

КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «НАУКОВИЙ ЛІЦЕЙ ІМЕНІ АНАТОЛІЯ ЛИГУНА»
КАМ'ЯНСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ

НАКАЗ

31.09.2026

№ 96/од

Про затвердження Положення про медико-педагогічний контроль за фізичною культурою здобувачів освіти у КЗ «Науковий ліцей імені Анатолія Лигуна» КМР

Відповідно до Законів України «Про освіту», «Про загальну середню освіту», «Про охорону дитинства», «Про фізичну культуру і спорт», «Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення», Основ законодавства України про охорону здоров'я, з метою забезпечення належного функціонального стану організму здобувачів освіти, оптимізації та безпеки фізичних навантажень, а також на виконання рішення педагогічної ради ліцею (протокол № 1 від 31.08.2026),

НАКАЗУЮ:

1. Затвердити **Положення про медико-педагогічний контроль за фізичною культурою здобувачів освіти в Комунальному закладі «Науковий ліцей імені Анатолія Лигуна» Кам'янської міської ради** (додається).
2. Ввести в дію Положення про медико-педагогічний контроль з 01 вересня 2026 року.
3. Заступникам директора з навчально-виховної Панченко Л.В. та виховної роботи Резнік В.В., сестрі медичній, учителям фізичної культури та класним керівникам:
 - 3.1. Забезпечити дотримання вимог цього Положення під час проведення уроків фізичної культури, спортивних секцій, змагань та інших фізкультурно-оздоровчих заходів.
 - 3.2. Дотримуватися встановленої орієнтовної кратності проведення медико-педагогічних спостережень за уроками фізичної культури у 8-12-х класах відповідно до Додатка 1 Положення.
 - 3.3. Вчасно фіксувати результати спостережень в електронному вигляді аналізу уроку фізичної культури.
4. Сестрі медичній Агаєвій Л.М. спільно з вчителями фізичної культури Кокалюком П.А., Кривописка І.І. забезпечити чіткий облік і розподіл учнів за медичними групами (основна, підготовча, спеціальна) на підставі результатів обов'язкових медичних профілактичних оглядів.
5. Заступнику директора з навчально-виховної роботи Панченко Л.В. виносити питання щодо ефективності організації фізичної культури та медико-педагогічного контролю на розгляд педагогічної ради ліцею двічі на рік.
6. Контроль за виконанням цього наказу залишаю за собою.

Директор



Яна ЖУЧЕК

СХВАЛЕНО

рішенням педагогічної ради
КЗ «Науковий ліцей імені
Анатолія Лигуна» КМР
протокол №1 від 31.08.2026

ЗАТВЕРДЖУЮ

директор КЗ «Науковий ліцей
імені Анатолія Лигуна» КМР



ПОЛОЖЕННЯ про медико-педагогічний контроль за фізичною культурою здобувачів освіти в Комунальному закладі «Науковий ліцей імені Анатолія Лигуна» Кам'янської міської ради

1. Загальні положення

1.1. Медико-педагогічний контроль за фізичною культурою – невід’ємна частина навчального процесу та медичного обслуговування учнів у КЗ «Науковий ліцей імені Анатолія Лигуна» КМР, що включає заходи, спрямовані на оптимізацію, безпеку та ефективність фізичної культури.

1.2. Медико-педагогічний контроль є необхідним компонентом педагогічного процесу, що забезпечує своєчасне визначення рівня функціональних можливостей організму учнів, адекватність фізичних навантажень та раннє виявлення ознак хвороб і ушкоджень.

1.3. Організація і зміст медико-педагогічного контролю в Науковому ліцеї регламентуються Законами України «Про охорону дитинства», «Про освіту», «Про загальну середню освіту», «Про фізичну культуру і спорт», «Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення», Основами законодавства України про охорону здоров’я, Положенням про медико-педагогічний контроль за фізичним вихованням учнів у загальноосвітніх навчальних закладах та іншими нормативно-правовими актами.

1.4. Медико-педагогічний контроль здійснюється медичними та педагогічними працівниками Наукового ліцею.

1.5. Оздоровчий ефект занять фізичною культурою забезпечується за умови повної відповідності фізичного навантаження функціональним можливостям організму. У свою чергу, функціональний стан організму характеризує ефективність і раціональність організації фізичної культури в Науковому ліцеї.

