

МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ И СТУДЕНТОВ, ВЫПОЛНЯЮЩИХ НОРМАТИВЫ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»



Учитель физической
культуры

МБОУ «Школа №47»
г. Казани

А. А. Акберов

ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ И ПОКАЗАТЕЛИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РФ

Показатели занятий физической культурой и спортом населения России **40 % - к 2020 году**

Для учащихся и студентов **80 % - к 2020 году**

Доля граждан, занимающихся в специализированных спортивных учреждениях **50 % - к 2020 году**



«увеличение доли граждан Республики Татарстан, выполнивших нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), в общей численности населения, принявшего участие в сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) до 40 процентов к 2020 году».

Постановление КМ РТ от 17.04.2015 № 263

«О внесении изменений в постановление КМ РТ от 07.02.2014 № 73 «Об утверждении государственной программы «Развитие физической культуры, спорта, туризма и повышение эффективности реализации молодежной политики в Республике Татарстан на 2014 – 2020 годы»

НОРМАТИВНАЯ ОСНОВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ

ЦЕЛЬ ВФСК «ГТО»

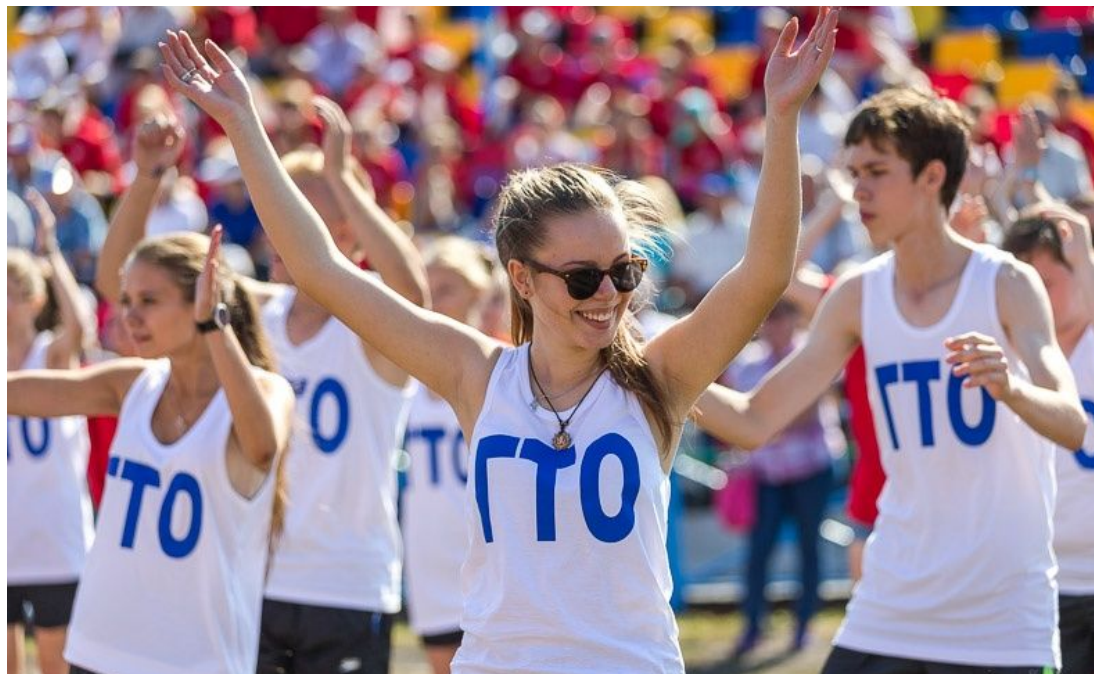
Повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в социально-экономическом развитии страны, укреплении здоровья, повышении благосостояния и качества жизни российских граждан, гармоничном и всестороннем развитии личности, формировании потребности людей в физическом самосовершенствовании, воспитании патриотизма и гражданственности, мотивации к ведению здорового образа жизни.

КОМПЛЕКС ГТО ПОСТРОЕН НА ПРИНЦИПАХ:

- **добровольность и доступность** предполагают осознанное отношение каждого гражданина к участию в мероприятиях комплекса ГТО, основанное на обеспечении государственных услуг населению при подготовке и выполнении нормативов и требований комплекса ГТО;
- **оздоровительная и личностно-ориентированная направленность** предполагает обязательную профилактическую и развивающую составляющую программ комплекса ГТО, которые отвечают индивидуальным возможностям и потребностям каждого человека при занятиях физической культурой и спортом;
- **принцип обязательного медицинского контроля** предполагает обеспечение медицинского контроля на каждом этапе подготовки и выполнения нормативов и требований комплекса ГТО;
- **принцип учета региональных особенностей и национальных традиций** позволяет использовать региональный опыт при формировании содержания комплекса ГТО.

ЗАДАЧИ ВФСК «ГТО»

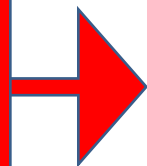
- **увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации;**
- **формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом совершенствовании и ведении здорового образа жизни;**
- **повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий**



СТРУКТУРА ВФСК «ГТО»

11 ступеней, которые охватывают различные возрастные группы от 6 до 70 лет и старше. Для разных ступеней испытания различны, они разработаны с учётом функциональных возможностей организма в различные возрастные периоды.

ЭТАПЫ ВНЕДРЕНИЯ



ВИДЫ И СТРУКТУРА ИСПЫТАНИЙ КОМПЛЕКСА ГТО

Виды испытаний комплекса ГТО позволяют объективно оценить уровень развития основных физических качеств человека: силы, выносливости, быстроты, гибкости, координации, а также владение прикладными умениями и навыками.

