**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Башкирский государственный педагогический университет им. М.Акмуллы»
(ФГБОУ ВО «БГПУ им. М.Акмуллы»)**

ПОРЯДОК

СИСТЕМА МЕНЕДЖМЕНТА КАЧЕСТВА

РЕАЛИЗАЦИИ ОСНОВНЫХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММ БАКАЛАВРИАТА, ПРОГРАММ СПЕЦИАЛИТЕТА В ЧАСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ

П-16-21-1-2020

Официальное издание

Порядок не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен без письменного разрешения ректора ФГБОУ ВО «БГПУ им. М.Акмуллы»

Предисловие

1 ПОРЯДОК РЕАЛИЗАЦИИ ОСНОВНЫХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММ БАКАЛАВРИАТА, ПРОГРАММ СПЕЦИАЛИТЕТА В ЧАСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ[1] разработан заведующим кафедрой физического воспитания и спортивной борьбы

_____ А.В. Данилов

2 УТВЕРЖДАЮ
Ректор ФГБОУ ВО «БГПУ им. М. Акмуллы» _____ С.Т. Сагитов

3 ПОРЯДОК ВВЕДЕН В ДЕЙСТВИЕ приказом ректора ФГБОУ ВО «БГПУ им. М. Акмуллы» от «08» 06 2020 г. № 149

Экземпляр № 2

4 СОГЛАСОВАНО

Проректор по учебно-воспитательной работе _____ В.А. Шаяхметов

И.о начальника юридического отдела _____ А.А. Боровикова

Начальник отдела документационного обеспечения _____ И.А. Осколков

Председатель объединенного совета обучающихся _____ А.Р. Игдеев

Председатель первичной профсоюзной организации студентов _____ И.Р. Галиева

[1] Предыдущая редакция утверждена в 2017 г. Внесены изменения в части организации учебного процесса по физической подготовке с применением дистанционных образовательных технологий

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общие положения ……. 4
2. Организация учебного процесса по физической подготовке ……. 5
3. Проведение занятий по физической подготовке при очно-заочной и заочной формах обучения, при сочетании различных форм обучения ……. 10
4. Организация обучения по физической подготовке при реализации образовательной программы с применением исключительно электронного обучения и дистанционных образовательных технологий …….. 11
5. Организация работы по физическому воспитанию студентов, отнесенных к группе «Лечебная физическая культура» и освобожденных от занятий по физической подготовке ……. 12
6. Организация самостоятельной работы по физической подготовке… 13
7. Проведение занятий по физической подготовке при освоении образовательной программы инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья…… 15
8. Оценивание результатов работы студента по физической подготовке…….. 18
9. Организация работы по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО……. 18
10. Заключительные положения…… 19

1 Общие положения

1.1 Настоящий Порядок определяет условия организации работы по физической подготовке обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, реализуемым в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Башкирский государственный педагогический университет им. М.Акмуллы» (далее – Университет), в том числе при очной, очно-заочной и заочной формах обучения, при сочетании различных форм обучения, при освоении основной профессиональной образовательной программы инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.

1.2 Порядок разработан на основании следующих документов:

– Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

– Федерального закона от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;

– Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 05 апреля 2017 г. №301);

– Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ (утвержден приказом Минобрнауки России от 23.08.2017 г. № 816);

– Приказ государственного комитета РФ по высшему образованию от 26.07.1994 г. № 777 «Об организации процесса физического воспитания в высших учебных заведениях» (в ред. от 01.12 1999 г.);

– Постановление Правительства РФ от 11.06.2014 г. № 540 «Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО);

– федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования (далее – ФГОС ВО, образовательный стандарт);

– Устава Университета;

– локальных нормативных актов.

с учетом Методических рекомендаций по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащенности образовательного процесса (утв. зам. министра образования и науки РФ А.А. Климовым от 08.04.2014 г. № АК-44/05вн); письма Минобрнауки России от 18.03.2014 № 06-281 «Требования к организации

образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, в том числе оснащенности образовательного процесса».

1.3 Целью настоящего Порядка является создание оптимальных условий для студентов, обучающихся по образовательным программам бакалавриата и специалитета, независимо от форм и технологий обучения, для формирования необходимых компетенций, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности.

1.4 Порядок регламентирует организацию учебных занятий по физической подготовке, реализуемых в рамках:

– дисциплины «Физическая культура и спорт», которая имеет трудоемкость две зачетные единицы, реализуется в объеме 72 часов, включается теоретические и практические часы контактной работы в виде лекций, семинарских, практических занятий; самостоятельную работа студента; форма контроля – зачет;

– элективные курсы по физической культуре в объеме 328 часов, которые распределяются с 1 по 6-й семестры в виде практических занятий для обеспечения физической подготовленности обучающихся, в том числе профессионально-прикладного характера. Указанный объем академических часов является обязательным для освоения и в зачетные единицы не переводится. Количество контактных часов определяется в учебных планах исходя из продолжительности семестра и количества недель теоретического обучения. Вместе с часами контактной работы по дисциплине «Физическая культура и спорт» недельная нагрузка обучающихся должна составлять в пределах периода теоретического обучения 4 часа занятий в неделю в 1-4 семестрах и 2 часа в неделю в 5-6 семестрах; остальные часы вынесены на самостоятельную работу студента; форма промежуточной аттестации – зачет.

