПЗВ) и нерационально затраченного времени на уроке. При этом учитель заранее не предупреждается о том, что за ним будет вестись наблюдение.

К действиям учителя, которые характеризуют ПЗВ на уроке, можно отнести рассказ и объяснение нового учебного материала, показ или демонстрацию, упражнения или комплексы упражнений, оказание помощи учащимся при выполнении упражнений, осуществление страховки, оценивание действий учащихся и т.п. Обращаем внимание на то, что наблюдение, как педагогический метод, выставление отметок в классный журнал и дневники учащихся тоже относится к категории ПЗВ.

К действиям учителя, характеризующим нерационально затраченное время на уроке, можно отнести несвоевременное начало и окончание урока (время от звонка до начала урока, а также от окончания урока до звонка с урока), различные отвлечения во время урока, иное.

ОПУ характеризует отношение времени, полезно затраченного учителем на уроке (ПЗВ) к общему времени урока (ВУ), выраженное в процентах:

$$\text{ОПУ} = \text{ПЗВ (учителем)} : \text{ВУ} \times 100\%.$$

Критерием оценки величины ОПУ выступает число, полученное после расчетов по указанной формуле. При этом, чем ближе величина ОПУ к 100 %, тем эффективнее учитель использует время урока.

Справочно:

Например, после проведенных расчетов величина ОПУ составила 92,5 %. Это говорит о том, что при длительности урока 45 минут учитель нерационально затратил почти 3,5 минуты. В данном случае администратор обязан указать на этот факт учителю, уточнить с ним причины потери времени и указать ему на пути исправления отмеченных недостатков.

9.3. Моторная (двигательная) плотность урока (МПУ).

Методика определения величины МПУ заключается в том, что до начала урока из состава класса выбирается любой учащийся (два учащихся), за которым(и) ведется наблюдение в течение всего урока. Выбранные учащиеся, а также учитель не должны знать, что именно за данными учащимися ведется наблюдение. Администратор и медицинский работник фиксируют время двигательной активности учащихся (любые двигательные действия: строевые упражнения, ходьба, бег, общеразвивающие и специальные упражнения, игры и т.д.) (далее – ВДА) с помощью секундомеров. По окончании выполнения упражнения или задания учителя секундомер(ы) выключается(ются) на время отдыха учащегося (учащихся) до начала следующего упражнения или задания. Таким образом, секундомер(ы) фиксирует(ют) суммарное время двигательной активности учащегося (учащихся), исключая время отдыха, ожидания очереди выполнения упражнения, слушания объяснений учителя и т.п.

МПУ определяется как отношение суммарного времени двигательной активности учащегося в минутах ко времени урока в минутах, выраженное в процентах. МПУ определяется по формуле:

$$\text{МПУ} = \text{ВДА} / \text{ВУ} \times 100\%$$

При анализе урока следует принимать во внимание, что на величину МПУ влияют многие факторы, например, возраст учащихся, их количество в классе, количество мальчиков (юношей) и девочек (девушек), уровень двигательной и физической подготовленности учеников, место проведения занятий, сложность поставленных задач, наличие и эффективность использования спортивного инвентаря и т.п.

Справочно:

На величину МПУ больше всего оказывает влияние тип урока. Естественно, что на уроках ознакомления с новым материалом и его разучивания МПУ будет невысокой, например, 20-40 %. Однако данный показатель не может служить критерием плохой работы учителя. С другой стороны, если на уроке совершенствования изученного материала не продумана методика организации занятий и учащиеся тратят много времени в ожидании возможности выполнить упражнение, то МПУ величиной 20-40% будет являться одним из основных критериев низкой методической грамотности учителя.

Примерные величины МПУ физической культуры и здоровья

Тип урока	Моторная плотность
Вводный урок	10-40%
Урок ознакомления с новым материалом	20-40%

Урок разучивания нового материала	30-50%
Урок закрепления и совершенствования нового материала	50-80%
Контрольный урок	40-50%
Комбинированный урок	40-60%
Сюжетные уроки (сказка, путешествие ...), урок-соревнование	30-60%
Урок – круговая тренировка	50-80%

На основании МПУ делается вывод о двигательной активности обучающихся на уроке.