Структура каждой ступени одинакова и включает в себя три блока:

- **виды испытаний** (тесты), которые позволяют определить уровень развития физических качеств, прикладных двигательных умений и навыков;
- **нормативы**, которые позволяют дать оценку развитию физических качеств, двигательных умений и навыков в соответствии с половыми и возрастными особенностями развития человека;
- **рекомендации** недельного двигательного режима для успешной подготовки и выполнения нормативов комплекса ГТО.

НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ БАЗА МЕДИЦИНСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ВФСК ГТО

- **Приказ Минздравсоцразвития РФ от 09.08.2010 № 613н** «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий» (утратил силу)
- **Приказ Минздрава РФ от 01.03.2016 г. № 134н** "О Порядке 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»
- **Приказ МЗ РФ от 21.12.2012 № 1346н** «О порядке прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров, в том числе при поступлении в образовательные учреждения и в период обучения в них».
- **Приказ МЗ РФ от 06.12.2012г. № 1011н** «Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра».
- **Приказ МЗ РФ от 03.02.2015г. № 36ан** «Об утверждении порядка проведения диспансеризации определенных групп взрослого населения»
- **Приказ №1675 МЗ РТ от 18.08.2015 года** «О порядке медицинского допуска обучающихся общеобразовательных организаций РТ к выполнению нормативов ВФСК ГТО».
- **Приказ Минздравсоцразвития Россия от 14.12.2009 № 984н** «Об утверждении Порядка прохождения диспансеризации государственными гражданскими служащими РФ и муниципальными служащими, перечня заболеваний, препятствующих поступлению на государственную гражданскую службу РФ и муниципальную службу или ее прохождению, а также формы заключения медицинского учреждения».

- **Приказ Минздрава РФ от 01.03.2016 г. № 134н "О Порядке 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" регулирует вопросы оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом, и иным лицам при проведении физкультурных и спортивных мероприятий, включая мероприятия по тестированию населения в рамках комплекса ГТО.**
- **Приложение №1 Приказ Минздрава РФ от 01.03.2016 г. №134н регламентирует вопросы медицинского обеспечения выполнения нормативов ВФСК ГТО**



занимающимся физической культурой и спортом (в том числе и массовым спортом), включает:

- динамическое наблюдение** (текущее медицинское наблюдение, периодические медицинские осмотры, углубленные медицинские обследования, учебно-педагогические наблюдения) за состоянием здоровья лиц, занимающихся физической культурой и спортом (в том числе и массовым спортом) и оформление специалистами соответствующего медицинского заключения о допуске к занятиям физической культурой и спортом (в том числе и массовым спортом), спортивным соревнованиям (далее - допуск);
- оказание первичной медико-санитарной помощи, специализированной медицинской помощи при проведении спортивных мероприятий** (спортивных соревнований, учебно-тренировочных мероприятий), занятий физической культурой и спортом (в том числе и массовым спортом).


Российская Ассоциация по спортивной медицине
и реабилитации больных и инвалидов

Утверждены
Президиум Российской Ассоциации по
спортивной медицине
и реабилитации больных и инвалидов



Протокол № 12
2014 год

Утверждены
Главный специалист
по спортивной
медицине Минздрава России

 Б.А. Поляев

21 ноября 2014 г.

**ОРГАНИЗАЦИЯ МЕДИЦИНСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ
ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМАТИВОВ ВСЕРОССИЙСКОГО
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА
«ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»**

МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ
ДЛЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ



Москва 2014



**Порядок организации
медицинского сопровождения
Всероссийского физкультурно-
спортивного комплекса «Готов
к труду и обороне» (ГТО)
определен на основе
методического пособия для
медицинских работников,
утвержденного Главным
специалистом по спортивной
медицине Минздрава России и
РАСМИРБИ и регламентируется
приказами Министерства
здравоохранения РФ**

- **Методическое пособие Министерства здравоохранения России от 21 ноября 2014г. «Организация медицинского сопровождения выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»** разработано в помощь руководителям, медицинским работникам, организаторам физической культуры и спорта, а также педагогам общеобразовательных организаций, участвующих в процессе подготовки и непосредственного выполнения различными возрастными группами населения Российской Федерации установленных нормативов комплекса ГТО.
- **Методическое пособие определяет порядок медицинского осмотра лиц для определения допуска по состоянию здоровья к выполнению нормативов комплекса ГТО и оказание медицинской помощи при выполнении данных нормативов.**

МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВФСК «ГТО»

- ❑ **Предварительные медицинские обследования** и оформление соответствующих медицинских заключений о допуске к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;
- ❑ **Оказание первичной медико-санитарной помощи и скорой, в том числе скорой специализированной, медицинской помощи** при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО».

