

ПОРЯДОК
проведения медицинских осмотров граждан, изъявивших желание заниматься
физической культурой и спортом по приказу Министерства здравоохранения
Российской Федерации от 19 мая 2026 г. № 484н

1. Общие положения

1.1. Настоящий Порядок устанавливает правила проведения медицинских осмотров граждан Кемеровской области - Кузбасса (далее – граждане), изъявивших желание заниматься физической культурой и массовым спортом (далее – занятия спортом), в медицинских организациях государственной и муниципальной систем здравоохранения (далее – Медицинские организации).

1.2. Медицинские осмотры граждан, указанных в пункте 1.1 настоящего Порядка, проводятся в рамках проведения диспансеризации детского населения до достижения ими возраста 18 лет, а также в рамках профилактических медицинских осмотров для лиц старше 18 лет. При наличии у гражданина действующего Медицинского заключения, выданного по результатам предыдущего медицинского осмотра, срок действия которого не истек, повторное проведение полного медицинского осмотра может не требоваться, за исключением случаев, предусмотренных настоящим Порядком.

1.3. Медицинские осмотры граждан, профессионально занимающихся спортом и входящих в состав спортивных сборных команд Российской Федерации, спортивных сборных команд спортивных школ, проведение медицинских осмотров которых регламентируется отдельными нормативными правовыми актами, настоящим Порядком не затрагиваются.

1.4. Медицинские осмотры проводятся врачами-специалистами Медицинской организации по месту прикрепления гражданина, имеющими соответствующую квалификацию и подготовку.

1.5. Целью медицинского осмотра является определение пригодности гражданина к занятиям выбранным видом (видами) спорта, выявление возможных противопоказаний, а также предоставление индивидуальных рекомендаций по укреплению здоровья и предупреждению спортивного травматизма.

2. Организация проведения медицинских осмотров

2.1. Медицинский осмотр осуществляется при наличии добровольного информированного согласия гражданина (его законного представителя) на медицинское вмешательство, оформленного в установленном порядке.

2.2. Для прохождения медицинского осмотра гражданин обращается в Медицинскую организацию по месту прикрепления с документом, удостоверяющим личность (паспорт гражданина Российской Федерации или иной документ, предусмотренный законодательством Российской Федерации).

2.3. При обращении гражданин заполняет заявление на прохождение медицинского осмотра, в котором указывает вид (виды) спорта, которым он планирует заниматься, и свои контактные данные (Приложение №1).

2.4. Медицинская организация организует приемы врачей-специалистов и проведение необходимых обследований в соответствии с Приложением №4, исходя из выбранного гражданином вида спорта и его возрастных особенностей.

2.5. В случае проведения медицинских осмотров в рамках диспансеризации, объем обследований и консультаций определяется действующими порядками и стандартами

оказания медицинской помощи, содержащимися в программе диспансеризации, с учетом специфики требований к допуску к занятиям физической культурой и спортом.

3. Состав медицинского осмотра

Медицинский осмотр включает:

- а) **Сбор анамнеза;**
- б) **Объективное обследование;**
- в) **Консультации врачей-специалистов;**
- г) **Инструментальные и лабораторные исследования** (объем исследований определяется Приложением №4 с учетом выбранного вида спорта и результатов осмотра).

4. Решение врачебной комиссии и выдача Медицинского заключения

4.1. По результатам проведенного медицинского осмотра врачебная комиссия Медицинской организации (участковый врач-терапевт или врач общей практики, врач спортивной медицины при наличии) принимает решение о допуске гражданина к занятиям физической культурой и спортом.

4.2. Решение оформляется в форме Медицинского заключения (Приложение №2).

4.3. Медицинское заключение выдается гражданину (его законному представителю) в двух экземплярах, один из которых остается в Медицинской организации.

4.4. В случае выявления медицинских противопоказаний к занятиям выбранным видом (видами) спорта, врачебная комиссия:

- * Определяет степень выраженности противопоказаний и их характер.
- * Выдает гражданину рекомендации по прохождению дополнительного обследования, консультации узких специалистов, лечебно-оздоровительных мероприятий.
- * Выдает заключение о допуске к занятиям физической культурой и спортом других видов, не имеющих противопоказаний, с соответствующей коррекцией рекомендаций.

4.5. Медицинское заключение действительно в течение срока, установленного настоящим приказом (например, 1 год), если иное не указано в заключении по состоянию здоровья гражданина. При ухудшении состояния здоровья гражданин обязан пройти повторный медицинский осмотр.

4.6. Медицинская организация ведет учет выданных Медицинских заключений.

5. Ответственность

5.1. Ответственность за организацию и качество проведения медицинских осмотров, а также за своевременность и обоснованность выдаваемых Медицинских заключений несет руководитель Медицинской организации.

5.2. Ответственность за достоверность предоставленной информации и соблюдение рекомендаций врача несет гражданин, проходящий медицинский осмотр.