В соответствии с пунктом 69 ССЭТ 525 двигательная активность обучающихся на учебных занятиях по физической культуре должна составлять от 70 до 85 % от общей длительности учебного занятия.

9.4. Пульсометрия

Физическая нагрузка для обучающихся на уроках физической культуры и здоровья должна быть с учетом состояния здоровья. Поэтому наиболее информативным показателем реакции организма на физическую нагрузку является частота сердечных сокращений (ЧСС). По динамике ее изменения на протяжении урока физической культуры и в восстановительном периоде оценивают правильность построения урока, соответствие нагрузки функциональным возможностям организма учащихся.

У выбранных для проведения хронометража двух учащихся до начала урока определяют ЧСС. Замеры ЧСС проводят за 10-секундные отрезки времени – до урока, после подготовительной части, на высоте основной части, после основной, заключительной частей урока (в конце подготовительной части (в начале основной части), на высоте основной части, в конце основной части (в начале заключительной части), в конце урока) и в течение 3-5 мин в восстановительном периоде. Полученные данные используют для анализа динамики ЧСС по следующей формуле.

$$\Delta\text{ЧСС} = ((\text{ЧСС}_x - \text{ЧСС}_0) / \text{ЧСС}_0) \times 100\%,$$

где $\Delta\text{ЧСС}$ – прирост ЧСС в конкретной части урока физической культуры и здоровья по сравнению с ЧСС до занятия, %,

ЧСС_x – величина ЧСС после конкретной части занятия, абс. в мин.

ЧСС_0 – величина ЧСС до урока физической культуры и здоровья, абс. в мин.

Полученные данные используют для построения физиологической кривой пульса. Это графическое изображение динамики ЧСС. По горизонтали откладывают в масштабе времени части занятия, а по вертикали – показатели ЧСС по отношению к исходным.

Справочно:

Для учащихся основной группы нормальная физиологическая кривая пульса представляет собой восходящую линию, которая после подготовительной части нарастает до 50-60%, в основной части урока может подниматься на 80-100% (основная медицинская группа) по отношению к исходному уровню, с несколькими зубцами, соответствующими выполнению наиболее интенсивных упражнений. Двигательные режимы при средней (измеренной несколько раз за урок) ЧСС 150-170 ударов в минуту – самые оптимальные для основной группы, поскольку они обеспечивают эффективную тренировку сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

ЧСС 150-170 ударов в минуту является переходным рубежом от аэробного к анаэробному дыханию.

В заключительной части урока должна наблюдаться выраженная тенденция к снижению физиологической кривой пульса (рис.1). Возвращение пульса к исходному уровню должно произойти к концу урока или в течение не более 3-5 минут после его окончания. Разница исходных и конечных показателей не должна превышать 20%.

