

Освобождение от физкультуры

С началом нового учебного года, одной из самых востребованных справок у школьников становится освобождение от физкультуры. Некоторые школьники (при поддержке родителей) не желают посещать школьные уроки физкультуры, другие не могут посещать стандартные школьные уроки физкультуры по состоянию здоровья.

А Российское правительство в настоящее время заботится о физическом воспитании населения, в том числе школьников. С помощью различных законов государство старается обеспечить доступ к занятиям физической культурой и спортом даже для людей с ограниченными возможностями. Школьным урокам физкультуры уделяется большое, а иногда даже повышенное внимание.

Поэтому на сегодняшний день освободить школьника от уроков физкультуры может только официальный медицинский документ – справка.

Освобождение от физкультуры может быть только временным (максимально до 1 года).

Педиатр

Врач-педиатр единолично имеет право освободить ребенка от занятий физкультурой на 2 недели – 1 месяц. Такое освобождение дается ребенку в обычной справке после болезни. После обычного ОРЗ – дается стандартное освобождение от физкультуры на 2 недели, после более серьезного заболевания, например после ангины или пневмонии – на 1 месяц.

КЭК

После некоторых тяжелых заболеваний (гепатит, туберкулез, язвенная болезнь), травм (переломы, сотрясение головного мозга) или операций требуется более длительное освобождение от физкультуры. **Любое, освобождение от физкультуры свыше 1 месяца оформляется через КЭК.** Чтобы его оформить нужна выписка из стационара, с рекомендациями в отношении занятий физкультурой и (или) запись в амбулаторной карте врача специалиста по заболеванию ребенка с соответствующими рекомендациями. Заключение КЭК (контрольно-экспертной комиссии) заверяется тремя подписями: лечащий врач, зав. поликлиникой, главный врач и круглой печатью поликлиники, вся информация о справке вносится в журнал КЭК.

Длительно (на весь учебный год) от физкультуры обычно освобождаются дети-инвалиды, как правило, те из них кто имеет право на домашнее обучение. Подход к этому вопросу строго индивидуальный, решается совместно: лечащим врачом-специалистом, родителями, с учетом желания ребенка. Некоторым детям разрешаются занятия физкультурой в специальной или даже в подготовительной группе.

Даже если ребенок освобождается от занятий физкультурой на весь период обучения в школе, справка КЭК обновляется ежегодно.

Физкультурные группы

Длительное освобождение от физкультуры в настоящее время редкость и требует достаточных оснований. А число школьников с отклонениями в состоянии здоровья, которые не могут справиться со стандартной нагрузкой на уроках

физкультуры с каждым годом растет. **Чтобы подобрать физическую нагрузку, соответствующую состоянию здоровья школьника, существуют физкультурные группы.**

Основная (I)

Основная группа – для здоровых детей и детей с незначительными функциональными отклонениями, не влияющими на их физическое развитие и физическую подготовленность. Основная группа в медицинских и школьных документах обозначается римской цифрой I. Все школьники попадают в нее, если в медицинской карте ребенка нет записей, рекомендующих занятия физкультурой в другой группе.

Подготовительная (II)

Подготовительная группа, обозначается цифрой II – для детей, имеющих незначительные отклонения в состоянии здоровья и(или) слабую физическую подготовку. Занятия в этой группе может порекомендовать врач-специалист по заболеванию ребенка. От него требуется сделать четкую запись с рекомендациями в отношении школьных занятий физкультурой в амбулаторной карте ребенка. **Заключения КЭК для занятий в подготовительной группе не требуется, на справке достаточно одной врачебной подписи и печати поликлиники.** Зато необходима четкая и конкретная запись с рекомендациями в школьной справке. Эту справку обычно выдает участковый педиатр на основании рекомендаций врача-специалиста.

Обязательно указывается диагноз, срок на который рекомендуются занятия в подготовительной группе (на весь учебный год, на полугодие, на четверть), и конкретные рекомендации, что именно нужно ограничить ребенку при занятиях физкультурой (не разрешаются занятия физкультурой на улице или в бассейне, ребенок не допускается к соревнованиям или сдаче каких-то определенных нормативов, не разрешаются кувырки через голову или прыжки и т.д.)

