

## **I. Порядок медицинского осмотра для допуска к выполнению нормативов ВФСК «ГТО»**

**1. Медицинский осмотр для допуска к выполнению нормативов «ГТО» осуществляется:**

в амбулаторно-поликлинических учреждениях врачом-терапевтом участковым, врачом общей врачебной практики, фельдшером с учетом результатов профилактических медицинских осмотров/повозрастной диспансеризации.

**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.**

**2. Врач, ответственный за проведение медицинских осмотров, по его результатам, определяет:**

1. Группу состояния здоровья граждан (1,2,3-ю группу).
2. Медицинскую группу для занятий физкультурой.
3. Оформляет медицинское заключение о допуске к выполнению нормативов ГТО (или о противопоказаниях к сдаче норм ГТО).

### **3. Группы состояния здоровья гражданина и критерии их определения по результатам медицинского осмотра**

1-я группа состояния здоровья - лица, у которых не установлены хронические неинфекционные заболевания, отсутствуют факторы риска развития этих заболеваний, или имеются указанные факторы при среднем риске и которые не нуждаются в диспансерном наблюдении.

2-я группа состояния здоровья - лица, у которых не установлены хронические неинфекционные заболевания, имеются факторы высокого риска таких заболеваний и которые не нуждаются в диспансерном наблюдении.

3-я группа состояния здоровья - лица, имеющие заболевания, требующие диспансерного наблюдения и оказания специализированной помощи, в т.ч. высокотехнологической, нуждающиеся в дополнительном обследовании.

К сдаче норм «ГТО» допускаются лица, отнесённые к 1 и 2 группе.

**Вопрос о допуске 3 группы здоровья решается врачами по спортивной медицине врачебно-физкультурных диспансеров (отделений, центров), при наличии выписки из амбулаторной карты.**

**При наличии у пациента противопоказаний для допуска к выполнению нормативов ГТО, пациент направляется на Врачебную комиссию.**

#### **4. Медицинские группы для занятий физкультурой и допуск к выполнению нормативов ГТО.**

- Основная медицинская группа: для занятий физкультурой и выполнению нормативов ГТО допускаются 1 и 2 группа состояния здоровья.

**Подготовительная медицинская группа:** для занятий физкультурой к выполнению нормативов ГТО допускаются 3 группа после дополнительного медицинского осмотра врачами по спортивной медицине врачебно-физкультурных диспансеров (отделений, центров).

- Специальная медицинская группа А и Б: для занятий физкультурой к выполнению нормативов ГТО не допускаются.

#### **5. Временные противопоказания допуска к сдаче норм ГТО**

- При АД выше 140/90.
- Наличие жалоб на боли различной локализации, головокружение, тошнота, слабость, сердцебиение.
- Острый период заболеваний (температура, озноб, катаральные явления).
- травматические повреждения органов и тканей организма (острый период, ушиб, рана, растяжение, гематома и др.).
- Опасные кровотечения (носовые, в день занятий, состояние после удаления зуба, менструация).
- Выраженное нарушение носового дыхания.
- Выраженная тахикардия или брадикардия (с учетом возраста и пола).
- Ранее, чем через 3 месяца после перенесенного острого заболевания.

#### **Форма справки -допуска к сдаче норм ГТО**

##### **Справка -допуск**

Дана \_\_\_\_\_ г.р., в том, что он (она) по состоянию здоровья и физической подготовки допускается к сдаче нормативов комплекса ГТО.

Врач \_\_\_\_\_ (личная печать)

Дата, печать медицинской организации \_\_\_\_\_

При оформлении справки-допуска, результаты медицинского осмотра могут быть учтены:

- у лиц **18-55** лет в течении 6 месяцев со дня его прохождения;
- у лиц старше **55** лет в течение 3 месяцев.

Медицинская справка допуск действительна в течение **1 месяца** со дня выдачи (необходимо учитывать временные противопоказания и ограничения к физическим упражнениям).

## 6. Алгоритм получения допуска к сдаче норм «ГТО» :

1. Осмотр врачом (участковый терапевт, врач общей практики, фельдшер).

2. Наличие данных о прохождении одного из видов медицинского осмотра в течение последних 6 (3) месяцев в зависимости от возраста.

3. Если есть данные о прохождении медицинского осмотра:

3.1. Определение группы здоровья

3.2. Осмотр, включая измерение А/Д, пульса, температуры тела.

3.3. Если данные результатов медицинского осмотра превышают 6 месяцев (18-55 лет) и 3 месяца (55 лет и старше), направление на ОАК, ОАМ, ЭКГ

3.4. Допуск при отсутствии противопоказаний

3.5. Направить к зав.отделением с целью регистрации справки-допуска.

4. Нет данных о прохождении медицинского осмотра:

4.1. Направление для прохождения по возрастной диспансеризации или профосмотра.

4.2. После получения результатов осмотра: измерение А/Д, пульса, температуры тела.

4.3. Допуск при отсутствии противопоказаний.

4.4. Направить к зав.отделением с целью регистрации справки-допуска.

5. При наличии у пациента противопоказаний для допуска к выполнению нормативов ГТО, пациент направляется на Врачебную комиссию.