



**Принято:**  
Ученым Советом  
Протокол № 1 от 31 августа 2017 г.

**Утверждено**  
Ректор  **Федулин**



### ПОЛОЖЕНИЕ

о порядке проведения и объеме подготовки учебных занятий по физической культуре и спорту (физической подготовке) по программам бакалавриата при очной, очно-заочной и заочной формах обучения, при освоении образовательной программы инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья в ФГБОУ ВО «РГУТИС»

*действует с 01.09.2017 г.*

**Разработано:**

Начальник учебно-организационного  
департамента

*Е.А. Бычкова*

**Согласовано:**

Первый проректор

*Н.Г. Новикова*

Заместитель первого проректора

*С.А. Кокотов*

Директор департамента

образовательных программ

*И.В. Маковская*

Начальник юридического управления

*А.С. Сигов*

Введено в действие приказом от «31» августа 2017 г. № 177/2



**Настоящее Положение разработано на основе:**

- Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 05.04.2017г. № 301 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам магистратуре»;
- Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (далее - ФГОС ВО);
- 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 (утвержденных Заместителем Министра образования и науки Российской Федерации от 08.04.2014 №АК-44/05вн);
- Устава федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования ФГБОУ ВО «Российский государственный университет туризма и сервиса»;
- Правил внутреннего распорядка обучающихся ФГБОУ ВО РГУТИС.

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение определяет проведение и объем подготовки учебных занятий по физической культуре и спорту (физической подготовке) по программам бакалавриата, реализуемым в ФГБОУ ВО «Российский государственный университет туризма и сервиса» при очной, очно-заочной и заочной формах обучения, при освоении образовательной программы инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.

1.2. Дисциплины «Физическая культура и спорт», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» являясь компонентом общей культуры, психофизического становления и профессиональной подготовки студента в течение всего периода обучения, в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов по направлениям подготовки бакалавриата входит в обязательную часть образовательных программ и проводится в объеме, предусмотренном ФГОС ВО по каждому направлению подготовки.

1.3. Целью физического воспитания в высших учебных заведениях является формирование физической культуры как неотъемлемой части профессионально-личностного развития





специалиста с учетом требований профессиональной и общественной деятельности.

1.4. Физическое воспитание в высших учебных заведениях предусматривает решение следующих задач:

- укрепление здоровья обучающихся средствами физической культуры, формирование потребностей поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности и самоорганизации здорового образа жизни;
- повышение уровня физической подготовленности обучающихся для успешной учебы и более глубокого усвоения профессиональных знаний, умений и навыков;
- создание условий для полной реализации обучающимися своих творческих способностей в успешном освоении профессиональных знаний, умений и навыков, нравственного, эстетического и духовного развития обучающихся в ходе учебного процесса, организованного на основе современных общенаучных и специальных технологий в области теории, методики и практики физической культуры и спорта.

## **2. Содержание занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт»**

### **2.1. Объем подготовки занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт»**

2.1.1. Учебные занятия по физической культуре и спорту проводятся в соответствии с учебными планами по направлениям подготовки и рабочим программам по дисциплине «Физическая культура и спорт».

2.1.2. По программам бакалавриата дисциплина «Физическая культура и спорт», реализуется в рамках:

- базовой части Блока 1 на основе федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования в объеме 72 академических часов (2 зачетные единицы) в очной форме обучения
- элективных дисциплин в объеме 328 академических часов (указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся).

2.1.3. Дисциплины по физической культуре и спорту реализуются в порядке, установленном организацией. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья организация устанавливает особый порядок освоения дисциплин по физической культуре и спорту с учетом состояния здоровья.

2.1.4. Дисциплины (модули) по физической культуре и спорту (в рамках элективных дисциплин (модулей) при очной, заочной и очно-





заочной форме обучения по образовательным программам являются обязательными и проходят в форме практических занятий для обеспечения физической подготовленности обучающихся, в том числе профессионально-прикладного характера, и уровня физической подготовленности для выполнения ими нормативов физической подготовленности, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом. Аудиторные занятия для студентов: очной формы обучения составляют 328 часов, заочной формы обучения 6 часов, очно-заочной формы обучения 102 часа.

