

Приложение к приказу
№ 506-П от 13.05.2015 г.

Ректор  И.Р.Плеве

**Порядок проведения и объем подготовки по физической культуре и
элективным дисциплинам по программе бакалавриата
в СГТУ имени Гагарина Ю.А.**

Создан на основе Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 53), Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утверждённого Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 19 декабря 2013 г. N 1367 г. Москва.

Общие положения

Преподавание физической культуры и элективных дисциплин в СГТУ имени Гагарина Ю.А. осуществляется на I-III курсах очного обучения и на I курсе заочного обучения. На очной форме обучения предусмотрены практические занятия и СРС, на заочной форме – теоретические занятия в форме лекций и СРС.

Для проведения практических занятий на очной форме обучения студенты распределяются в учебные отделения: основное, специальное учебное, учебно-оздоровительное и спортивно-учебное. Занятия со студентами заочной формы обучения проводятся в составе академических групп.

Распределение студентов в учебные отделения

Распределение в учебные отделения проводится в начале учебного года с учетом пола, физического развития, спортивной подготовленности, состояния здоровья (по данным медицинского заключения) и интересов студентов.

В *основное отделение* зачисляются студенты, не имеющие проблем со здоровьем. Учебные группы комплектуются по половому признаку и с учетом уровня функционального состояния студентов. Студенты основного отделения подразделяются на *группы общефизической подготовки и подготовительные медицинские группы*. Последние формируются из числа студентов, чье физическое развитие характеризуется как удовлетворительное.

В *специальное учебное отделение* зачисляются студенты, имеющие проблемы со здоровьем, но рекомендованные по данным медицинского обследования к активным занятиям физической культурой. Студенты данного отделения занимаются в составе *специальных медицинских групп*. Состав групп – смешанный по половому признаку.

В *учебно-оздоровительное отделение* зачисляются студенты, имеющие серьезные проблемы со здоровьем, инвалиды и лица с ограниченными возможностями, освобожденные по данным медицинского обследования от активных занятий физической культурой. Студенты данного отделения занимаются в составе *учебно-оздоровительных групп*. Характер и содержание занятий определяется рекомендациями медиков и специалистов из числа преподавателей кафедры, имеющих специальную подготовку в области лечебно-оздоровительной физической культуры. В ходе занятий студенты осваивают доступные им разделы учебной программы. Состав учебных групп – смешанный по половому признаку.

В *спортивно-учебное отделение* зачисляются студенты всех курсов основной медицинской группы, показавшие хорошую общую физическую и спортивную подготовленность и желание углубленно заниматься одним из видов спорта, занятия по которым организованы в вузе. Студенты данного отделения занимаются в *элективных группах (спортивных секциях)* под руководством педагогов-тренеров. Студенты данных групп выполняют обязательные требования и нормативы (тесты), установленные для основного отделения и в те же сроки. Отдельные студенты, имеющие высокую спортивную квалификацию, могут быть переведены на индивидуальный график занятий избранным видом спорта с выполнением в установленные сроки обязательных зачетных требований и тестов.

Перевод студентов из одного учебного отделения в другое, осуществляется по их желанию только после успешного окончания семестра или учебного года. Перевод студентов в специальное учебное и учебно-оздоровительное отделение по медицинскому заключению может проводиться в любое время учебного года.

Практические занятия по курсам «Физическая культура» и элективным дисциплинам

Основной формой проведения занятий по курсу «Физическая культура» являются практические занятия, которые проводятся на различных типах открытых и закрытых спортивных площадок. Содержательно практические занятия включают в себя элементы базовых форм физического воспитания – гимнастические и легкоатлетические упражнения и комплексы упражнений, спортивные игры, а также элементы других форм и направлений физической культуры. Объем практических занятий составляет 360 часов.

Теоретические занятия по курсам «Физическая культура» и элективным дисциплинам

Для студентов заочной формы обучения преподаватели кафедры ФЗС читают лекционный курс по теоретическим основам физической культуры и игровым видам спорта. Общий объем теоретического раздела курса определяется требованиями учебного плана направления. Лекционные занятия проводятся помощниками деканов факультетов (институтов) по спортивно-массовой работе.