1.5 Университет с учетом местных условий и интересов обучающихся самостоятельно определяют формы занятий физической культурой, средства физического воспитания, виды спорта и двигательной активности, методы и продолжительность занятий физической культурой на основе федеральных государственных образовательных стандартов и нормативов физической подготовленности.

1.6. Структура, содержание и результаты обучения по предметам «Физическая культура и спорт» и элективным курсам по физической культуре отражены в рабочих программах дисциплин.

1.7 Общее руководство и организацию проведения учебных занятий по физической подготовке обучающихся по программам высшего образования осуществляет кафедра физического воспитания и спортивной борьбы.

2 Организация учебного процесса по физической подготовке

2.1 Проведение занятий по физической подготовке направлено на

физическое воспитание личности, физическое совершенствование, понимание социальной значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности, на знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни, приобретение личного опыта, повышение двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной подготовки, формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом.

2.2. Организация физического воспитания и образования в Университете включает в себя:

1) проведение обязательных занятий физической культурой и спортом в пределах основных образовательных программ, в том числе элективных занятий физической культурой и спортом в пределах освоения образовательной программы;

2) создание условий, в том числе обеспечение спортивным инвентарем и оборудованием, для проведения комплексных мероприятий по физкультурно-спортивной подготовке обучающихся;

3) формирование у обучающихся навыков физической культуры с учетом индивидуальных способностей и состояния здоровья, создание условий для вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом;

4) осуществление физкультурных мероприятий во время учебных занятий;

5) проведение медицинского контроля за организацией физического воспитания;

6) формирование ответственного отношения к своему здоровью физическому воспитанию;

7) проведение ежегодного мониторинга физической подготовленности и физического развития обучающихся;

8) содействие организации и проведению спортивных мероприятий с участием обучающихся;

9) содействие развитию и популяризации студенческого спорта;

10) содействие участию обучающихся в спортивных мероприятиях, в том числе в спартакиадах, универсиадах и официальных спортивных соревнованиях.

2.3 Целью физической подготовки обучающихся является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи физической подготовки:

– формировать понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;

– углублять знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

– формировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, установку на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;

– овладевать системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;

– приобретать личный опыт повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечивать общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность к будущей профессии и быту;

– создавать основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений;

– обеспечивать обучающемуся систематические физические нагрузки, необходимые для поддержания общего здоровья организма.

2.4 Учебный процесс по физической подготовке является обязательным в течение первых трех лет обучения в Университете по программам бакалавриата и программам специалитета и осуществляется в соответствии с ФГОС ВО. Основной формой учебного процесса по физической подготовке являются обязательные учебные занятия, которые проводятся в соответствии с учебными планами по направлениям подготовки (специальностям). Занятия на очном отделении могут носить теоретический, методико-практический, практический и учебно-тренировочный характер. В процессе работы по физической подготовке у обучающихся формируются и развиваются компетенции, предусмотренные федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования.

2.5 Для эффективного проведения практических занятий в начале учебного года с учетом состояния здоровья (медицинского заключения, выдаваемого учреждением здравоохранения, действующем на основании договора с Университетом), физического развития и его особенностей, физической и спортивной подготовленности, пола, спортивных интересов студенты распределяются в учебные отделения: основное, специальное и спортивное.

В основное отделение включаются студенты, отнесенные к основной и подготовительной медицинским группам. Численный состав учебных групп составляет 15-20 человек.

В специальное учебное отделение включаются студенты, отнесенные

по данным медицинского обследования в специальную медицинскую группу. Учебные группы комплектуются с учетом уровня функционального состояния студентов. Численный состав групп 10-12 человек.

Студенты, освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий на длительный срок, включаются в специальное учебное отделение для освоения доступных им разделов учебной программы.

В спортивное учебное отделение в сотрудничестве со спортивным клубом БГПУ им. М.Акмуллы «Арслан» – учебные группы по видам спорта (системам физических упражнений) – включаются студенты основной медицинской группы, показавшие хорошую общую физическую и спортивную подготовленность и желание углубленно заниматься одним из культивируемых в вузе видов спорта (распределение осуществляется на основании личного заявления студента, согласованного с заведующим кафедрой физического воспитания и спортивной борьбы и руководством спортивного студенческого клуба «Арслан»). Численный состав групп по видам спорта определяется кафедрой физического воспитания и спортивной борьбы с учетом спортивной квалификации обучающихся, но не может превышать 20 человек. Студенты спортивного учебного отделения, вне зависимости от выбранного вида спорта, выполняют обязательные требования и нормативы (тесты), установленные для основного отделения, в сроки основной сессии – на последнем аудиторном занятии согласно утвержденному расписанию занятий.

Количество и спортивный профиль учебных групп по элективным курсам по физической культуре» определяется администрацией вуза и кафедрой физического воспитания и спортивной борьбы с учетом материальных и штатных возможностей.

Перевод студентов из одного учебного отделения (или учебной группы) в другое осуществляется по их желанию только при наличии вакантных мест и после успешного окончания учебного года.