2.1.5. Учебные занятия по дисциплине физическая культура и спорт включают в себя теоретический и методико-практический раздел, при этом объем аудиторных занятий по заочной форме обучения составляет не менее 8 академических часов, при очно-заочной форме обучения не менее 20 часов.

## **2.2. Порядок проведения занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт»**

2.2.1. На занятиях по физической культуре и спорту формируются и отрабатываются разносторонние физические способности и качества личности (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость); практические умения и навыки (преодоление с физической нагрузкой (грузом) естественных и искусственных препятствий; преодоление различными способами (пешком, на лыжах) больших расстояний в течении длительного времени в естественных природно-климатических условиях; развиваются и повышаются функциональные возможности обеспечивающие специальную работоспособность и улучшение восстановительных процессов организма; отрабатываются социально-профессионально важные коммуникативные качества и компетенции межличностного взаимодействия и коммуникации (работа в команде, исполнительские и организаторские навыки); развивается готовность к активной трудовой (физически напряженной) деятельности; готовность к активным формам досуга и отдыха на основе использования средств физической культуры и спорта; подготовка к сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

2.2.2. Теоретический материал ориентирован на формирование понимания обучающимися необходимости регулярных занятий физической культурой и спортом для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2.2.3. Методико-практический раздел учебного материала обеспечивает овладение методами и способами физкультурно-





спортивной деятельности для достижения обучающимся учебных, профессиональных и жизненных целей. Помогает приобрести опыт творческой практической деятельности, развить самостоятельность в физической культуре и спорте. Содержание занятий базируется на широком использовании знаний и умений использования средств физической культуры. Умения использовать спортивную и профессионально-прикладную физическую подготовку для приобретения индивидуального и коллективного опыта физкультурно-спортивной деятельности. На них обучающиеся учатся регулировать свою двигательную активность, поддерживать необходимый уровень физической и функциональной подготовленности в период обучения, учатся использовать средства физической культуры для организации активного отдыха, профилактики общих и профессиональных заболеваний, предотвращения травматизма, овладевают средствами профессионально-прикладной физической подготовки. В процессе занятий создаются условия для активизации познавательной деятельности обучающихся в области физической культуры.

2.2.5. Контрольный раздел занятий обеспечивает оперативную, текущую и итоговую информацию о степени и качестве освоения теоретических и методических знаний-умений, о состоянии и динамике физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности обучающихся. Оперативный контроль создает информацию о ходе выполнения конкретного раздела, вида учебной работы. Текущий контроль позволяет оценить степень освоения раздела, темы, вида учебной работы. Итоговый контроль (зачет) выявляет уровень сформированности физической культуры.

Обязательными условиями допуска студента к выполнению зачетных нормативов являются:

- выполнение требований теоретического раздела программы по семестрам и курсам обучения;
- регулярность посещения учебных занятий, обеспечивающая необходимый уровень физического и функционального состояния организма;
- прохождение тестирования физической подготовленности и уровня физического здоровья;
- формирование умений и навыков в профессионально-прикладной физической подготовке.

2.2.6. Конкретная тематика различных разделов дисциплины «Физическая культура и спорт» отражена в рабочей программе дисциплины.





### 2.3. Организация учебного процесса по дисциплине «Физическая культура и спорт»

2.3.1. Учебный процесс осуществляется в учебных группах, которые организуются в начале учебного года на каждом курсе на основании: результатов медицинского обследования; анализа состояния психического и физического здоровья студента; результатов тестирования физической подготовленности и спортивной квалификации; интереса студентов и их отношения к конкретному виду (видам) спорта.

2.3.2. Работа по врачебному контролю за состоянием здоровья студентов проводится в организациях здравоохранения (поликлиниках), осуществляющих медицинское обследование состояния их здоровья в течение всего периода обучения в высшем учебном заведении. Время и место прохождения медицинского обследования студентов определяются администрацией высшего учебного заведения совместно с организациями здравоохранения (поликлиниками). По результатам медицинского обследования (врачебного контроля) студенты по состоянию здоровья распределяются в следующие группы: основную, подготовительную, спортивную и специальную.

2.3.3. Распределение студентов по состоянию здоровья в медицинские группы проводится в начале учебного года. Студенты, не прошедшие медицинское обследование, к учебным занятиям по дисциплине «Физическая культура и спорт» не допускаются.