2. Мета і завдання медико-педагогічного контролю

2.1. Метою медико-педагогічного контролю є:

- ✓ визначення стану здоров’я, фізичного розвитку і функціонального стану організму учнів, які займаються фізичною культурою;
- ✓ оптимізація рухової активності учнів;
- ✓ вирішення питань щодо відповідності фізичних навантажень стану здоров’я та функціональним можливостям учнів навчальних закладів.

2.2. Завдання медико-педагогічного контролю:

- ✓ визначення рівня фізичного розвитку, стану здоров’я, функціональних можливостей організму та рівня розвитку рухових навичок учня з метою диференціації засобів і форм фізичного виховання та дозування фізичного навантаження;
- ✓ спостереження за динамікою показників фізичного розвитку, стану здоров’я та розвитку локомоторної функції учня під впливом фізичних вправ, загартування та інших засобів біокорекції для оцінки їх оздоровчого ефекту;
- ✓ виявлення функціональних відхилень і ранніх симптомів хвороб, що виникають під час занять фізичною культурою;
- ✓ профілактика спортивного травматизму;
- ✓ проведення санітарно-просвітницької роботи та гігієнічного виховання учнів.

3. Організація медико-педагогічного контролю та порядок проведення медико-педагогічного спостереження на заняттях з фізичної культури

3.1. Організацію медико-педагогічного контролю в Науковому ліцеї забезпечує адміністрація закладу.

3.2. Оцінку стану здоров'я учнів з подальшим розподілом їх на групи для занять фізичною культурою здійснює медичний працівник навчального закладу за результатами:

- ✓ обов'язкових медичних профілактичних оглядів (рівень та гармонійність фізичного розвитку, наявність захворювань чи вад розвитку, травм, гострих хронічних захворювань, частота та тривалість захворювань, патологічна враженість);

- ✓ функціональних проб з дозованим фізичним навантаженням (визначення рівня функціонального стану організму);

- ✓ медико-педагогічних спостережень за різними формами фізичної культури в Науковому ліцеї.

3.3. Основними формами медико-педагогічного контролю є:

- ✓ медико-педагогічні спостереження під час уроків з фізичного виховання, динамічної перерви, занять спортивних секцій, змагань та інших форм фізичного виховання;

- ✓ облік учнів, які за станом здоров'я займаються в підготовчій та спеціальній групах;

- ✓ оцінка санітарно-гігієнічного стану місць проведення уроків та інших форм фізичної культури;

- ✓ медико-педагогічні консультації з питань фізичної культури;

- ✓ медичний супровід змагань, туристичних походів тощо;

- ✓ профілактика шкільного, в тому числі спортивного травматизму;

- ✓ санітарно-просвітницька робота;

- ✓ контроль за ефективністю організації фізичної культури у Науковому ліцеї.

3.4. Обов'язки педагогічних працівників щодо фізичної культури учнів у Науковому ліцеї визначено нормативно-правовими актами Міністерства освіти і науки України.

3.5. Загальне керівництво організацією медичного контролю за станом здоров'я дітей у Науковому ліцеї здійснюють уповноважені органи з питань охорони здоров'я відповідно до чинного законодавства України.

3.6. Медико-педагогічний контроль здійснюється згідно з орієнтовною кратністю спостереження за уроками фізичної культури у 8 - 12-х класах Наукового ліцею (**додаток 1**)

3.7. Медико-педагогічне спостереження проводиться сестрою медичною разом з вчителем фізичної культури, директором, заступником директора з НВР, заступником директора з ВР, класними керівниками під час уроків з фізичної культури, динамічної перерви, занять спортивних секцій, змагань та інших форм фізичного виховання, відповідно до мети моніторингу.

3.8. Під час медико-педагогічного спостереження вирішуються такі завдання:

- ✓ ознайомлення з навчально-методичною документацією (класний журнал, календарно-тематичний план, конспект уроку та ін.);

- ✓ контроль за навантаженням учнів, віднесених за станом здоров'я до основної, підготовчої та спеціальної груп, під час проведення уроків із фізичної культури;

- ✓ оцінка методики проведення уроків із фізичної культури та фізкультурно-оздоровчих заходів, матеріально-технічного забезпечення, відповідність нормативам щодо забезпечення обладнанням та інвентарем, їх справність;

- ✓ оцінка гігієнічних умов місць проведення уроків із фізичної культури (температура та вологість повітря, ефективність вентиляції, рівень освітленості, якість і своєчасність вологого прибирання приміщень, дотримання правил техніки безпеки, наявність засобів першої медичної допомоги тощо);

- ✓ контроль за відповідністю одягу та взуття умовам проведення занять;

- ✓ контроль за відповідністю фізичного навантаження статі учнів;

- ✓ вивчення реакції організму дітей на фізичне навантаження, хронометраж уроку.