2.6 Для проведения занятий лекционного типа учебные группы по одной специальности или направлению подготовки могут объединяться в учебные потоки. При необходимости возможно объединение групп по различным специальностям и (или) направлениям подготовки в один учебный поток.

2.7 Работа по врачебному контролю состояния здоровья обучающихся проводится в учреждениях здравоохранения (поликлиниках), осуществляющих медицинское обследование состояния здоровья студентов в течение всего периода обучения в Университете. Время и место прохождения медицинского обследования обучающихся определяются администрацией Университета. Углубленный медицинский осмотр студентов 1 курса и периодические медицинские осмотры, определение и индивидуальную оценку здоровья обучающихся проводит учреждение здравоохранения, с которым университет имеет актуальный договор об обеспечении охраны здоровья обучающихся.

Врачебное обследование студентов проводится до начала учебных занятий по физической культуре на 1 курсе. По результатам медицинского обследования (врачебного контроля) студенты по состоянию здоровья с учетом основной, подготовительной и специальной медицинской групп (в том числе студенты с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями) распределяются кафедрой физического воспитания и спортивной борьбы по учебным группам до 15 сентября текущего учебного года. Студенты специальной и подготовительной групп занимаются вместе с основной медицинской группой с учетом доступности физических нагрузок в зависимости от степени заболевания.

2.8 Студенты, не прошедшие медицинское обследование (не предоставившие медицинские справки), к учебным занятиям по дисциплине «Физическая культура и спорт» не допускаются.

2.9 Право на освобождение от практических занятий по физической культуре и элективным курсам по физической культуре на определенный период времени (при наличии подтверждающих документов, заверенных в медицинском учреждении) имеют следующие студенты:

а) освобождённые на период болезни (прорабатывают комплекс тестовых вопросов по пропущенным темам);

б) полностью освобожденные от практических занятий по состоянию здоровья – пишут реферат, составляют комплекс занятий по ЛФК; прорабатывают комплекс тестовых вопросов по пропущенным темам; при этом сдают выполненные задания в письменной форме не позднее ближайшей (после получения освобождения) контрольной точки текущего контроля, и всех последующих, включая промежуточную аттестацию;

в) освобожденные на период беременности – пишут реферат и составляют комплекс упражнений по подготовке к родам и восстановлению физической формы после рождения ребенка, психофизическому развитию ребенка до 1,5 лет; при этом сдают выполненные задания в письменной форме не позднее ближайшей (после получения освобождения) контрольной точки текущего контроля, и всех последующих, включая промежуточную аттестацию;

г) освобожденные приказом ректора/проректора по учебно-воспитательной работе в связи с участием в разовых мероприятиях (участие в мероприятиях засчитывается за получение систематической физической нагрузки).

2.10 Право на индивидуальное посещение занятий по физической культуре и спорту и элективным курсам по физической культуре на текущий учебный год имеют следующие студенты:

а) члены сборных команд БГПУ им. М.Акмуллы по видам спорта, регулярно тренирующиеся в спортивных секциях и выступающие на соревнованиях не ниже республиканского уровня, имеющие спортивную квалификацию не ниже 1 разряда (при наличии ходатайства тренера-преподавателя спортивной секции, при прохождении медосмотра и сдачи

всех контрольных нормативов ведущему преподавателю по дисциплине);

б) спортсмены, регулярно тренирующиеся и выступающие на соревнованиях республиканского и выше уровней, имеющие спортивную квалификацию не ниже 1 разряда (при наличии ходатайства спортивной организации с предоставлением подтверждающих документов об участии студента в спортивных состязаниях республиканского и выше уровней, при прохождении медосмотра и сдачи всех контрольных нормативов ведущему преподавателю по предмету).

Ходатайство спортивного клуба «Арслан» об индивидуальном посещении занятий по физической культуре подаются заведующему кафедрой физического воспитания и спортивной борьбы не позднее 15 сентября текущего учебного года и выносятся на утверждение проректору по учебно-воспитательной работе не позднее 30 сентября. Ходатайства, поданные позже установленных сроков, а также ходатайства спортсменов, имеющих спортивную квалификацию ниже 1 разряда, рассматриваются только в исключительных случаях, при наличии подтверждающих документов (приложение 1).

2.11 Сроки и порядок выполнения контрольных упражнений и нормативов определяются кафедрой физического воспитания и спортивной борьбы на весь учебный год и отражены в программах дисциплин.

2.12 На занятиях по предметам «Физическая культура и спорт» и элективным курсам по физической культуре студенты обязаны соблюдать «Правила поведения и требования к форме одежды на занятиях по физической культуре в ФГБОУ ВО «Башкирский государственный педагогический университет им. М.Акмуллы» (приложение 2).

3 Проведение занятий по физической подготовке при очно-заочной и заочной формах обучения

3.1 Дисциплины (модули) по физической подготовке для очно-заочной и заочной форм обучения могут носить теоретический, практический и комбинированный характер.

