

Положение о требованиях к спортивной форме и мерах безопасности на уроках физической культуры

1. Общие положения

- 1.1. Настоящее Положение определяет единые требования к спортивной форме обучающихся, а также правила ношения корректирующих очков при проведении уроков физической культуры.
- 1.2. Целями Положения являются:
 - (1) обеспечение охраны жизни и здоровья обучающихся при проведении уроков физической культуры;
 - (2) создание безопасных условий для занятий физической культурой, включая снижение риска травм, связанных с ношением корректирующих очков;
 - (3) установление понятных и единообразных требований к спортивной форме обучающихся.
- 1.3. Действие Положения распространяется на всех обучающихся, посещающих уроки физической культуры, а также на педагогических работников, реализующих соответствующие учебные программы.

2. Общие требования к посещению занятий по физической культуре

- 2.1. Занятия по физической культуре посещают все обучающиеся, отнесенные по результатам медицинского осмотра к основной, подготовительной или специальной медицинской группе, а также частично освобожденные от физических нагрузок – в формах, установленных медицинским заключением.
- 2.2. Медицинское заключение о допуске к занятиям физической культурой, распределении по медицинским группам и возможных ограничениях оформляется медицинской организацией и предоставляется в образовательную организацию в установленном порядке.
- 2.3. Обучающиеся, временно освобожденные от физических нагрузок, присутствуют на занятии по физической культуре и выполняют задания, не связанные с физической нагрузкой, либо находятся в ином месте под надзором педагогического работника.

3. Требования к спортивной форме обучающихся

- 3.1. Для участия в уроках физической культуры обучающиеся обязаны иметь опрятную спортивную одежду и чистую спортивную обувь, соответствующие температурным условиям, месту проведения занятий и виду деятельности.
- 3.2. Рекомендуемый состав спортивной формы для занятий в спортивном зале:
- (1) футболка (спортивная майка);
 - (2) спортивные шорты или спортивные брюки;
 - (3) спортивная обувь (кроссовки, кеды) с нескользящей подошвой.
- 3.3. Для занятий на открытом воздухе спортивная форма дополняется в соответствии с погодными условиями (спортивный костюм, ветровка, шапка, перчатки и др.).
- 3.4. На уроках физической культуры обучающимся запрещается:
- (1) использовать обувь с гладкой скользкой подошвой, с металлическими или выступающими элементами;
 - (2) находиться в одежде, стесняющей движения, с длинными и свободно свисающими деталями, создающими риск зацепления за спортивный инвентарь;
 - (3) носить украшения (цепочки, крупные серьги, браслеты, кольца, часы и др.), а также иметь в карманах острые и тяжелые предметы.
- 3.5. Ученик, не имеющий спортивной формы, к выполнению практических упражнений не допускается.

4. Ношение корректирующих очков на уроках физической культуры

- 4.1. Ношение обучающимися корректирующих очков при выполнении физических упражнений на уроках физической культуры допускается при наличии медицинского заключения (справки) врача-офтальмолога или выписки из медицинской документации, содержащей указание на необходимость постоянного (или ситуационного) ношения очков, в том числе при физических нагрузках.
- 4.2. При отсутствии указанного медицинского заключения обучающийся выполняет задания урока без ношения очков. Учитель физической культуры, учитывая возможное снижение остроты зрения, вправе корректировать для такого обучающегося виды и уровень сложности упражнений (например, уменьшить долю упражнений, требующих высокой точности зрительно-двигательной координации).
- 4.3. Обучающимся рекомендовано использование специальных спортивных очков (с ударопрочными линзами, безопасной оправой и фиксирующим ремешком), особенно при участии в подвижных играх с мячом и других

динамичных видах деятельности, указание на рекомендованный тип очков может содержаться в медицинском заключении врача-офтальмолога.

- 4.4. На уроках физической культуры обучающимся запрещается:
- (1) использовать солнцезащитные, декоративные и иные очки, не связанные с медицинскими показаниями;
 - (2) участвовать в занятиях в очках с явными повреждениями оправы или линз, создающими риск травмирования (например, трещины, сколы, отсутствие крепления дужки).
- 4.5. Учитель физической культуры имеет право временно отстранить обучающегося от выполнения отдельных упражнений либо предложить изменить вид деятельности, если ношение очков (даже по медицинским показаниям) в конкретной ситуации создает повышенный риск травмы для самого обучающегося или окружающих (например, при выполнении акробатических упражнений, силовых переворотов, некоторых элементов гимнастики).
- 4.6. При проведении соревнований, турниров и занятий по игровым видам спорта (футбол, баскетбол, волейбол, гандбол и др.) учитель физической культуры вправе отказать обучающемуся в участии в корректирующих очках, за исключением специальных спортивных очков с ударопрочными линзами и фиксирующим ремешком. Решение принимается исключительно из соображений обеспечения безопасности обучающихся и сохранения целостности корректирующей оптики.
- 4.7. В случае систематических замечаний по технике безопасности, связанных с ношением очков на занятиях, учитель физической культуры уведомляет родителей (законных представителей) и рекомендует повторную консультацию врача-офтальмолога для уточнения рекомендаций и возможного подбора спортивных очков.

5. Права и обязанности участников образовательных отношений

- 5.1. Обучающиеся имеют право:
- (1) на безопасные условия проведения уроков физической культуры;
 - (2) на учет особенностей состояния здоровья, подтвержденных медицинскими документами;
 - (3) на использование корректирующих очков в случаях, предусмотренных настоящим Положением и медицинскими рекомендациями.
- 5.2. Обучающиеся обязаны:
- (1) соблюдать требования техники безопасности и указания учителя физической культуры;

- (2) являться на уроки в установленной спортивной форме;
- (3) выполнять правила ношения очков, установленные настоящим Положением.

5.3. Учитель физической культуры обязан:

- (1) организовывать и проводить уроки с соблюдением требований охраны труда и безопасности обучающихся;
- (2) учитывать сведения медицинских заключений и рекомендации медицинского работника;
- (3) при необходимости корректировать виды и интенсивность упражнений для обучающихся, использующих очки.

5.4. Родители (законные представители) обучающихся обязаны:

- (1) обеспечивать наличие у ребенка спортивной формы, соответствующей настоящему Положению;
- (2) своевременно предоставлять медицинские заключения и информировать об изменении состояния здоровья ребенка.

6. Заключительные положения

- 6.1. Положение утверждается приказом директора АНОО «ИЧШ» и вступает в силу с 12.01.2026 г.
- 6.2. Настоящее Положение доводится до сведения обучающихся, их родителей (законных представителей).