Занятия со студентами специального учебного отделения (юноши и девушки вместе)

Практические занятия студентов специального учебного отделения проходят отдельно от студентов основной группы. Занятия проводятся на открытых площадках и в спортивных залах. В холодный период времени года занятия проводятся только в закрытых помещениях. Содержательная часть практических занятий дублирует содержание занятий основного отделения и включает в себя элементы гимнастики, легкой атлетики и спортивных игр (бадминтон, баскетбол, волейбол, футбол; кроме того, возможна организация и проведение занятий по настольному теннису, дартсу, стрит-болу). При этом выполнение конкретных упражнений и отработка конкретных навыков осуществляется на основе оптимального сочетания щадящих нагрузок и отдыха. При выборе конкретных приемов работы и упражнений используется индивидуальный подход, позволяющий максимально полно учитывать функциональное состояние студентов. Все контрольные нормативы сдаются исключительно по желанию студентов.

Занятия со студентами учебно-оздоровительного отделения (юноши и девушки вместе)

Студенты, имеющие серьезные проблемы со здоровьем, инвалиды и лица с ограниченными возможностями, освобожденные по данным медицинского заключения от активных занятий физической культурой, включаются в состав учебно-оздоровительного отделения. Создание учебно-оздоровительного отделения обусловлено потребностью обеспечить реализацию принципов инклюзивного образования в высших учебных заведениях применительно к занятиям физической культурой. Характер и содержание занятий в рамках данного отделения определяется рекомендациями медиков и специалистов из числа преподавателей кафедры, имеющих специальную подготовку в области лечебно-оздоровительной физической культуры. В ходе занятий студенты осваивают доступные им разделы учебной программы. При организации занятий со студентами этого отделения используется индивидуальный подход.

Занятия со студентами спортивно-учебного отделения (спортивные секции по видам спорта)

Студенты основного отделения, имеющие хорошую физическую и спортивную подготовленность и желание углубленно заниматься одним из видов спорта, включаются в занятия спортивно-учебного отделения в составе элективных групп (спортивных секций).

Учебные группы спортивных секций создаются по тем видам спорта, для которых в вузе имеется материальная спортивная база и возможность обеспечить занятия квалифицированным тренерским составом. Перечень спортивных секций в университете может варьироваться с течением времени.

Группы комплектуются по полу и уровню спортивной квалификации занимающихся (по наличию спортивных разрядов и званий). Занятия в группах проводят специалисты по физическому воспитанию, имеющие высшее физкультурное образование. Для проведения занятий с группами новичков, а также студентами-спортсменами II и III спортивных разрядов, допускаются тренеры, являющиеся квалифицированными спортсменами не ниже I спортивного разряда. Одним из показателей эффективности занятий в спортивных секциях является динамика спортивных результатов.

Непосредственную организацию работы спортивных секций, использование специальных методик, инвентаря и оборудования осуществляют педагоги-тренеры. Они же организуют планирование спортивно-учебных занятий в спортивных секциях, учет посещаемости

[illegible]

(Девушки)

Очки	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Бег 100м	15,5	15,7	16,2	16,7	17,0	17,5	17,9	18,0	18,3	18,7
Бег 2000м	Без учета времени									
Поднимание туловища	65	60	55	50	45	40	35	30	25	20
Прыжки в длину с места	195	190	185	180	175	170	165	160	155	150
Отжимание	20	19	15	12	11	10	9	8	6	5
баллы										
Баллы	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Сумма 5 контр. тестов	40-37	36-33	32-29	28-25	24-21	20-17	16-13	12-9	8-5	4-0

Контрольные нормативы основного отделения (2-6 семестры)

Юноши

Очки	5	4	3	2	1
Бег 100м	13,0- 13,4	13,5- 13,9	14,0- 14,4	14,5	14,6
Подтягивание	18-16	15-12	11-8	7-5	4-3
Прыжки в длину с места	260- 250	249- 235	234- 220	219- 211	210- 200
Сумма 3 контр. тестов	15-13	12-10	9-5	4-2	1
Баллы	5	4	3	2	1

Девушки

Очки	5	4	3	2	1
Бег 100м	15,5- 16,0	16,1- 16,9	17,0- 17,9	18,0- 18,3	18,4- 19,0
Поднимание туловища	65-60	59-50	49-35	34-25	24-20
Прыжки в длину с места	195- 190	189- 180	179- 170	169- 155	154- 150
Сумма 3 контр. тестов	15-13	12-10	9-5	4-2	1
Баллы	5	4	3	2	1