3.1.1 Дисциплины (модули) теоретического характера ориентированы на формирование понимания обучающимися необходимости регулярных занятий физической культурой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

3.1.2 Дисциплины (модули) практического характера могут носить:

– методико-практическую направленность, обеспечивающую овладение методами и способами деятельности в сфере физической культуры для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности;

– учебно-тренировочную направленность, содействующую приобретению опыта творческой практической деятельности в области физической культуры для физического совершенствования, повышения уровня функциональных и двигательных способностей личности.

3.1.3 Дисциплины (модули) комбинированного характера содержат как

теоретическую, так и практическую компоненту содержания.

3.2 В учебных планах подготовки бакалавра, специалиста заочной и очно-заочной формы обучения предусмотрены:

– дисциплина «Физическая культура и спорт», которая имеет трудоемкость две зачетные единицы и реализуется в объеме 72 часов;

– элективные курсы по физической культуре в объеме 328 часов.

3.3 Контроль результатов обучения осуществляется во время проведения сессий.

3.4 В случае обучения по заочной форме студентам, имеющим предыдущее среднее профессиональное образование, на основании их заявления о переводе на индивидуальный учебный план, в том числе ускоренного обучения, могут быть зачтены дисциплины по физической культуре, освоенные обучающимися в рамках получения среднего профессионального образования. В этом случае, в индивидуальных учебных планах ускоренного обучения все часы по дисциплине «Физическая культура и спорт» и элективным курсам по физической культуре отводятся на самостоятельную работу студента. Результаты зачета и/или оценивания по аттестационной ведомости могут проставляться в ведомость и зачетную книжку заведующим кафедрой физического воспитания и спортивной борьбы.

4 Организация обучения по физической подготовке при реализации образовательной программы с применением исключительно электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

4.1 Студенты, осваивающие основную профессиональную образовательную программу с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, не посещают аудиторные занятия и выполняют контрольные задания, основанные на лекционном курсе по дисциплинам «Физическая культура и спорт» и элективным курсам по физической культуре, размещенные в системе дистанционного обучения.

4.2 Практические занятия могут выполняться с непосредственным контролем преподавателя, либо самостоятельно с предоставлением фото- и видеоотчета.

4.3 Занятия часов контактной работы проводятся в формате участия обучающегося в видеоконференцсвязи, обеспеченной преподавателем на площадке сайта дистанционного обучения БГПУ им. М. Акмуллы https://lms.bspu.ru, в ходе которой преподаватель демонстрирует комплекс физических упражнений для повторения обучающимся. Особую важность здесь имеет регулярность физических нагрузок при консультационной роли преподавателя.

4.4 Для посещения занятий по физической подготовке с применением дистанционных образовательных технологий студент должен иметь соответствующие технические средства, обеспечивающий устойчивый

сигнал связи.

4.5 Обучающиеся обязаны заниматься в спортивной форме, не стесняющей движений, в спортивной обуви с нескользящей подошвой. Организация пространства для занятий по физической подготовке и инвентарь должны соответствовать технике безопасности. Для минимизации рисков обучающемуся необходимо выделить хорошо освещенное, хорошо проветриваемое пространство, площадью не менее трех метров в радиусе.

4.6 Так как обучение в домашних условиях подразумевает под собой ряд определенных пространственных и иного рода ограничений, выполнение упражнений с оборудованием снижается до минимального, за исключением наличия на занятиях гимнастического коврика или альтернативной ему замены. Правила техники безопасности направлены на минимизацию травматизма во время занятия и обязательны к выполнению всеми участниками процесса обучения.

4.7 При проведении занятий по физической подготовке с применением дистанционных образовательных технологий в условиях ограниченного пространства жилого помещения необходимо пользоваться соответствующей инструкций по технике безопасности (приложение 3).

4.8 Зачет при обучении с применением дистанционных образовательных технологий студенты получают на основании выполненных заданий.

5 Организация работы по физическому воспитанию студентов, отнесенных к группе «Лечебная физическая культура» и освобожденных от занятий по физической подготовке

5.1 Для студентов, отнесенных к группе «Лечебная физическая культура» и освобожденных от занятий по физической подготовке, занятия проводятся по специальным учебным программам.

5.2 Практический раздел учебной программы для студентов, отнесенных к группе «Лечебная физическая культура», реализуется индивидуально-дифференцированно. При его реализации учитываются уровень функциональной и физической подготовленности каждого студента, характер и выраженность структурных и функциональных нарушений в организме, вызванных временными или постоянными патологическими факторами, а также показания и противопоказания к занятиям физической культурой. Практические занятия носят корригирующую, восстановительную и оздоровительно-профилактическую направленность. На практических занятиях студенты осваивают разделы программы дисциплины по индивидуальным заданиям, самостоятельно разработанным под контролем преподавателей и с учетом рекомендаций врача. Основу занятий составляет оздоровительная и лечебная физическая культура.

5.3 Для студентов, отнесенных к группе «Лечебная физическая культура» и освобожденных от занятий по физической культуре, посещение лекционных занятий – обязательно.

5.4 Студенты, освобожденные от занятий по физической подготовке во всех семестрах, выполняют рефераты и защищают их.

5.5 Студенты, по медицинским показаниям временно освобождённые от практических занятий по физической подготовке, осваивают дисциплину по специальной программе, в которой практические занятия заменяются самостоятельными в том же объёме. Самостоятельная работа студентов, временно освобождённых от практических занятий, заключается в подготовке и написании тематической работы, изучении теоретического раздела пропущенной программы по физической подготовке.