Главному врачу _____
(наименование медицинской организации)

от _____
(ФИО заявителя полностью)

дата рождения: «___» _____ Г.

адрес места жительства: _____

контактный телефон: _____

адрес электронной почты: _____

для несовершеннолетнего

(ФИО законного представителя)

документ, удостоверяющий личность законного
представителя: _____

контактный телефон законного представителя: _____

ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу организовать проведение медицинского осмотра _____

(ФИО лица, проходящего медицинский осмотр)

дата рождения: «___» _____ Г.

для решения вопроса о допуске к занятиям физической культурой и спортом, в том числе к занятиям по следующим видам спорта:

1. _____
2. _____
3. _____

Уровень занятий:

☐ физкультурно-оздоровительные занятия

☐ начальная подготовка

☐ тренировочный этап

☐ иное: _____

При наличии указать спортивную организацию: _____

Сообщаю следующие сведения о состоянии здоровья, хронических заболеваниях, травмах и ограничениях к физической нагрузке:

Ранее проведённые обследования и консультации специалистов (при наличии):

Прошу использовать указанные контактные данные для связи по вопросам организации медицинского осмотра.

Согласие на обработку персональных данных предоставляю в установленном порядке.

Дата: «___» _____ г. Подпись: _____ (_____
(ФИО)

Для несовершеннолетнего:

Подпись законного представителя: _____ (_____
(ФИО)

(Угловой штамп медицинской организации)

Приложение № 2
к приказу Министерства
здравоохранения
Российской Федерации
от 19 мая 2026 г. № 484н

**Медицинское заключение
о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях
(учебно-тренировочных мероприятиях и спортивных соревнованиях),
мероприятиях по оценке выполнения нормативов испытаний (тестов)
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)»**

Реестровый номер заключения _____

Фамилия _____

Имя _____

Отчество (при наличии) _____

Дата рождения _____

Реестровый номер лица (спортсмена) (при наличии) _____

Название мероприятия _____

Вид спорта _____

Спортивная дисциплина _____

Этап спортивной подготовки (при наличии) _____

По результатам медицинского осмотра, углубленного медицинского обследования

ДОПУЩЕН(А)

(указать необходимое)

- к учебно-тренировочным мероприятиям
- к участию в спортивных соревнованиях
- к участию в физкультурных мероприятиях
- к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО

Ограничения, в том числе физических нагрузок, сроки ограничений: (ДА/НЕТ)

Срок ограничения: _____

Описать ограничения _____

Дата выдачи медицинского заключения _____

Медицинское заключение действительно до (указать дату) _____

Должность лица, выдавшего заключение _____

_____ / _____

Подпись

Фамилия, инициалы

Печать медицинской организации

Характеристика этапов спортивной подготовки

Этап	Основные задачи	Количество часов в неделю	Кто выдает медицинское заключение
Спортивно-оздоровительный	Укрепление здоровья, овладение базовыми двигательными навыками, расширение функциональных возможностей организма, формирование интереса к спорту.	4,5	Участковый педиатр/терапевт
Начальная подготовка	Укрепление здоровья, разносторонняя физическая подготовка, устранение недостатков физического развития, обучение основам техники избранного вида спорта, формирование устойчивого интереса к спорту.	6	Участковый педиатр/терапевт при I-II группе здоровья по результатам диспансеризации; при III-IV группе – врач по спортивной медицине
Тренировочный этап (специализация)	Определение спортивной специализации, повышение уровня общей и специальной физической, технической и тактической подготовки, приобретение соревновательного опыта.	10-14	Участковый педиатр/терапевт после консультации врача по спортивной медицине
Совершенствование спортивного мастерства	Повышение функциональных возможностей организма, совершенствование техники, тактики и психологической подготовки, стабильность демонстрации высоких результатов на соревнованиях, сохранение здоровья.	20	Врач по спортивной медицине
Высшее спортивное мастерство	Достижение результатов уровня сборных команд, стабильность выступлений на всероссийских и международных	24	Врач по спортивной медицине

Перечень медицинских обследований (осмотров, консультаций) для различных групп населения, желающих заниматься физической культурой и спортом, разделенных по видам спорта и возрастной категории

(Примечание: Данный перечень является примерным и может корректироваться в зависимости от актуальных клинических рекомендаций и специфики медицинских организаций.)