На основании данных медицинского осмотра, с учетом результатов профилактического осмотра определяют:

- **группу состояния здоровья;**
- **медицинскую группу для занятий физической культурой**

оформляется медицинское заключение о допуске к выполнению нормативов ВФСК ГТО



Медицинский допуск
К ВЫПОЛНЕНИЮ
нормативов ВФСК ГТО





Медицинский осмотр для допуска к выполнению нормативов ГТО является плановой медицинской помощью и осуществляется в соответствии с территориальной программой государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи

МЕДИЦИНСКИЙ ОСМОТР

- Медицинский осмотр (обследования) для **допуска к занятиям физической культурой и к участию в массовых спортивных соревнованиях** осуществляется в амбулаторно-поликлинических учреждениях, отделениях (кабинетах) спортивной медицины амбулаторно-поликлинических учреждений, врачебно-физкультурных диспансерах (центрах лечебной физкультуры и спортивной медицины) врачом-терапевтом (педиатром), врачом по лечебной физкультуре, врачом по спортивной медицине на основании результатов медицинских обследований
- Медицинский осмотр (обследования) и оформление медицинского заключения **о допуске к занятиям спортом и к участию в спортивных соревнованиях** осуществляется в отделениях (кабинетах) спортивной медицины амбулаторно-поликлинических учреждений, врачебно-физкультурных диспансерах (центрах лечебной физкультуры и спортивной медицины) врачом по лечебной физкультуре и врачом по спортивной медицине на основании результатов этапных (периодических) и углубленных медицинских обследований, проведенных в рамках оказания медицинской помощи при проведении учебно-тренировочных мероприятий.

ОПРЕДЕЛЕНИЯ ДОПУСКА ПО СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК ГТО

Методические рекомендации устанавливают следующие виды медицинского осмотра:

- **профилактический осмотр** - проводится в целях раннего выявления патологических состояний, заболеваний и факторов риска их развития, а также для формирования групп состояния здоровья;
- **предварительный осмотр** - проводится при поступлении на работу или учебу для определения соответствия здоровья работника порученной ему работе, учащегося - требованиям к обучению;
- **периодический осмотр** - проводится в целях динамического наблюдения за состоянием здоровья, своевременного выявления начальных форм заболеваний;
- **углубленный осмотр** - проводится для спортсменов в целях получения полной и всесторонней информации о физическом развитии, оценки состояния здоровья и состояния организма спортсмена.

Исходя из результатов осмотра, медики принимают решения об определении группы состояния здоровья гражданина, о медицинской группе для занятий физической культурой и спортом, выдает разрешение (допуск) к подготовке и выполнению нормативов и требований комплекса ГТО.

СОПРОВОЖДЕНИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМАТИВОВ ВФСК «ГТО» В РЕСПУБЛИКЕ ТАТАРСТАН

Получение
медицинского допуска



**Поликлинические отделения в
составе учреждений
здравоохранения (врач общей
практики, терапевт, педиатр)**

**ГАУЗ «РЦМП»,
Отделения
спортивной
медицины**

**ГАУЗ «ВФД»,
его филиалы**

ПОТОКИ ОБРАЩАЮЩИХСЯ ГРАЖДАН В МЕДИЦИНСКИЕ УЧРЕЖДЕНИЯ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ МЕДИЦИНСКОГО ДОПУСКА ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМАТИВОВ ГТО



Обучающиеся в образовательных организациях (дошкольники 6 лет, школьники)



Студенты учреждений высшего и среднего профессионального образования



Работающие граждане



Неработающие граждане



Лица, занимающихся спортом, состоящие под диспансерным наблюдением в ГАУЗ «РЦМП и его филиалах»