6 Организация самостоятельной работы по физической подготовке

6.1 Самостоятельная работа студентов является одной из основных форм внеаудиторной работы при реализации учебных планов и программ.

6.2 По физической подготовке практикуются следующие виды и формы самостоятельной работы студентов:

– посещение студентами тренировок секциях по видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол и др.);

– выполнение домашнего задания теоретического характера в соответствии с программой дисциплины;

– самостоятельное (и с помощью преподавателя) составление индивидуального плана комплекса физических упражнений для формирования фигуры, укрепления здоровья, физического развития;

– самостоятельные занятия физическими упражнениями, спортом и туризмом;

– участие в спортивных соревнованиях и праздниках Университета («Спартакиада», «День здоровья» и др.);

– участие в городских, республиканских, российских соревнованиях по различным видам спорта;

– участие в городских, республиканских и всероссийских массовых спортивных мероприятиях, таких как «Кросс наций», «Лыжня России», «Российский азимут» и т.п.

7 Проведение занятий по физической подготовке при освоении образовательной программы инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

7.1 Основная цель дисциплины «Физическая культура и спорт» для студентов, имеющих ограничения здоровья – формирование физической культуры личности, адаптивно-компенсаторных механизмов организма, повышение уровня физической подготовленности и работоспособности, профессионально-прикладная подготовка к будущей профессиональной деятельности, показания и противопоказания для каждого студента, имеющие корригирующую и оздоровительно-профилактическую направленность, использование средств физического воспитания, включая специальные средства для устранения отклонений в состоянии здоровья,

физического развития и функционального состояния организма. Для этого необходим индивидуально-дифференцированный подход в зависимости от уровня функциональной и физической подготовленности, характера и выраженности структурных и функциональных нарушений в организме, вызванных временными или постоянными патологическими факторами.

7.2 Главной задачей является развитие и совершенствование двигательных (физических) способностей и физических качеств с применением средств и методов физической культуры, не имеющих противопоказаний для применения на практических занятиях в специальной медицинской группе.

7.3 К занятиям по физической подготовке (освоению разделов учебной программы по физической культуре и спорту, в том числе и практического раздела) допускаются студенты 1-3-го курсов, имеющие ограничения в состоянии здоровья и обучающиеся в Университете, при наличии заключения КЭК о допуске к практическим занятиям по физической культуре.

7.4 Базой для формирования объема занятий физической культуры для студентов, имеющих ограничения по состоянию здоровья, является учебная программа по дисциплине «Физическая культура и спорт», разработанная на кафедре физического воспитания и спортивной борьбы по направлениям подготовки в Университете. Обязательными видами физических упражнений для включения в рабочую программу по физической культуре являются: отдельные виды легкой атлетики, плавание, спортивные игры, лыжные прогулки, упражнения профессионально-прикладной физической подготовки и силовой направленности, оздоровительные комплексы, лечебная гимнастика, лечебная физическая культура. При подборе упражнений для практических занятий необходимо сочетать совершенствование ранее изученных действий и обучение новым двигательным действиям (развитие, формирование, овладение, освоение, приобретение умений и навыков, выносливости, силы, быстроты движений, ловкости и гибкости). Используются физические упражнения из различных видов спорта, упражнения профессионально-прикладной направленности, оздоровительных систем.

7.5 Освоение теоретического раздела учебной программы студентами, имеющими ограничения в состоянии здоровья, осуществляется в порядке, принятом для всех студентов, без изменений.

7.6 Для освоения учебной программы по дисциплине «Физическая культура и спорт» обучающиеся, имеющие ограниченные возможности здоровья, и инвалиды после прохождения врачебного контроля комиссией врачей зачисляются в специальные медицинские группы А и Б на основании актов медицинского осмотра и заключений клинико-экспертной комиссии учреждения здравоохранения на текущий учебный год (семестр).

7.7 Из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья формируются специальные учебные группы для освоения

дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту. Для таких учебных групп в расписании планируются отдельные подвижные занятия адаптивной физкультурой, которые проводятся преподавателями, имеющими соответствующую подготовку, в специально оборудованных помещениях для занятий спортом или на открытом воздухе. Для студентов с ограничениями передвижения это могут быть занятия по настольным, интеллектуальным видам спорта.

8 Оценивание результатов работы студента по физической подготовке

8.1 В качестве критериев результативности учебных занятий выступают требования и показатели, основанные на использовании двигательной активности не ниже определенного минимума, обязательные и дополнительные тесты, разработанные кафедрой физического воспитания и спортивной борьбы для студентов разных учебных групп по видам спорта (элективные курсы) и по профессионально-прикладной физической подготовке с учетом специфики подготовки специалистов в вузе.

8.2 Контрольные занятия обеспечивают оперативную, текущую и итоговую дифференцированную информацию о степени освоения теоретических и методических знаний-умений, о состоянии и динамике физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности каждого студента. Оперативный контроль обеспечивает информацию о ходе выполнения студентами конкретного раздела, вида учебной работы.

8.2.1 Текущий контроль позволяет оценить степень освоения раздела, темы, вида учебной работы.