Подготовительная группа для ребенка означает, что он будет посещать занятия физкультурой вместе со всеми, соблюдая те ограничения, которые указаны в его справке. Лучше, если ребенок сам будет знать, какие именно упражнения на уроке физкультуры ему делать нельзя. **По окончании срока действия справки, ребенок автоматически окажется в основной группе.**

Бланк справки о занятиях в подготовительной физкультурной группе

Школа _____
 Класс _____

Медицинское заключение
 о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группе
 для занятий физической культурой

Выдано: _____
 (полное наименование медицинской организации)

(фамилия, имя, отчество несовершеннолетнего в дательном падеже, дата рождения)

_____ о том, что он(она) допущен(а) (не допущен(а)) к занятиям физической культурой
 (ненужное зачеркнуть) без ограничений (с ограничениями) в соответствии с медицинской группой для
 занятия физической культурой (ненужное зачеркнуть).

Медицинская группа для занятий физической культурой: _____ код МКБ
 подготовительная

(указывается в соответствии с приложением N 3 к Порядку прохождения несовершеннолетними
 медицинских осмотров, в том числе при поступлении в образовательные учреждения и в период
 обучения в них)

_____ (должность врача, выдавшего заключение) _____ (подпись) _____ (Фамилия, И. О.)

М.П.

Дата выдачи « _____ » _____ 20 ____ г.

Специальная

Специальная группа – это физкультурная группа для детей с серьезными отклонениями в состоянии здоровья. Справка определяющая специальную физкультурную группу для ребенка оформляется через КЭК. Показаниями к занятиям ребенка в спецгруппе могут быть заболевания сердечно-сосудистой, дыхательной, мочевыделительной и других систем организма. Желающие могут ознакомиться с примерным перечнем этих заболеваний (спецгруппа).

Если Вы решили оформить ребенку справку для занятий в специальной группе по физкультуре, начать нужно с посещения врача специалиста по заболеванию ребенка. В амбулаторной карте обязательно должна быть его запись с четкими рекомендациями. Далее справка оформляется также, как освобождение от физкультуры, с указанием срока ее действия (максимально на один учебный год), тремя подписями членов КЭК и круглой печатью поликлиники.

Бланк справки о занятиях ребенка в специальной физкультурной группе

Школа _____ № _____
 класс _____

Медицинское заключение
 о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группе
 для занятий физической культурой

Выдано: _____
 (полное наименование медицинской организации)

(фамилия, имя, отчество несовершеннолетнего в дательном падеже, дата рождения)

_____ о том, что он (она) допущен (а) (не допущен (а)) к занятиям
 физической культурой (ненужное зачеркнуть) без ограничений (с ограничениями)
 в соответствии с медицинской группой для занятий физической культурой
 (не нужное зачеркнуть).

Медицинская группа для занятий физической культурой: _____ код МКБ
 на период до _____

(указывается в соответствии с приложением N 3 к Порядку прохождения
 несовершеннолетними медицинских осмотров, в том числе при поступлении в
 образовательные учреждения и в период обучения в них)

_____ (должность врача, выдавшего заключение) _____ (подпись) _____ (фамилия, и. о.)

М.П.

Дата выдачи « _____ » _____ 20 ____ г.

На сегодняшний день выделяют две специальные группы: Специальная «А» (III группа) и Специальная «Б» (IV группа).

Специальная «А» (III)

К специальной группе «А» или III физкультурной группе относятся дети с хроническими заболеваниями в состоянии компенсации (вне обострения).

В школах занятия в спецгруппе «А» проводятся отдельно от общих занятий физкультурой. Т.е. Ваш ребенок больше не будет посещать физкультуру вместе с классом. Зато будет заниматься физкультурой в спецгруппе в другое время (не всегда удобное).

В спецгруппе «А» обычно собираются дети с отклонениями в состоянии здоровья из разных классов. Если в школе таких детей много, отдельно проводят занятия для младших, средних и старших школьников, если детей мало – сразу для всех. Нагрузку и упражнения для ребенка всегда подбирают с учетом его заболевания. В соревнованиях такие дети не участвуют, нормативы не сдают. **По окончании срока действия справки, ребенок автоматически переводится в основную группу.** Родителям нужно следить за ее своевременным обновлением.

Специальная «Б» (IV)

К специальной группе «Б» или IV физкультурной группе относятся дети с хроническими заболеваниями или отклонениями в состоянии здоровья, в том числе временного характера, в состоянии субкомпенсации (неполной ремиссии или на выходе из обострения). Спецгруппа «Б» означает замену физкультуры в школе занятиями лечебной физкультурой в медицинском учреждении или на дому. **Т.е. фактически – это освобождение от школьных занятий физкультурой.**

Обращаю внимание родителей, что любые справки о занятиях физкультурой: освобождение от физкультуры, справка о занятиях в подготовительной или специальной физкультурной группах должны обновляться не реже одного раза в год. **Если в начале учебного года ребенок не приносит новую справку с рекомендациями врача в отношении занятий физкультурой, он автоматически попадает в основную физкультурную группу.**