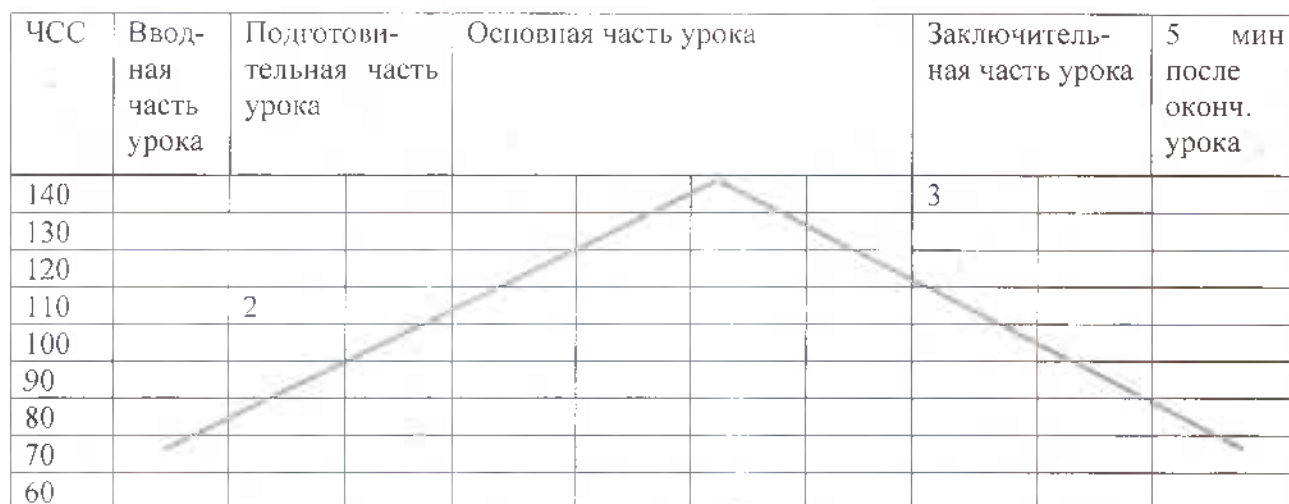


Рис. 1 Нормальная физиологическая кривая пульса для учащихся основной группы

Кривая, вершина которой находится в основной части урока, является нормальной (правильного типа). Физиологические кривые, пульса вершины которых приходятся на подготовительную или заключительную части урока – показатели неправильного построения урока.

Незначительный подъем физиологической кривой пульса (рис.2) свидетельствует о малой нагрузке на уроке, не обеспечивающей тренирующего эффекта.

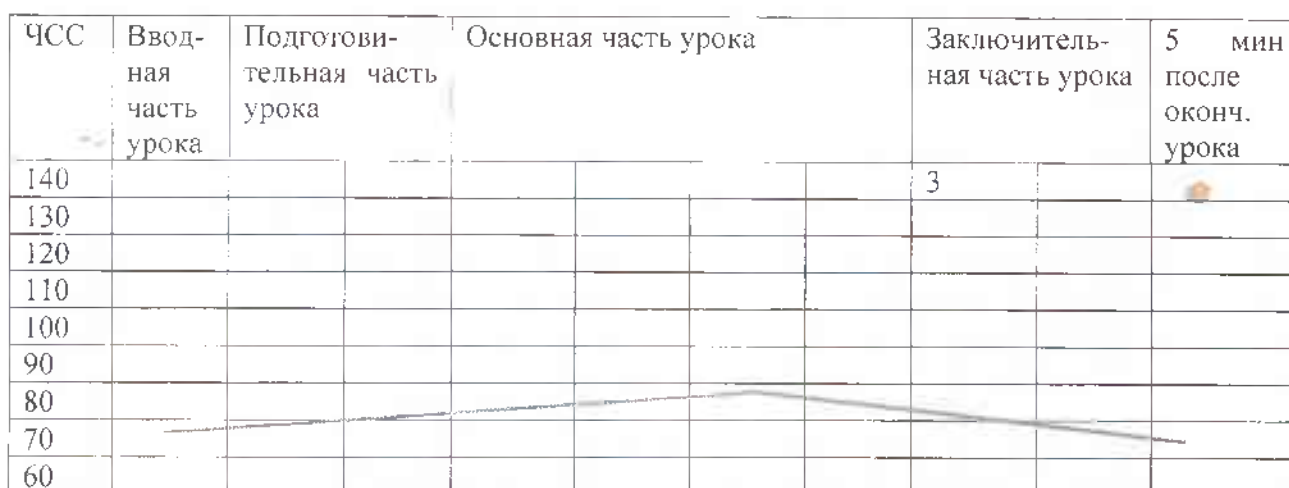


Рис. 2 Физиологическая кривая пульса при низкой нагрузке на уроке

Резкое повышение ЧСС и отсутствие тенденции к ее снижению к концу заключительной части урока указывают на чрезмерность нагрузки (рис.3).