8.2.2 Промежуточный контроль (зачет) дает возможность выявить уровень сформированности физической культуры студента и самоопределения в ней через комплексную проверку знаний, методических и практических умений, характеристику общей физической, спортивно-технической подготовленности студента, его психофизической готовности к профессиональной деятельности.

8.3 Студенты всех учебных отделений, выполнившие рабочую учебную программу, сдают зачет по физической культуре, который проводится по трем разделам учебной деятельности.

8.4. Критерием оценки успешности освоения учебного материала выступает экспертная оценка преподавателя и оценка результатов соответствующих тестов по разработанным таблицам. По каждому из трех разделов выставляется отдельная оценка. Общая оценка за семестр определяется средним арифметическим из положительных оценок по всем трем разделам учебной деятельности.

8.4.1 Первый раздел. Теоретические и методические знания, овладение методическими умениями и навыками.

Усвоение материала раздела определяется по уровню овладения

теоретическими и методическими знаниями, соответствующими практическими умениями и навыками их использования на оценку не ниже «удовлетворительно».

8.4.2 Второй раздел. Общая физическая и спортивно-техническая подготовка.

Примерные тесты по общей физической подготовленности для студентов учебных отделений представлены в программе дисциплин «Физическая культура и спорт» и элективных курсов по физической культуре. Тесты по спортивно-технической подготовленности и таблицы их оценки разрабатываются кафедрой физического воспитания и спортивной борьбы.

Оценка выполнения тестов общей физической и спортивно-технической подготовленности определяется по среднему количеству очков, набранных во всех тестах, при условии выполнения каждого из них не ниже, чем на одно очко.

8.4.3 Третий раздел. Жизненно необходимые умения и навыки. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

8.5 Перечень требований и тестов по каждому разделу, их оценка в очках разрабатываются кафедрой физического воспитания и спортивной борьбы с учетом профиля выпускаемых специалистов. Тесты для овладения жизненно необходимыми умениями и навыками (плавание) являются обязательными.

8.6 Студенты специального отделения, а также освобожденные от практических занятий выполняют те разделы Программы, требования и тесты, которые доступны им по состоянию здоровья. Студенты, освобождённые от практических занятий по физвоспитанию на длительный период, сдают зачёт по теоретическому и методико-практическому разделам программы. Освобождение от занятий физической культурой может носить только временный характер, ограниченный сроками, указанными в медицинской справке.

8.7 Дисциплины «Физическая культура и спорт» и элективные курсы по физической культуре могут быть зачтены студентам, зачисленным в Университет переводом из другого вуза, на основании справки об обучении (о периоде обучения), а также студентам, обучающимся заочно или очно-заочно и осваивающим образовательную программу ускоренно.

8.8 В соответствии с календарным учебным графиком обучающиеся проходят текущую аттестацию, которая осуществляется согласно Положениям о текущей и промежуточной аттестации студентов на основе балльно-рейтинговой системы. В конце семестра студенты оцениваются по результатам посещения занятий, оценкам по теоретическому разделу и тестам, контрольным нормативам, зачетным нормативам по физической подготовленности согласно текущему и промежуточному контролю, индивидуально выполненной работе.

8.9 Для дисциплины «Физическая культура и спорт» и для элективных

курсов по физической культуре, с учетом специфики данных дисциплин, заключающейся в обеспечении регулярности физических нагрузок обучающихся, порог удовлетворительного уровня сформированности компетенций устанавливается не ниже 70% освоения. Итоговый результат набранных баллов формируется по следующим компонентам программы: посещение занятий, теоретическая подготовленность, практическая подготовленность.

Рейтинговые баллы распространяются на:

– теоретический раздел программы (лекционный курс);

– практический раздел программы (обязательные контрольные тесты физической подготовленности);

– посещаемость, обуславливающую регулярность физических нагрузок.

8.10 Студент, набравший по результатам текущей и промежуточной аттестации 70 баллов и более, аттестуется положительно (получает «зачтено»), при более низких значениях рейтинга у студента образуется академическая задолженность.

8.11 Студенты, не набравшие минимально допустимого количества баллов к соответствующей контрольной неделе, продолжая работать самостоятельно, могут улучшить свой рейтинг.

8.12 Баллы, полученные за посещение занятий, изменению не подлежат.

8.13 Студент может повысить свой рейтинг в графе «надбавка» за счет отработки пропущенных занятий после завершения основного курса (согласно расписанию) по графику, предоставляемому кафедрой физического воспитания и спортивной борьбы. При этом количество баллов, вносимых в графу «надбавка», определяется пропорционально весу одного занятия в конкретном семестре и количеству отработанных занятий.

8.14 Вес форм оценки промежуточной аттестации определяется по максимальному количеству баллов по следующим критериям:

– посещение занятий в полном объеме – 60 баллов;

– вопросы теоретического раздела – 10 баллов;

– оценивание показателей физической подготовленности (при оценке физической подготовленности на «отлично» – 30 баллов, при оценке физической подготовленности на «хорошо» – 20 баллов, при оценке физической подготовленности на «удовлетворительно» – 10 баллов). Для студентов специальной медицинской группы оценивается положительная динамика в контрольных нормативах и тестах.