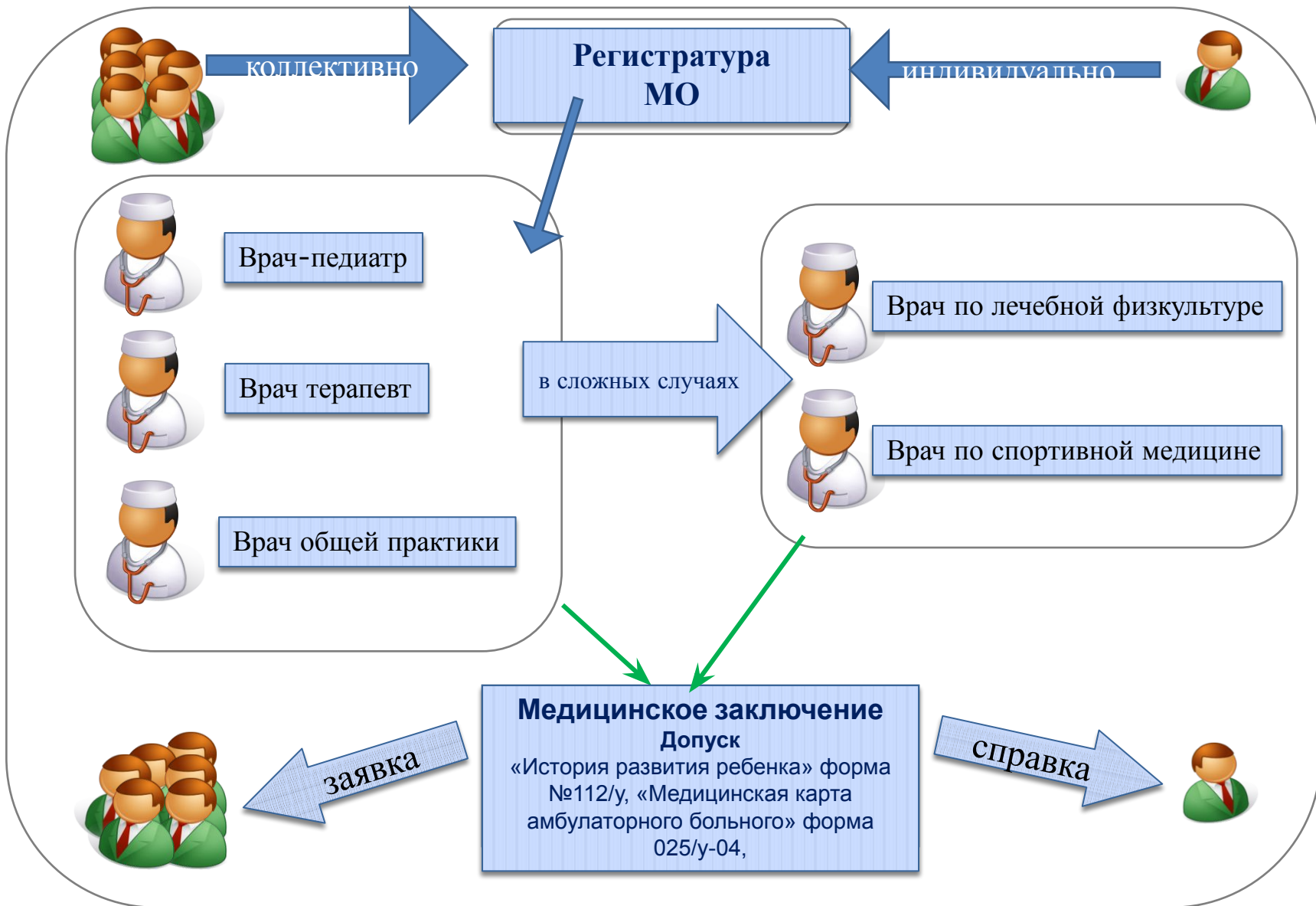


ДОПУСК



ЦЕНТР ТЕСТИРОВАНИЯ

МАРШРУТИЗАЦИЯ УЧАСТНИКОВ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМАТИВОВ ВФСК ГТО



АЛГОРИТМ ОПРЕДЕЛЕНИЯ МЕДИЦИНСКОГО ДОПУСКА

Врач-педиатр, врач-терапевт, врач общей практики,
врач по лечебной физкультуре, врач по спортивной медицине

Измерение АД, ЧСС, t тела, определение группы здоровья, группы по физкультуре

Наличие данных о прохождении медицинских осмотров - профилактических,
предварительных, периодических, углубленных
в течении последних 3-6 месяцев в зависимости от возраста

Есть данные медицинских осмотров

Нет данных медицинских осмотров

Прохождение осмотра
(ЭКГ, ЭХО-КС, ОАК, ОАМ, глюкоза крови,
флюорография, врачи-специалисты – невролог,
травматолог-ортопед, хирург, оториноларинголог,
офтальмолог, кардиолог, акушер-гинеколог)

Допуск при отсутствии
противопоказаний

Допуск при отсутствии
противопоказаний

Медицинское исследование функциональных резервов организма тестируемого для выполнения норматива ВФСК ГТО должно включать следующие виды обследований:

- общий анализ крови
- клинический анализ мочи
- уровень в крови холестерина
- глюкозы
- электрокардиография с нагрузкой
- эхокардиоскопия
- Заключение врачей специалистов- хирург, окулист, невролог, терапевт.

При отклонениях со стороны сердечно-сосудистой системы необходимы дополнительные обследования:

- Суточное мониторирование АД
- ЧСС(Холтеровское мониторирование)
- тест с физической нагрузкой (нагрузочная проба с тредмилом или велоэргометром)
- заключение кардиолога

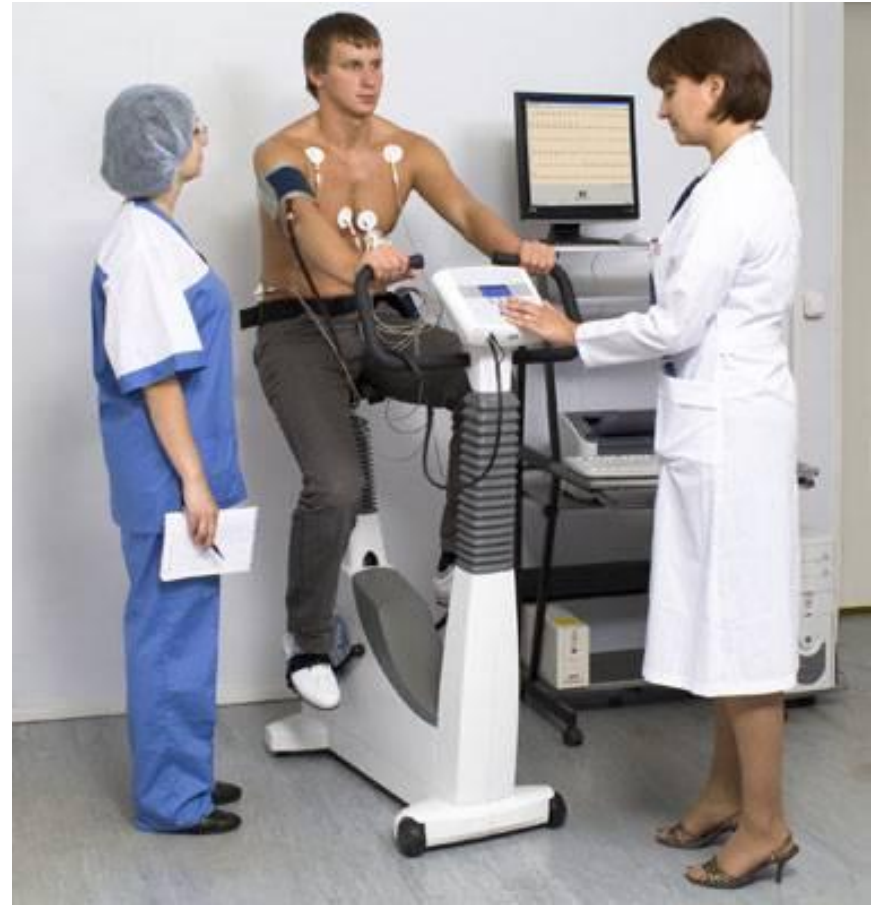


ВЕЛОЭРГОМЕТРИЯ

наиболее часто используемая и информативная нагрузочная проба.