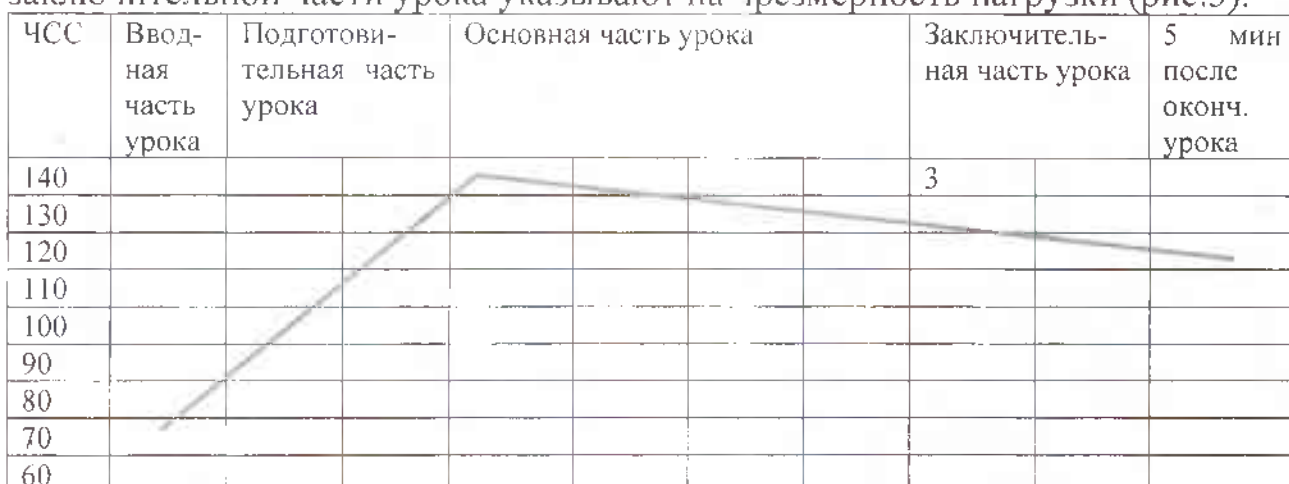


Рис. 3 Физиологическая кривая пульса при чрезмерной нагрузке на уроке.

В заключительной части урока величина ЧСС должна постепенно снижаться и может достичь исходной величины. Физиологической нормой считаются такие показатели, когда величина ЧСС на последней минуте урока не превышает исходную более чем на 15 – 20 %, а на 5-й минуте после урока она приближается к исходной.

Превышение в заключительной части урока указанных показателей ЧСС может говорить о том, что:

учитель не выполнил комплекс восстановительных упражнений в конце урока или не достиг необходимого эффекта восстановления при выполнении данного комплекса;

предложенная учителем физическая нагрузка превышала возможности детского организма, т.е. учитель не учитывал реальный уровень физической подготовленности учащихся;

учитель игнорирует индивидуальные возрастно-половые особенности развития детского организма, что говорит о низком уровне его профессиональной подготовки.

При анализе урока физической культуры необходимо определить истинные причины превышения показателей ЧСС и предложить учителю пути их исправления.

9.5. Медико-педагогический контроль урока физической культуры с участием учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной группе.

Учебные занятия с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к подготовительной группе, проводятся вместе с основной группой согласно рекомендации врача-педиатра (врача общей практики).

В соответствии с пунктом 6 Инструкции № 38, в подготовительную группу для занятий физической культурой и спортом распределяются обучающиеся с дисгармоничным физическим развитием и (или) отстающие от сверстников в физической подготовленности, без отклонений или с незначительными отклонениями в состоянии здоровья.

Справочно:

Обучающиеся в подготовительной группе допускаются к учебным занятиям по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» согласно рекомендациям врача-специалиста, при условии постепенного освоения комплекса двигательных навыков и умений.

К занятиям в кружках, секциях, группах по спортивным интересам, клубах по физической культуре и спорту, подготовке и участию в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях обучающиеся в данной группе допускаются индивидуально, после дополнительного медицинского осмотра и (или) обследования.