2.3.4. Основная учебная группа предназначена для студентов основной медицинской группы, имеющих высокий и средний уровень физического и функционального состояния своего организма. Физическое воспитание студентов в основной учебной группе решает задачи: формирования позитивного отношения, интереса и потребности в занятиях физической культурой и спортом; повышения физического здоровья студента на основе увеличения арсенала двигательных способностей, профессионально-прикладной и методической подготовленности; подготовки и участия в массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях и соревнованиях по видам спорта, предусматривающих широкое вовлечение студентов в активные занятия физической культурой.

2.3.5. Подготовительная учебная группа формируется из студентов, имеющих низкий уровень физического состояния (физического развития и физической подготовленности). Учебный





процесс в подготовительной учебной группе направлен на: комплексное использование средств физической культуры и спорта по типу общефизической подготовки; повышение уровня физического и функционального состояния; профилактическое использование средств физической культуры в оздоровительных целях; приобретение студентами дополнительных, необходимых знаний по основам психологического, педагогического, врачебного и биологического контроля, по методике и организации самостоятельных занятий физическими упражнениями и избранными видами спорта.

2.3.6. Спортивная учебная группа формируется из числа студентов, имеющих хорошую общефизическую и специальную подготовленность, применительно к избранному виду спорта. В группу зачисляются студенты только основной медицинской группы. При распределении в спортивную учебную группу учитываются наличие у студента спортивного разряда или звания, а также его желание заниматься определенным видом спорта и совершенствовать свое спортивное мастерство. Учебный процесс в учебной спортивной группе направлен на: соблюдение принципов спортивной тренировки (цикличность, волнообразность, индивидуализация, углубленная специализация, непрерывность тренировочного процесса, единство общей и специальной подготовки); повышение уровня спортивного мастерства; приобретение теоретико-методических знаний и практического опыта, необходимых для успешной тренировочной и соревновательной деятельности студента; подготовку студента-спортсмена к спортивным соревнованиям и соревновательной деятельности.

2.3.7. Специальная учебная группа формируется из студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья либо проходящих реабилитацию после перенесенных заболеваний. Комплектование подгрупп специальной учебной группы осуществляется с учетом пола, характера заболеваний студентов, уровня их физического и функционального состояния. Подгруппы комплектуются по следующим нозологическим нормам (группам заболеваний):

- группа «А»: студенты с заболеваниями сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушениями функций нервной и эндокринной систем, хроническими воспалениями среднего уха, миопией;

- группа «Б»: студенты, имеющие заболевания органов брюшной полости и малого таза (хронические холецистит и гастрит, язвенная болезнь, колит, дисфункция яичников, гинекологические воспалительные заболевания и др.), нарушения жирового, водно-солевого обменов и заболевания почек;





- группа «В»: студенты, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата, контрактуру (ограничение движений в суставе) и снижение двигательной функции.

Учебный процесс в специальной учебной группе направлен на: избирательность средств (подбор и дозирование упражнений) с учетом показаний и противопоказаний при заболеваниях студентов; формирование у студентов волевых компонентов, интереса, активности и объективной потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями; принятие и усвоение студентами знаний по методике использования средств физической культуры и спорта в профилактике заболеваний, по контролю физического и функционального состояния организма; укрепление здоровья, коррекцию телосложения и осанки, повышение функциональных возможностей, устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.

2.3.8. Студенты для освоения элективных курсов по физической культуре распределяются по видам спорта с учетом их интереса и физического развития, из числа предложенных спортивных дисциплин (волейбол, аэробика, легкая атлетика, общая физическая подготовка и адаптивная физкультура).

Студенты, не определившиеся с видом спорта (не прошедшие распределение) направляются в оставшиеся группы на свободные места.

2.3.9. Для проведения практических занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» формируются учебные группы численностью не более 20 человек с учетом пола, состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности обучающихся.

2.3.10. Перевод студентов из учебных групп одного вида спорта в группы другого вида спорта осуществляется по их желанию только после успешного окончания учебного года. В случае изменения медицинской группы студента, переход студента в соответствующую учебную группу осуществляется в течение семестра.