Велоэргометрия позволяет строго дозировать физическую нагрузку, оценивать выполненную работу количественно в ваттах (Вт) или (кГм), регистрировать помимо ЧСС и АД электрокардиограмму.

Велоэргометрическое тестирование проводят обычно в первой половине дня натощак или через 2–3ч после еды. Желательно, чтобы за сутки до проведения исследования обследуемый не принимал лекарственных препаратов, оказывающих влияние на результаты пробы с физической нагрузкой.



ОСНОВАНИЕ ДЛЯ ДОПУСКА ПО МЕДИЦИНСКИМ ЗАКЛЮЧЕНИЯМ К ИСПЫТАНИЯМ ВФСК ГТО

- Основанием является *медицинское заключение*
- **групповая заявка:** с отметкой «Допущен» напротив каждой фамилии участника с подписью врача, заверенной личной печатью, при наличии подписи с расшифровкой ФИО врача в конце заявки, заверенной печатью допустившей спортсмена медицинской организации.
- Возможна **индивидуальная медицинская справка о допуске** к испытаниям, подписанная врачом и заверенная печатью медицинской организации, отвечающей вышеуказанным требованиям.
- Допуск к испытаниям выдается **не ранее чем за 2 недели до проведения испытаний**, по результатам проведения медицинского обследования с четким указанием, к какой ступени выполнения норм ВФСК ГТО допущен претендент и действителен в течение двух недель с момента выдачи.
- Участники **не допускаются** к испытаниям в случаях отсутствия медицинского заключения или при наличии заключения содержащего неполную информацию.

ВРАЧ ПО СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЕ

Лица, занимающиеся физической культурой и спортом и состоящие на диспансерном учете во врачебно-физкультурных диспансерах могут получить **справку-допуск от врача по спортивной медицине на основании результатов углубленных медицинских осмотров (УМО)**, проведенных в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации **Приказ Минздрава РФ от 01.03.2016 г. № 134н "О Порядке 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"** врачи по спортивной медицине привлекаются для определения допуска к выполнению нормативов ВФСК ГТО в сложных случаях.





**Определение допуска по состоянию
здоровья несовершеннолетних к
выполнению нормативов Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне»**

ДОПУСК К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК «ГТО» ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ



осуществляется врачами-педиатрами отделений медицинской помощи в порядке, установленном Приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 21 декабря 2012 года N 1346н "О порядке прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров, в том числе при поступлении в образовательные учреждения и в период обучения в них". Врачи по спортивной медицине привлекаются для определения допуска к выполнению нормативов ВФСК «ГТО» в сложных случаях.

ДОПУСК ТОЛЬКО НА ОСНОВАНИИ МЕДИЦИНСКОГО ЗАКЛЮЧЕНИЯ

Медицинское заключение о допуске обучающихся общеобразовательных организаций РТ к выполнению нормативов ГТО выдают участковые педиатры медицинских организаций, оказывающих ПМСП несовершеннолетним в соответствии с **Порядком проведения профилактических осмотров , утвержденным приказом МЗ РФ № 1346н от 21.12.2012** по обращению родителей (опекунов) в отношении детей в возрасте до 15 лет и несовершеннолетних в возрасте от 15 лет и старше

Основанием для допуска по медицинским заключениям к испытаниям входящим в ВФСК ГТО является медицинское заключение с отметкой «Допущен» напротив каждой фамилии участника с подписью врача, заверенной личной печатью, при наличии подписи с расшифровкой ФИО врача в конце заявки, заверенной печатью допустившей спортсмена медицинской организации.

4

Приложение
к Порядку медицинского
допуска обучающихся
общеобразовательных организаций
Республики Татарстан
к выполнению нормативов ГТО

Примерная форма

Штамп
медицинской организации

Медицинское заключение о допуске
обучающихся общеобразовательных организаций Республики Татарстан
к выполнению нормативов ГТО

Выдано _____
(фамилия, имя, отчество несовершеннолетнего, дата рождения)

Медицинская группа для занятий физической культурой:
(указывается в соответствии с приложением № 3 к Порядку прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров, в том числе при поступлении в образовательные учреждения и в период обучения в них)

(указать: допущен (а) по состоянию здоровья к сдаче нормативов комплекса ГТО)

Участковый педиатр (ВОП) _____ (подпись) _____ (фамилия, и.о.)

М.П.

Дата выдачи « ____ » _____ 20__ г.

КРИТЕРИИ ДОПУСКА К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК «ГТО»



К сдаче нормативов ГТО допускаются

- **дети основной медицинской группы** для занятий физкультурой
- **дети подготовительной групп** (при отсутствии обострений хронического заболевания в течение 6 месяцев) при желании родителей и ребенка только после дополнительного медицинского обследования и по направлению участковым врачом педиатром с данными медицинских осмотров к врачу по спортивной медицине и лечебной физкультуре
- **Лица, занимающиеся физкультурой и спортом**, состоящие на диспансерном учете во врачебно-физкультурных диспансерах получают справку допуск у врача по спортивной медицине на основании результатов углубленного медицинского осмотра.

НЕ ДОПУСКАЮТСЯ К СДАЧЕ НОРМАТИВОВ ВФСК «ГТО»

Лица, относящиеся к специальной медицинской группе «А» и «Б» для занятий физической культурой к выполнению нормативов ВФСК ГТО не допускаются.