8.15 Обязательные контрольные тесты физической подготовленности принимаются на 1-3 курсах в осеннем семестре как исходные данные для начала учебного года и в конце весеннего семестра как подведение итогов учебного года.

8.16 При наличии академической задолженности по «Физической культуре и спорту» или элективным курсам по физической культуре студент имеет возможность повысить свой первоначальный рейтинг только по двум

компонентам: теоретическому (в зависимости от состояния здоровья) и практическому (за счет пересдачи контрольных нормативов):

- в период дополнительной сессии – не более чем на 20%,
- на заседании комиссии еще не более чем на 20%.

На заседание комиссии по ликвидации академической задолженности по дисциплине «Физическая культура и спорт» для студентов основной группы выносится только пересдача контрольных нормативов.

9. Организация работы по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО

9.1 К выполнению нормативов ГТО допускаются обучающиеся, систематически занимающиеся физической культурой и спортом, в том числе самостоятельно, на основании результатов медицинского осмотра, проведенного в соответствии с порядком оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий, утвержденным Министерством здравоохранения Российской Федерации.

9.2 Требования к уровню физической подготовленности при выполнении нормативов учитываются в рабочих программах дисциплин по физической культуре.

10 Заключительные положения

10.1 Настоящий порядок вступает в силу с момента его утверждения ректором Университета.

10.2 Все изменения и дополнения, необходимость в которых возникает в процессе реализации данного порядка, могут быть внесены в него приказом ректора по представлению заведующего кафедрой физического воспитания и спортивной борьбы и согласованию с проректором по учебно-воспитательной работе Университета.

10.3 Изменения и дополнения, внесение которых обусловлено изменением федеральных требований в сфере образования, вносятся в порядок без представления с чьей-либо стороны. Порядок, претерпевший изменения и дополнения в связи с изменением федеральных требований, считается следующей редакцией.

Приложение 1

Образец ходатайства спортклуба «Арслан»
о предоставлении студенту _____
индивидуального графика посещения занятий
по физической подготовке

АРСЛАН
СПОРТИВНЫЙ КЛУБ БГПУ им. М.АКМУЛЛЫ

_____ №_____
На №_____от_____

Региональная общественная организация
спортивный студенческий клуб «Арслан»
450078 Республика Башкортостан,
г. Уфа, ул. Коммунистическая 54а, каб. 4.
Тел.: (347) 272-70-43, 273-26-92
https://vk.com/sportclub_arslan

ХОДАТАЙСТВО

В связи с участием в сборных командах университета по видам спорта, включенным в спартакиаду вузов, РОО СК «Арслан» ходатайствует об индивидуальном посещении занятий по физической культуре и элективным курсам по физической культуре на 20__/20__ учебный год следующим студентам:

1.
2.
3. …

Необходимые документы прилагаются.

Директор СК «Арслан» И.О. Фамилия

Приложение 2

Правила поведения и требования к форме одежды на занятиях по физической подготовке в ФГБОУ ВО Башкирский государственный педагогический университет им. М.Акмуллы

К занятиям по физической культуре допускаются студенты:

– отнесенные по состоянию здоровья к основной, спортивной и специальной медицинским группам;

– прошедшие инструктаж по мерам безопасности на занятиях по физической культуре (общие требования; меры безопасности при занятиях конкретными видами).

– одетые в спортивную форму одежды и спортивную обувь;

Перед началом занятий обучающийся должен:

– снять с себя предметы, представляющие опасность для себя и других занимающихся (часы, висячие сережки, цепочки и т.д.); в день, когда по расписанию есть занятия по физической культуре или по элективным курсам по физической культуре, желательно воздерживаться от использования подобных украшений;

– переодеться в раздевалке, надеть спортивную форму и спортивную обувь, убрать из карманов спортивной формы посторонние предметы, особенно колющие.

Оставлять в раздевалке ценные вещи – телефоны, деньги, плееры и т.п. – не разрешается. До начала занятий все подобные вещи собираются в одну коробку, сдаются на хранение в преподавательскую кафедры физического воспитания и спорта и выдаются после окончания учебного занятия.

В начале занятия проводится общее построение, где проверяется форма одежды и проводится перекличка. Опоздавшие на построение и не прошедшие перекличку считаются отсутствующими на занятии, к учебному процессу не допускаются.

Во время проведения занятий по физической культуре студент обязан соблюдать все требования по технике безопасности. Пользоваться сотовыми телефонами, плеерами и т.п. на учебных занятиях запрещается, они должны быть сданы на хранение до начала урока.

Согласно Санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации учебного процесса в образовательных учреждениях спортивная одежда и обувь должны соответствовать температурным условиям, времени года и виду спортивных занятий. В связи с этим, к занятиям по физическому воспитанию допускаются студенты, имеющие спортивную обувь и форму, соответствующую теме и условиям проведения занятий.