I. Дети и подростки (до 18 лет):

- **Общие требования (для всех видов спорта):**
 - **Осмотр врачей:**
 - Педиатр
 - Невролог
 - ЛОР
 - Офтальмолог
 - Стоматолог
 - Травматолог-ортопед
 - (Гинеколог для девочек-подростков, уролог для мальчиков-подростков – по показаниям)
 - **Лабораторные исследования:**
 - Общий анализ крови
 - Общий анализ мочи
 - **Инструментальные исследования:**
 - ЭКГ в покое
 - Флюорография/рентгенография ОГК (с 15 лет)
 - УЗИ органов брюшной полости, почек (по показаниям)
- **Специфические требования по видам спорта:**
 - **Виды спорта, связанные с высокой кардионагрузкой (легкая атлетика, плавание, игровые виды спорта, гимнастика, единоборства и др.):**
 - Дополнительно: ЭКГ с физической нагрузкой. Велоэргометрия или тредмил-тест – по показаниям, консультация кардиолога.
 - **Виды спорта, связанные с нагрузкой на опорно-двигательный аппарат (гимнастика, акробатика, тяжелоатлетический спорт, лыжи, конькобежный спорт):**
 - Дополнительно: Консультация травматолога-ортопеда с детальной оценкой состояния суставов, позвоночника, плоскостопия. Рентгенография позвоночника, суставов (по показаниям).
 - **Виды спорта, требующие острого зрения (стрельба, стрельба из лука):**
 - Дополнительно: Углубленное исследование остроты зрения, полей зрения, цветовосприятия.
 - **Виды спорта, связанные с экстремальными условиями (горные лыжи, сноуборд, парашютный спорт):**
 - Дополнительно: Консультация невролога для оценки вестибулярного аппарата.
 - **Виды спорта, связанные с ударами в голову (бокс, тхэквандо, кудо, ММА и др.):**
 - МРТ головного мозга 1 раз в 2 года.

II. Взрослые (18 лет и старше):

- **Общие требования (для занятий ФК и массовым спортом):**
 - **Осмотр врачей:**
 - Врач-терапевт (или врач общей практики)
 - ЛОР

- Офтальмолог
 - Стоматолог
 - (Врач-гинеколог для женщин, уролог для мужчин – по показаниям)
- **Лабораторные исследования:**
 - Общий анализ крови
 - Общий анализ мочи
 - Биохимический анализ крови (глюкоза, холестерин – при необходимости)
- **Инструментальные исследования:**
 - ЭКГ в покое
 - Флюорография/рентгенография ОГК (ежегодно)
- **Специфические требования по видам спорта и уровню нагрузки:**
 - **Низкая/средняя интенсивность (ходьба, йога, пилатес, любительский туризм, начальный уровень плавания):**
 - Объем исследований, как для общих требований.
 - Консультация терапевта для оценки общего состояния здоровья.
 - **Высокая интенсивность (бег на длинные дистанции, велосипедный спорт, триатлон, игровые виды спорта, фитнес высокой интенсивности, единоборства):**
 - **Осмотр врачей:**
 - Терапевт
 - Кардиолог (обязательно)
 - Невролог (по показаниям)
 - Травматолог-ортопед (по показаниям)
 - **Инструментальные исследования:**
 - ЭКГ с физической нагрузкой (велоэргометрия или тредмил-тест) – показано для лиц старше 35-40 лет, а также при наличии факторов риска.
 - Эхокардиография (по показаниям).
 - УЗИ органов брюшной полости, почек (по показаниям).
 - **Виды спорта с повышенной нагрузкой на опорно-двигательный аппарат (тяжелая атлетика, пауэрлифтинг, спортивная гимнастика, акробатика):**
 - **Осмотр врачей:**
 - Травматолог-ортопед (обязательно)
 - Невролог (по показаниям)
 - **Инструментальные исследования:**
 - Рентгенография позвоночника, суставов (по показаниям).
 - УЗИ суставов, связочного аппарата (по показаниям).
 - **Виды спорта, связанные с экстремальными или специфическими условиями (зимние виды спорта, высотные нагрузки, водные виды спорта на открытых водоемах, подводное плавание):**
 - **Осмотр врачей:**
 - Невролог (оценка вестибулярного аппарата, адаптивных возможностей)
 - Кардиолог
 - Пульмонолог (при наличии показаний/симптомов)
 - **Инструментальные исследования:**
 - Спирометрия (при заболеваниях органов дыхания).
 - Тесты на устойчивость к гипоксии (при необходимости).
 - **Виды спорта, связанные с ударами в голову (бокс, тхэквандо, кудо, ММА и др.):**
 - МРТ головного мозга 1 раз в 2 года.

III. Общие рекомендации к объему обследований:

- Объем обследований может быть расширен по решению врача-специалиста или врачебной комиссии при наличии соответствующих показаний (наличие хронических заболеваний, жалоб, отклонений в результатах предыдущих обследований).

- Лица, имеющие хронические заболевания, должны проходить медицинские осмотры более углубленно, с привлечением профильных специалистов (кардиолог, эндокринолог, пульмонолог, нефролог и др.), с учетом рекомендаций по специфике занятий спортом.
- Повторные медицинские осмотры для лиц, занимающихся спортом на любительском уровне, проводятся не реже 1 раза в год, если иное не установлено медицинскими показаниями.
- Для спортсменов-любителей, участвующих в соревнованиях, периодичность и объем медицинских осмотров определяется положением о соревновании и рекомендациями спортивных врачей.