3.9. Під час проведення уроку враховуються основні зовнішні ознаки втоми: колір шкіри обличчя, пітливість, характер дихання і рухів, міміка, увага і самопочуття учнів за схемою візуального визначення втоми учнів під час фізичного навантаження (**додаток 2**).

3.10. Для оцінки ефективності уроку використовуються хронометражні спостереження, які дозволяють обчислити моторну щільність (далі - МЩ), загальну щільність уроку (далі - ЗЩУ) за розрахунком, визначеним у **додатку 3**.

Відповідно до гігієнічних вимог величина ЗЩУ має становити не менше ніж 80 - 90 %.

3.11. За результатами медико-педагогічного спостереження у разі необхідності проводиться корекція планування процесу фізичного виховання та дозування фізичних навантажень учнів.

3.12. Графічним зображенням реакції серцево-судинної системи (пульсу) у відповідь на фізичне навантаження є фізіологічна крива оцінки реакції учня на фізичне навантаження (**додаток 4**).

3.13. Результати спостереження заносяться в електронну Google Форму аналізу уроку фізичної культури.

4. Організація медико-педагогічного контролю в умовах особливого періоду, надзвичайних ситуацій та дистанційного навчання

4.1. Медико-педагогічний контроль за проведенням уроків фізичної культури та занять у секціях здійснюється безпосередньо під час очної форми здобуття освіти/

4.2 У разі введення воєнного стану, встановлення карантину, оголошення тривалих повітряних тривог або виникнення інших надзвичайних ситуацій, що зумовлюють перехід закладу освіти на дистанційну чи змішану форму навчання (у частині самостійного виконання вправ здобувачами освіти вдома), проведення медико-педагогічного контролю може бути призупинено, відтерміновано до відновлення очного освітнього процесу або здійснено за гнучким (вільним) графіком.

4.3. Під час дистанційного навчання робота переноситься в площину проведення інструктажів з безпеки життєдіяльності, роз'яснювальної роботи з батьками та учнями щодо самоконтролю рівня фізичного навантаження, пульсометрії та ведення самопостереження.

4.4. Проведення медико-педагогічного контролю відновлюється у повному обсязі з дня відновлення очних занять фізичною культурою в закладі освіти.

Додаток 1

до Положення про медико-педагогічний контроль за фізичним вихованням учнів у Науковому ліцеї

Орієнтовна кратність проведення спеціалістами медико-педагогічного спостереження за уроками фізичного виховання у 8 - 12-х класах

Посада контролюючого	Мінімальна кількість разів			Мета перевірки
	на місяць	протягом семестру	протягом навчального року	
Директор ліцею*		1	2 - 3	адміністративне інспектування
Заступник директора з навчально-виховної роботи*		1	2 - 3	методичне інспектування
Заступник директора з виховної роботи*		1	2 - 3	оздоровчо-виховна робота
Класні керівники*	1	4	8	відвідування учнями уроків, дисциплінованість, успішність учнів
Медичний персонал*	1	4	8	МПК** за змістом і методами проведення уроків фізичної культури, за відповідністю фізичного навантаження функціональним можливостям учнів

Питання щодо ефективності організації шкільного фізичного виховання розглядається на педагогічній раді 2 рази на рік.

* Для одного потоку класів.

** МПК - медико-педагогічний контроль.

Додаток 2
до Положення про медико-педагогічний контроль за фізичним вихованням учнів у Науковому ліцеї

**Схема візуального визначення втоми учнів
під час фізичного навантаження**

Об'єкти спостереження	Ознаки втоми
Колір шкіри обличчя	значне почервоніння
Міміка	вираз обличчя напружений
Пітливість	виразна у верхній половині тіла
Дихання	сильно прискорене, уривчасте дихання через рот
Рухи	хитання, нетвердий крок
Самопочуття	скарги на втому, біль у м'язах, серцебиття, задуху, шум у вухах, запаморочення
Увага	помилки при виконанні команд, нечітке їх виконання

Додаток 3
до Положення про медико-
педагогічний контроль за
фізичним вихованням учнів
у Науковому ліцеї

**Розрахунок загальної щільності уроку,
показника моторної щільності уроку**

1. Загальна щільність уроку визначається відношенням доцільно витраченого часу з точки зору педагогічної діяльності до загальної тривалості уроку:

$$\text{ЗЩУ} = \frac{\text{сума раціонально витраченого часу} \times 100 \%}{45}.$$