Гигиенические требования к одежде предусматривают ее соответствие росту и полноте тела занимающегося, обеспечение свободы движений. Спортивная форма подбирается таким образом, чтобы её размеры не затрудняли кровообращение, дыхание, не стесняли движений. Воротнички,

манжеты, пояса, резинки и другие детали одежды не должны быть тугими, футболка должна быть аккуратно заправлена. Так как теплозащитные свойства одежды зависят от ее слойности (2, 3 или более слоев: между слоями одежды находится воздух, и чем больше слоев, тем выше температура воздуха под одеждой), важно одеваться в соответствии с температурой наружного воздуха, чтобы не было чрезмерного перегревания, поскольку при этом снижается теплоотдача. В связи с этим очень важна и воздухопроницаемость тканей, которая обеспечивает вентиляцию пространства под одеждой. Неправильно подобранная одежда, затрудняя испарения, может ухудшить самочувствие и снизить работоспособность.

Для занятий в помещении зимой и для тренировок на свежем воздухе летом при температуре воздуха от 14 °С и выше лучше всего надевать шорты, майку или футболку (такая одежда не вызывает перегревания). Также при данном температурном режиме, учитывая индивидуальные особенности, можно пользоваться тонким тренировочным костюмом. При снижении температуры воздуха осенью и зимой одежда для занятий физическими упражнениями должна иметь три слоя. На голову надевают шерстяную шапочку, на руки – варежки. Для защиты от сильного ветра поверх всего можно надеть легкую ветровку (при сильном ветре, пониженной температуре и повышенной влажности одежда также должна соответствовать погодным условиям). Обувь следует подбирать соответственно размеру стопы, чтобы не стеснять ногу и не нарушать кровообращение, она должна полностью соответствовать особенностям строения стопы и быть удобной в движении (неудобная, тесная обувь с грубыми швами и складками ухудшает кровообращение и согревание стопы, вызывает ссадины и потертости). Обувь должна быть на подошве, исключающей скольжение. Зимой спортивную обувь надо надевать на шерстяной носок, под который надевается еще и тонкий из хлопчатобумажной ткани.

Заниматься в зимних пальто, шапках-ушанках или в меховых на ватной подкладке, плащах, джинсах, шарфах навыпуск, ботинках, сапогах и др. повседневной одежде категорически запрещается: такая одежда стесняет движения, мешает необходимой отдаче тепла.

Уроки по лыжной подготовке не проводят при температуре ниже -20°С без ветра и при температуре ниже -18°С при наличии ветра.

Приложение 3

Правила техники безопасности при занятиях по физической подготовке на дому

Правила техники безопасности направлены на минимизацию травматизма во время занятия и обязательны к выполнению всеми участниками процесса обучения.

Вводные положения

Во время проведения занятий по физической культе необходимо исключить возможность:

- травм при падении на неровной поверхности;
- травм при нахождении на небезопасном расстоянии от мебели, бытовых приборов и т.п.;
- травм вследствие плохой разминки;
- травм при столкновении в ходе выполнения гимнастических упражнений;
- травм в ходе несоблюдения правил проведения подвижных игр в домашних условиях.

Для минимизации рисков необходимо выделить хорошо освещенное, хорошо проветриваемое пространство, площадью для одного человека не менее трех метров в радиусе.

Обучающиеся обязаны заниматься в спортивной форме, не стесняющей движений, в спортивной обуви с нескользящей подошвой.

При выполнении упражнений запрещается жевать жевательную резинку и употреблять пищу.

После физической нагрузки нельзя пить холодную воду во избежание простудных заболеваний.

До начала занятий

Необходимо переодеться в спортивную обувь и форму, снять с себя все украшения, предметы, представляющие опасность: браслеты, кольца, цепочки, крупные серьги, ремни т.п.

Одежда должна быть свободной и не стеснять движения обучающегося во время проведения занятия. Длина спортивных штанов не должна быть ниже пятки. Спортивная обувь должна соответствовать размеру ноги и иметь нескользящую подошву. Обувь должна быть легкой.

Обучающиеся должны заранее ознакомиться с видеоматериалами и конспектами занятий, предстоящих к выполнению.

Для предотвращения столкновения частей тела с мебелью и бытовыми приборами, необходимо заранее проверить недосягаемость всех предметов до обучающегося во время выполнения движений.

Для профилактики травмоопасных ситуаций следует убрать с пола все мелкие предметы в радиусе трех метров.

Во время занятий

Необходимо безукоризненно выполнять инструкции и рекомендации преподавателя по технике безопасности при проведении занятий по физической подготовке на дому.

Каждое занятие необходимо начинать с разминки и заканчивать заминкой.

Запрещается выполнять прыжки, вращения, подскоки и другие сложнокоординационные действия вблизи мебели и бытового оборудования, во избежание травм.

Запрещается выполнять прыжки, вращения, подскоки и другие сложнокоординационные действия на неровной, нестабильной, скользкой поверхности (ковры, скользкий пол, плитка, кафель).

Во время выполнения упражнений соблюдать дистанцию, избегать несанкционированных падений, столкновений с мебелью, бытовыми приборами и т.п.

При выполнении упражнения следуют соблюдать технику выполнения данного упражнения.

При ухудшении самочувствия во время занятия незамедлительно прекратить его, сообщив преподавателю дистанционно.

После окончания занятий

Необходимо вымыть руки с мылом и теплой водой, умыть лицо (по возможности принять тёплый душ).

Переодеться в повседневную одежду и обувь.