Физиологическая кривая пульса учащегося, отнесенного к подготовительной группе, как правило носит пиковый характер. Вместе с тем при правильном построении урока, наибольшие значения ЧСС должны приходиться на основную часть урока с выраженной тенденцией к снижению в заключительной части (рис.4).

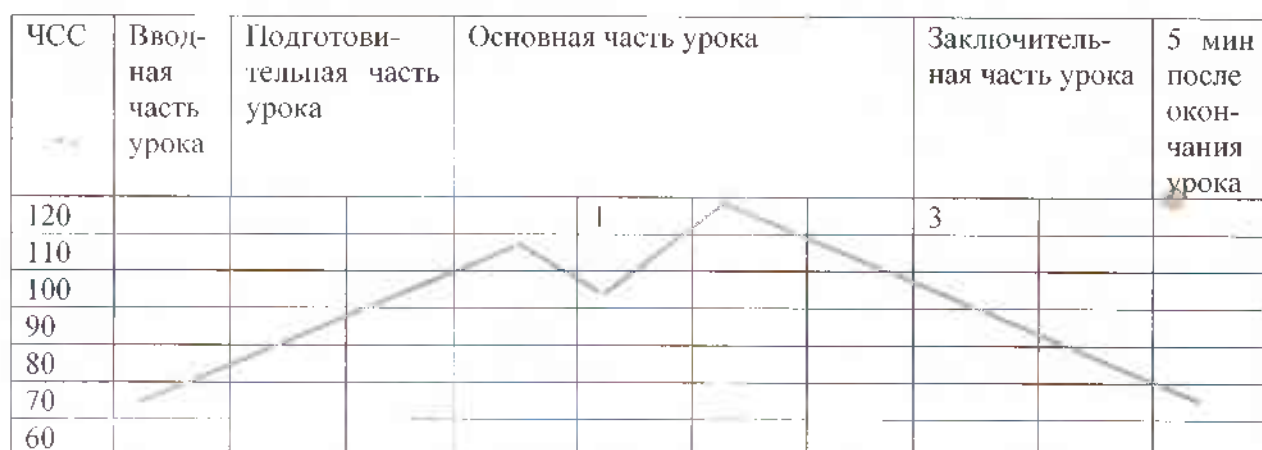


Рис.4. Физиологическая кривая пульса учащегося подготовительной группы

9.6. Медико-педагогический контроль урока физической культуры в специальной медицинской группе.

В специальную медицинскую группу (далее – СМГ) для занятий физической культурой распределяются обучающиеся, имеющие выраженные отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера.

Справочно:

В соответствии с пунктом 7 Инструкции № 38 обучающиеся в СМГ допускаются к учебным занятиям по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» по специальным программам.

Обучающиеся в данной группе освобождаются от сдачи контрольных упражнений по физической подготовке и не допускаются к занятиям в кружках, секциях, группах по спортивным интересам, клубах по физической культуре и спорту, подготовке и участию в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях.

Занятия с учащимися СМГ должны быть направлены на:

укрепление здоровья, физическое развитие и закаливание организма учащихся;

повышение компенсаторных возможностей организма, обеспечение двигательной активности учащихся в период всего обучения в школе; освоение учащимися основных двигательных навыков и умений, привитие им интереса к систематическим занятиям физической культурой.

9.6.1. Общие требования к занятиям СМГ

Занятия с учащимися, отнесенными к СМГ, должны проводиться отдельно от учебных занятий по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» педагогическими работниками, прошедшими специальную подготовку.

Наполняемость СМГ должна быть от 1 до 12 учащихся.

Необходимо обучать учащихся самоконтролю ЧСС. Такой контроль рекомендуется выполнять за 10 секунд по команде учителя не менее 3-5 раз на занятии (подсчет, умножение полученной величины на 6, сообщение результатов учителю).

Учащимся СМГ рекомендуются двигательные режимы с постепенным нарастанием нагрузки по объему и интенсивности, с учетом функциональных возможностей организма, при ЧСС в основной части урока в начале учебного года – 120-130 сокращений в минуту и 140-150 сокращений в минуту в конце года.