В соответствии с Приказом Минздрава России от 21.12.2012 N 1346н "О Порядке прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров, в том числе при поступлении в образовательные учреждения и в период обучения в них" **указанной категории детей рекомендованы занятия оздоровительной физической культурой по специальным программам (профилактические и оздоровительные технологии) или лечебной физкультурой в медицинской организации, а также проведение регулярных самостоятельных занятий в домашних условиях по комплексам, предложенным врачом по лечебной физкультуре медицинской организации.**

определения медицинских групп для занятий несовершеннолетними физической культурой

1. Определение медицинских групп для занятий несовершеннолетним физической культурой с учетом состояния его здоровья осуществляется **в целях оценки уровня физического развития и функциональных возможностей несовершеннолетнего, выбора оптимальной программы физического воспитания, выработки медицинских рекомендаций по планированию занятий физической культурой.**
2. В зависимости от состояния здоровья несовершеннолетние относятся к следующим медицинским группам для занятий физической культурой: **основная, подготовительная и специальная.**

Приказ Министерства здравоохранения РФ от 21 декабря 2012 г. N 1346н "О Порядке прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров, в том числе при поступлении в образовательные учреждения и в период обучения в них"

К основной медицинской группе для занятий физической культурой (I группа) относятся несовершеннолетние:

- без нарушений состояния здоровья и физического развития;
- с функциональными нарушениями, не повлекшими отставание от сверстников в физическом развитии и физической подготовленности.

Отнесенным к основной медицинской группе несовершеннолетним разрешаются занятия в полном объеме по учебной программе физического воспитания с использованием профилактических технологий, подготовка и сдача тестов индивидуальной физической подготовленности.

К подготовительной медицинской группе для занятий физической культурой (II группа) относятся несовершеннолетние:

- имеющие морфофункциональные нарушения или физически слабо подготовленные;**
- входящие в группы риска по возникновению заболеваний (патологических состояний);**
- с хроническими заболеваниями (состояниями) в стадии стойкой клинико-лабораторной ремиссии, длящейся не менее 3-5 лет.**

Отнесенным к этой группе несовершеннолетним **разрешаются занятия по учебным программам физического воспитания при условии более постепенного освоения комплекса двигательных навыков и умений, особенно связанных с предъявлением к организму повышенных требований, более осторожного дозирования физической нагрузки и исключения противопоказанных движений.**

Тестовые испытания, сдача индивидуальных нормативов и участие в массовых физкультурных мероприятиях не разрешается без дополнительного медицинского осмотра. **К участию в спортивных соревнованиях эти обучающиеся не допускаются.** Рекомендуются дополнительные занятия для повышения общей физической подготовки в образовательном учреждении или в домашних условиях.

Специальная медицинская
группа для занятий физической
культурой делится на две
подгруппы:

специальную "А"

специальную "Б"

К специальной подгруппе "А" (III группа) относятся несовершеннолетние:

- с нарушениями состояния здоровья постоянного (хронические заболевания (состояния), врожденные пороки развития, деформации без прогрессирования, в стадии компенсации) или временного характера;**
- с нарушениями физического развития, требующими ограничения физических нагрузок.**

Отнесенным к этой группе несовершеннолетним разрешаются занятия оздоровительной физической культурой по специальным программам (профилактические и оздоровительные технологии).

При занятиях оздоровительной физической культурой должны учитываться характер и степень выраженности нарушений состояния здоровья, физического развития и уровень функциональных возможностей несовершеннолетнего, при этом резко ограничивают скоростно-силовые, акробатические упражнения и подвижные игры умеренной интенсивности, рекомендуются прогулки на открытом воздухе. Возможны занятия адаптивной физической культурой.

К специальной подгруппе "Б" (IV группа) относятся несовершеннолетние

имеющие нарушения состояния здоровья постоянного (хронические заболевания (состояния) в стадии субкомпенсации) и временного характера, без выраженных нарушений самочувствия.

Отнесенным к этой" группе несовершеннолетним рекомендуется в обязательном порядке занятия лечебной физкультурой в медицинской организации, а также проведение регулярных самостоятельных занятий в домашних условиях по комплексам, предложенным врачом по лечебной физкультуре медицинской организации.



Определение допуска по состоянию здоровья к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» обучающейся молодежи

ДОПУСК К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК ГТО

медицинский осмотр лиц, занимающихся спортом, студентов высших образовательных учреждений, занимающихся физической культурой, и несовершеннолетних, не относящихся к физкультурным, спортивным, образовательным учреждениям при наличии медицинского заключения о состоянии здоровья, включающего результаты обследований проводится в соответствии с **приказом Министерства здравоохранения РФ от 01.03.2016 г. № 134н "О Порядке 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"**.

Допуск к выполнению нормативов проводится врачами-терапевтами или врачами общей практики амбулаторно-поликлинических учреждений с учетом результатов медицинских осмотров согласно Приказа Минздрава РФ №36 ан от 3.02.2015г. «Об утверждении порядка проведения диспансеризации определенных групп взрослого населения»; Приказа Минздрава России от 06.12.2012 №1011н «Об утверждении Порядка проведения профилактического медицинского осмотра».

Кроме того, врачи по спортивной медицине привлекаются для определения допуска к выполнению нормативов ВФСК ГТО в сложных случаях.

МЕДИЦИНСКИЕ ГРУППЫ

Предварительный медицинский осмотр проводится при поступлении в образовательное учреждение (ВУЗ. ССУЗ) периодические медицинские осмотры проводятся один раз в год или один раз в два года в зависимости от вида деятельности. По результатам перечисленных видов осмотров определяется группа здоровья граждан и противопоказания к сдаче норм ГТО.