#### **2.4. Проведение занятий по дисциплине физическая культура и спорт при освоении образовательной программы инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья**

2.4.1. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (при условии наличия в университете таких обучающихся) университет устанавливает особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту на основании





соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры.

2.4.2. Из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья формируются специальные учебные группы для освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту.

2.4.3. Занятия с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья физической культурой проводятся на площадках (в помещениях и на открытом воздухе), оборудованных специализированными тренажерами, тренажерами общеукрепляющей направленности. Все спортивное оборудование должно отвечать требованиям доступности, надежности, прочности, удобства.

2.4.4. В зависимости от нозологии обучающегося и степени ограниченности возможностей в соответствии с рекомендациями, занятия для студентов с ОВЗ могут быть организованы в следующих видах:

- занятия по настольным, интеллектуальным видам спорта;
- лекционные занятия по тематике здоровье сберегающих технологий.

### **3. Особенности реализации дисциплины «Физическая культура и спорт» для студентов, осваивающих образовательные программы по очно-заочной и заочной формам, при сочетании различных форм обучения, а также с применением ДОТ<sup>1</sup>**

3.1. При очно-заочной и заочной формах обучения, при сочетании различных форм обучения преподавание физической культуры и спорта имеет особенности, связанные с самостоятельной подготовкой студентов.

3.2. Изучение дисциплины «Физическая культура и спорт» студентами, осваивающими образовательные программы по очно-заочной и заочной формам, заключается: - в посещении лекций и практических занятий в соответствии с утвержденным графиком обучения по направлению; - интенсивной самостоятельной подготовке студентов.

3.3. Контроль результатов обучения осуществляется во время проведения сессий.

3.4. Результаты самостоятельной работы студентов оформляются в виде контрольных работ и отчетов в каждом учебном семестре, на основании которых студенты допускаются к промежуточной аттестации (зачету).

<sup>1</sup> В Университете при реализации ООП электронное обучение и дистанционные образовательные технологии не применяются, все виды занятий, процедуры оценки результатов обучения, реализуются без применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.





3.5. При заочной форме обучения лекционные занятия и контроль над результатами обучения осуществляется во время проведения сессий.

3.6. Самостоятельная работа рассматривается, как один из видов познавательной деятельности, направленной на образовательную подготовку студентов. Самостоятельная работа студентов направлена на закрепление теоретических знаний и их практическое использование в жизненных ситуациях. Для выполнения задачи обучения методике восприятия, переработке и выбора из огромного потока информации наиболее значимого и существенного, для самоорганизации и формирования умений и навыков самостоятельной работы для студентов, обучающихся на очно-заочной и заочной формам обучения отражены в рабочих программах.

#### **4. Порядок проведения самостоятельных занятий по дисциплине физическая культура и спорт**

4.1. Вуз вне расписания учебных занятий обеспечивает условия обучающимся для самостоятельных занятий по физической культуре и спорту под руководством преподавателей.

4.2. Самостоятельные занятия по физической культуре и спорту под руководством преподавателей проходят в течение всего периода обучения.

4.3. Занятия проводятся на спортивных площадках университета.

4.4. Проводимые в университете самостоятельные занятия и занятия под руководством преподавателей, не предусмотренные учебным планом, студенты посещают по своему выбору.

4.5. К числу спортивных занятий, не предусмотренных учебным планом, относятся секции: единоборств, легкая атлетика, волейбол, настольный теннис, ОФП, а также спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия.

#### **5. Внесение изменений в порядок**

5.1. Основанием для внесения изменений и дополнений в настоящий Порядок являются вновь введенные изменения и дополнения в нормативно-правовые акты, а также изменение Устава и иных локальных актов университета.

5.2. В настоящий Порядок могут вноситься изменения, связанные с:

- изменений условий и требований к реализации ООП ВО,
- предложения руководителя, сотрудников, ППС,
- другие обоснованные случаи.





5.3. Предложения по изменению настоящего Порядка представляются в Учебно-организационный департамент, который систематизирует инициативы по изменению данного Порядка и выносит их на обсуждение Ученого совета ФГБОУ ВО «РГУТИС».

5.4. Внесение изменений в настоящий Порядок проводится решением Ученого совета университета, утверждается ректором ФГБОУ ВО «РГУТИС».