Для учащихся, имеющих тяжелые органические, необратимые изменения, органические поражения сердечно-сосудистой, мочевыделительной систем, печени, высокую степень нарушения коррекции зрения и др. рекомендуется двигательный режим при ЧСС в основной части урока не более 120-130 сокращений в минуту на протяжении всего учебного года.

9.6.2. Структура урока СМГ.

Вводная часть (до 3 мин) Построение, подсчет ЧСС и дыхания самими учащимися. Объяснение учителем задания на урок.

Подготовительная часть (10-20 мин) различные упражнения с изменением ритма, простейшие задания на координацию движений, ускоренная ходьба, бег, танцевальные шаги.

Основная часть (15-25 мин) должна способствовать гармоничному общему и специальному развитию включает упражнения на равновесие, на снарядах, отдельные элементы легкой атлетики, игры.

Заключительная часть (5-10 мин) простые упражнения для рук, различные виды ходьбы, спокойные танцевальные шаги, упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения и обязательно отдых сидя. Наблюдающему необходимо фиксировать внешние признаки утомления (таблица 1).

Таблица 1. Характеристика внешних признаков утомления

Внешние признаки утомления	Небольшое утомление	Среднее утомление	Выраженное утомление (переутомление)
Окраска кожи	Легкая гиперемия	Значительная гиперемия	Побледнение
Потливость	Незначительная	Большая	Чрезмерная
Выражение лица	Спокойное	Напряженное	Страдальческое

Характер дыхания	Учащенное, ровное	Учащенное периодические глубокие вдохи и выдохи	Резкое учащенное, поверхностное и аритмичное
Координация движение	Четкое, бодрое выполнение команд	Неуверенные движение, покачивания, нечеткое выполнение заданий	Дрожание конечностей, частые покачивания, отставание в ходьбе от группы
Жалобы	Нет	На усталость, боль в мышцах, сердцебиение	На головокружение, головную боль, шум в ушах, тошноту, слабость

9.7. Медико-педагогический контроль физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

При осуществлении медико-педагогического контроля физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий возможно применение следующих методов:

медико-биологические методы:

проведение пульсометрии – определение ЧСС до, во время и после физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия; измерение показателей артериального давления (выборочно, при необходимости);

оценка внешних признаков утомления;

оценка уровня восстановления;

оценка санитарно-эпидемиологических требований при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий:

освещенности спортивного зала или физкультурно-спортивной площадки;

воздушно-температурного режима;

наличие и состояние спортивного оборудования;

безопасности пространства;

наличие письменного разрешения медицинского работника для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях;

педагогические критерии и методы оценки физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий:

наблюдение за ходом занятия;

анализ структуры мероприятия;

соответствие содержания мероприятия его теме и целям;

использование спортивного инвентаря и спортивного оборудования;
учет индивидуальных особенностей учащихся при проведении мероприятий.

III. АНАЛИЗ, МОНИТОРИНГ, ОТЧЕТНОСТЬ

По итогам проведения медико-педагогического контроля составляется протокол (приложение 2) который подписывается администратором и медицинским работником учреждения образования.

На основании результатов медико-педагогического контроля принимаются решения по корректировке образовательного процесса, изменению режима нагрузок и т.п.

Отчет о результатах проведения медико-педагогического контроля не реже 2 раз в год заслушивается на педагогическом совете или совещании при руководителе учреждения образования.

Отчет о результатах проведения медико-педагогического контроля должен содержать:

- анализ выполнения медико-педагогического контроля;
- выявленные проблемы;
- меры по устранению недостатков;
- предложения по совершенствованию всех форм физического воспитания учащихся.