- **I группа состояния здоровья** - граждане, у которых не установлены хронические неинфекционные заболевания, отсутствуют факторы риска развития таких заболеваний или имеются указанные факторы риска при низком или среднем суммарном сердечно-сосудистом риске и которые не нуждаются в диспансерном наблюдении по поводу других заболеваний (состояний).
- **II группа состояния здоровья** - граждане, у которых не установлены хронические неинфекционные заболевания, имеются факторы риска развития таких заболеваний при высоком или очень высоком суммарном сердечно-сосудистом риске и которые не нуждаются в диспансерном наблюдении по поводу других заболеваний (состояний).
- **III группа состояния здоровья** - граждане, имеющие заболевания (состояния), требующее установления диспансерного наблюдения или оказания специализированной, в том числе высокотехнологичной, медицинской помощи, а также граждане с подозрением на наличие этих заболеваний (состояний), нуждающихся в дополнительном обследовании.

К сдаче нормативов комплекса ГТО допускаются лица, отнесенные к I группе здоровья (вопрос о допуске II группы здоровья решается индивидуально в зависимости от диагноза).

Образец оформления допуска к испытаниям ВФСК ГТО

Название мероприятия, дата проведения, образовательное учреждение

Допущено _____ человек.

Дата _____

Врач _____ (Ф.И.О.)

М.П. (врача и медицинской организации)

№	Ф.И.О.	Возраст	Медицинская группа по физкультуре	Допуск к испытаниям	Противопоказанные виды испытаний (тесты)
1					
2					
3					
...					
n					

Справка – допуск

Ф.И.О. _____ дата
рождения _____

Образовательное
учреждение _____

Группа
здоровья _____

Мед. группа по физической культуре

Допущен к сдаче испытаний ВФСК ГТО

указать степень

Дата _____

Направление к врачу по спортивной медицине для определения допуска к сдаче нормативов ВФСК ГТО

Ф.И.О. _____ дата

рождения _____

Диагноз _____

Анамнез заболевания (с указанием даты начала заболевания, течения
даты последнего обострения, получаемой терапии)

Результаты проведённого обследования

Консультации специалистов

ОКАЗАНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ Тестируемым в рамках сдачи нормативов ГТО



- ❑ **Оказание медицинской помощи при выполнении нормативов ВФСК ГТО проводится с целью сохранения здоровья и предупреждения травматизма у участников испытаний. Медицинское обеспечение осуществляется врачом по спортивной медицине лечебно-профилактического учреждения муниципального образования на территории которого располагается объект спорта, где проводится сдача нормативов.**
- ❑ **Оказание медицинской помощи тестируемым в рамках сдачи нормативов ГТО проводится силами медпункта объекта спорта и врачебно-сестринскими бригадами СМП.**
- ❑ **Включает оказание скорой и первичной медико-санитарной помощи участникам, зрителям, персоналу спортивных сооружений. В случае, если объем оказываемой медицинской помощи является недостаточным, или при отсутствии соответствующего эффекта при проведении медицинских мероприятий пострадавшего доставляют в медицинский пункт объекта спорта.**

Оказание медицинской помощи при проведении спортивных соревнований включает этапы:

- Предварительный**
- непосредственного медицинского обеспечения соревнований**
- заключительный**

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

- На предварительном этапе **создается медицинский комитет** (врачебная бригада) соревнований в целях допуска спортсменов к соревнованиям, оценки готовности спортивных сооружений, организации медицинской помощи при проведении спортивных соревнований.
- Медицинский персонал соревнований имеет четкие отличительные знаки на одежде.
- На предварительном этапе определяются: **пути эвакуации** пострадавших с мест проведения соревнований в медицинский пункт объекта спорта, **количество и вид санитарного транспорта**, отрабатываются **взаимодействие с выездными бригадами скорой медицинской помощи по эвакуации пострадавших** в медицинскую организацию, а также **действия в случаях возникновения чрезвычайных ситуаций**.
- **До начала проведения соревнований** главным врачом соревнований **предоставляется информация спортсменам, представителям команд и официальным лицам о возникновении условий, препятствующих проведению соревнований**. Главный врач соревнований может рекомендовать главному судье соревнований отмену или перенос соревнований.

ЭТАП НЕПОСРЕДСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

На этом этапе **определяется допуск спортсменов к соревнованиям и по медицинским показаниям спортсменам оказывается медицинская помощь.**

Допуск спортсмена к соревнованиям осуществляет медицинский комитет (врачебная бригада) соревнований, в состав которого входит главный врач соревнований. Врачи, участвующие в работе медицинского комитета, проверяют предоставляемые спортсменами (представителями команд) медицинские заключения о допуске к участию в соревнованиях, определяют соответствие возраста спортсмена положению о соревнованиях. Спортсмены не допускаются к участию в соревнованиях, в случаях отсутствия медицинского заключения или содержащего неполную информацию.