Загальна щільність включає:

- ✓ виконання учнями вправ (стройові, загальнорозвивальні вправи, вправи на увагу, підвідні, основні вправи, ігри, перевірка домашнього завдання);
- ✓ сприйняття (повідомлення і закріплення теоретичної інформації, інструктаж, спостереження за виконанням вправ, керівництво, використання наочних та технічних засобів);
- ✓ відпочинок (відпочинок між підходами, очікування черги до спортивного снаряда);
- ✓ допоміжні дії (страховка, корекція, перестроювання, перехід до інших снарядів, підготовка до уроку, прибирання обладнання);
- ✓ простій з вини вчителя і учнів (передчасне закінчення уроку, пошук інвентарю, тривале переодягання учнів).

2. Показник моторної (рухової) щільності уроку розраховується за формулою:

$$\text{МЩУ} = \frac{\text{сума часу, витраченого однією дитиною на виконання різних рухів,} \times 100 \%}{45}.$$

Так, наприклад, якщо за 40 хв. уроку загальна тривалість занять фізичними вправами однією дитиною становила 30 хв., то МЩУ становитиме:

30 хв. $\times$ 100 % : 40 хв. = 75 % (при гігієнічній нормі не менше 60 %).

Додаток 4
до Положення про медико-педагогічний контроль за фізичним вихованням учнів у Науковому ліцеї

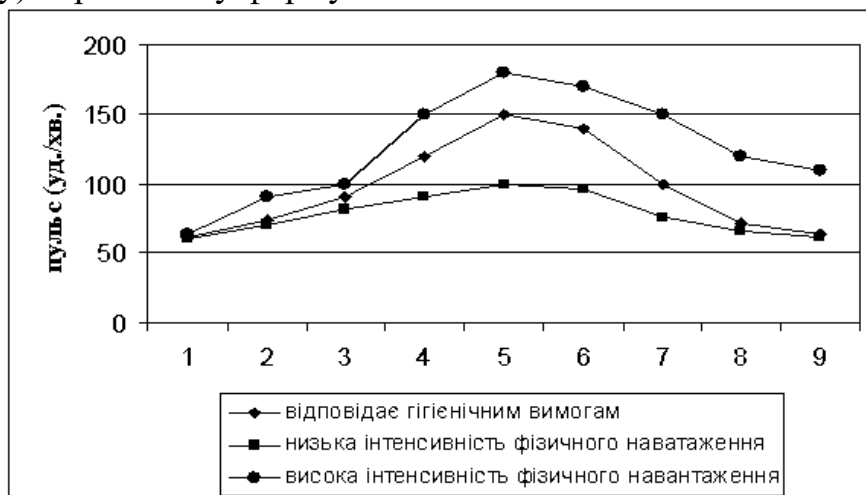
Фізіологічна крива оцінки реакції учня на фізичне навантаження

Одночасно з хронометражем складових частин уроку фізичного виховання у 2 - х учнів різної статі, які обираються об'єктами спостереження за критеріями достатньої активності, дисциплінованості та середньої фізичної підготовленості, проводять пульсометрію.

Обов'язковим є вимір пульсу до уроку та після його закінчення.

Пульс вимірюють до початку занять, після ввідної частини уроку, після проведення загальних вправ, після рухової гри, після заключної частини уроку та через 3 - 5 хв. після закінчення уроку.

Графічне зображення кривої фізичного навантаження будується з дотриманням таких умов: по осі абсцис (по горизонталі) від вихідної точки відкладають час уроку із зазначенням його частин, по осі ординат (по вертикалі) - пульс за 1 хв., починаючи шкалу осі із вихідної точки "60". За умови правильної побудови уроку фізіологічна крива повинна мати двовершинну (або одновершинну) параболічну форму.



Інтенсивність фізичного навантаження (ЧСС, уд./хв.)

до 140 уд./хв. - **легке** фізичне навантаження;

141 - 160 уд./хв. - **середнє** фізичне навантаження;

більше 160 уд./хв. - **значне** фізичне навантаження;

ЧСС - частота серцевих скорочень.

Структура уроку (залежить від навчальної програми і теми уроку):

3 - 5 хв. - ввідна частина;

35 хв. - основна частина (розминка, навчання основним рухам, рухові ігри);

3 - 5 хв. - заключна частина.