Приложение 1

Хронометраж урока по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»

Дата _____

Тема занятия _____

ФИО учителя _____

ФИО учащегося _____

Класс _____

группа по физкультуре _____

Секунды	Минуты занятия																				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	...	42	43	44	45
10																					
20																					
30																					
40																					
50																					
60																					

Выполнение упражнений (мин) _____

Объяснение и показ (мин) _____

Отдых (мин) _____

Заключение и замечания врача по уроку _____

Примечание. Наблюдение ведут за одним учащимся.

Перед началом занятий у него подсчитывают ЧСС в покое за 10 с.

С началом урока включают секундомер и начинают непрерывное наблюдение. Если занимающийся выполняет физическую нагрузку, то в ячейке соответствующей минуты и секунды ставят (+), во время отдыха – минус (-), во время объяснения и показа – 0, во время подсчета пульса за 10 с в соответствующей графе обозначают полученную цифру.

Приложение 2

ПРОТОКОЛ МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ занятия по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»

Дата _____

ФИО учителя _____ . Класс _____

Тема занятия _____

Подготовка к занятию:

проветривание _____ ; влажная уборка _____

Температура в спортивном зале _____ (норма +15 - +18)

Относительная влажность воздуха _____ (норма 30-60%)

Естественное освещение _____

верхнее, боковое

Искусственное освещение _____

равномерное/неравномерное

Одежда учащихся на занятии _____
указать количество учащихся у которых отсутствует спортивная одежда и обувь

Хранение спортивного оборудования и спортивного инвентаря _____

Количество человек в классе по списку _____ Присутствовали на уроке _____

Наличие медицинских справок о состоянии здоровья с указанием группы по физкультуре _____

Имеются у всех учащихся, отсутствуют у учащихся

Распределение учащихся на группы по физкультуре:

основная _____, подготовительная _____, специальная _____, ЛФК _____

Освобождение от занятий _____

Начало урока _____ ; окончание урока _____

Длительность занятия _____ :

Вводная часть _____ (3-4 мин), подготовительная часть _____ (7-10 мин),

основная _____ (25-30 мин), заключительная _____ (4-5 мин)

Формы учета нагрузки на уроке

Часть урока	Описание упражнений	Число повторений или продолжительность выполнения упражнений	Оценка качества выполнения упражнений	Примечание
Вводная				
Подготовительная				
Основная				
Заключительная				

Результаты пульсометрии

Имя, фамилия учащегося	Исходная ЧСС	ЧСС после подготовительной части	ЧСС на высоте основной части	ЧСС после заключительной части	ЧСС через 3-5 мин после урока
Основная группа					
Подготовительная группа					
Рекомендуемый % подъема ЧСС	0%	50-60%	80-100%	20%	0%

Физиологическая кривая пульса учащегося (первый учащийся)

ЧСС	Вводная часть урока	Подготовительная часть урока	Основная часть урока				Заключительная часть урока	5 мин после окончания урока
140								
130								
120				1			3	
110								
100								
90								
80								
70								
60								

Физиологическая кривая пульса учащегося (второй учащийся)

ЧСС	Вводная часть урока	Подготовительная часть урока	Основная часть урока				Заключительная часть урока	5 мин после окончания урока
140								
130								
120				1			3	
110								
100								
90								
80								
70								
60								

Общая плотность урока _____ (от 90 до 100%)

Моторная плотность урока _____ (в зависимости от типа урока)

Заключение

Урок физической культуры:

Соответствует / не соответствует гигиеническим требованиям по условиям проведения занятий (температура воздуха в спортивном зале, влажность, освещенность).

Соответствует / не соответствует требованиям по общей и моторной плотности

Соответствует / не соответствует требованиям по длительности структурных частей урока

Физиологическая кривая пульса правильного /не правильного типа

Нагрузка на уроке физической культуры достаточная /недостаточная

Правильно / неправильно проведена заключительная часть урока, о чем свидетельствует % подъема ЧСС в конце занятия

Учет индивидуальных особенностей состояния учащихся на уроке проводился / не проводился.

Рекомендации

Директор
(заместитель директора)

Подпись

И.О.Фамилия

Медицинский работник

Подпись

И.О.Фамилия