Основанием для допуска спортсмена к спортивным соревнованиям по медицинским заключениям **является заявка с отметкой "Допущен"** напротив каждой фамилии спортсмена с подписью врача по лечебной физкультуре или врача по спортивной медицине и заверенной личной печатью, при наличии подписи с расшифровкой ФИО врача в конце заявки, заверенной печатью допустившей спортсмена медицинской организации, имеющей лицензию на осуществление медицинской деятельности, перечень работ и услуг который включает лечебную физкультуру и спортивную медицину

НЕ РАЗРЕШАЕТСЯ ДОПУСК К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ГТО

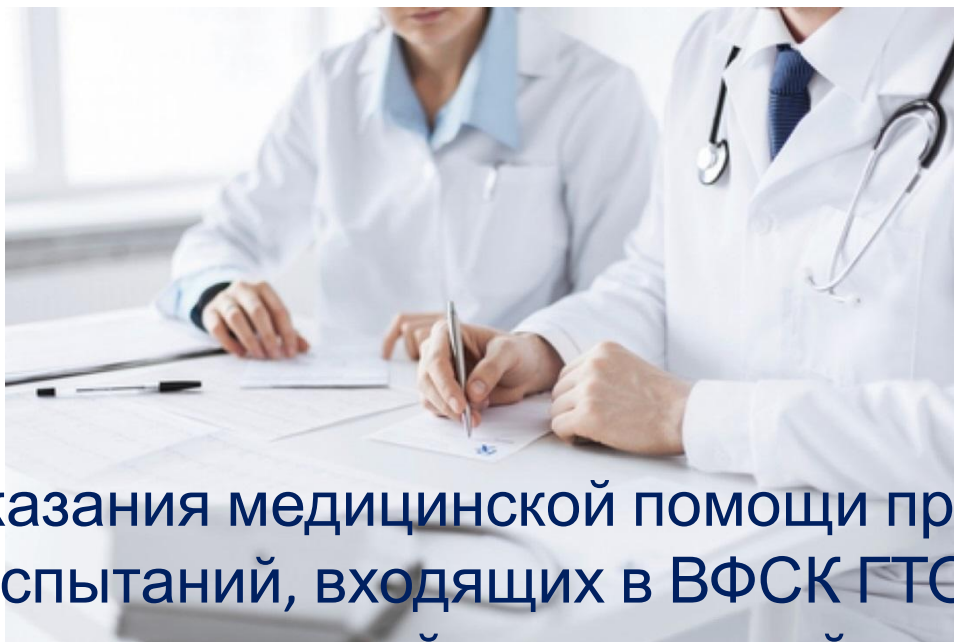


- при артериальном давлении выше 140/90 мм рт ст
- наличии жалоб на боли различной локализации, головокружение, тошноту, слабость, сердцебиение;
- остром периоде заболевания (повышенная температура тела, озноб, катаральные явления и др.);
- травматическом повреждении органов и тканей организма (острый период): ушиб, рана, растяжение, гематома и др.;
- опасности кровотечения (носовое кровотечение в день занятия, состояние после удаления зуба, менструальный период);
- выраженном нарушении носового дыхания;
- выраженной тахикардии или брадикардии (с учетом возрастнo-половых нормативов).
- ранее чем через 3 месяца после перенесенного острого заболевания.

ОКАЗАНИЕ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ ПОМОЩИ

При необходимости пострадавший транспортируется выездной бригадой скорой медицинской помощи в медицинскую организацию для оказания ему специализированной медицинской помощи





Все случаи оказания медицинской помощи при проведении испытаний, входящих в ВФСК ГТО регистрируются в первичной медицинской документации:

- в журнале регистрации медицинской помощи, оказываемой на занятиях физической культуры и спортивных мероприятиях;
- в извещении о спортивной травме.

В случаях госпитализации информация поступает немедленно главному врачу врачебно-физкультурного диспансера.

СТЕПЕНИ УТОМЛЕНИЯ

Визуальное наблюдение во время занятий позволяет по внешним признакам (окраска кожи, потливость, характер дыхания, координация движений) судить о степени утомления.

Степени утомления

1. Нормальная окраска кожи лица или ее небольшое покраснение, незначительная потливость, несколько учащенное дыхание, отсутствие нарушения координации движений и нормальная бодрая походка, сосредоточенное внимание свидетельствуют о небольшой степени утомления.
2. Средняя степень утомления характеризуется значительным покраснением кожи лица, большой потливостью, глубоким и значительно учащенным дыханием, нарушением координации движений (при выполнении упражнений и при ходьбе — неуверенный шаг, покачивание).
3. При большой степени утомления отмечаются резкое покраснение или синюшность лица, обильная потливость, резко учащенное, поверхностное дыхание, значительное нарушение координации движений (резкие нарушения техники, покачивание, иногда падение).

ВНЕШНИЕ ПРИЗНАКИ УТОМЛЕНИЯ

Признак	Средняя степень	Большая степень	Чрезмерная степень
Цвет лица	Покраснение, может быть с пятнами	Некоторая синюшность	Бледность, цианоз, землистость
Характер дыхания	Учащенное, переходит (быстро) на дыхание через рот	Заметно учащенное, шумное	Заметная одышка, прерывистое, иногда в вынужденном положении
Потоотделение	Умеренное	Обильное	Покрыт солью
Движения	Нормальные	Чем больше утомление, тем больше нарушений координации движений	

ПОКАЗАНИЯ ДЛЯ ПРЕКРАЩЕНИЯ ТЕСТИРОВАНИЯ

1. Прогрессирующая боль в груди;
2. Выраженная одышка;
3. Чрезмерное повышения артериального давления, не соответствующее возрасту обследуемого и величине нагрузки;
4. Значительное понижение систолического артериального давления;
5. Бледность или цианоз лица, холодный пот;
6. Нарушение координации движений;
7. Невнятная речь;
8. Отклонения на электрокардиограмме

Объемы и интенсивность тренировочных нагрузок требуют тщательного и постоянного учета функционального состояния организма спортсмена во время тренировочного процесса.

Это позволяет обеспечивать высокую физическую работоспособность спортсмена, повысить эффективность тренировочного процесса и,

в конечном итоге,

достижению высоких спортивных результатов

БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ!

