

УТВЕРЖДЕН
Приказом ФБГОУ ВО ПГУПС
от 02.09.2022 № 587/к

**Порядок реализации дисциплин по физической культуре и спорту
в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении
высшего образования «Петербургский государственный университет путей
сообщения Императора Александра I»**

1. Общие положения

1.1. Порядок реализации дисциплин по физической культуре и спорту (далее — Порядок) устанавливает особенности реализации дисциплин «Физическая культура и спорт», «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (далее — дисциплины) по основным профессиональным образовательным программам высшего образования (далее — ОПОП ВО) в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Петербургский государственный университет путей сообщения Императора Александра I» (далее — Университет).

1.2. Порядок распространяется на следующие категории обучающихся:
— обучающиеся, осваивающие ОПОП ВО по очной, очно-заочной и заочной формам обучения;
— обучающиеся инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья (далее — ЛОВЗ).

2. Нормативные ссылки

Настоящий руководящий документ разработан в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами, стандартами Университета и локальными нормативными актами, а также содержит ссылки на следующие документы:

Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

Приказ Министерства здравоохранения РФ от 23.10.2020 г. № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

Приказ Министерства здравоохранения РФ от 10.08.2017 г. № 514н «О Порядке проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних»;

Приказ Министерства здравоохранения РФ от 13.03.2019 № 124н «Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения».

При пользовании ссылочными материалами следует использовать последнюю (действующую) версию документа.

3. Порядок реализации дисциплин для обучающихся

3.1. Учебный процесс по дисциплинам осуществляется в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (далее — ФГОС ВО). Дисциплины являются обязательными для изучения.

3.2. Структура и содержание дисциплин, формы и сроки текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся определяются рабочими программами, оценочными материалами, методическими материалами, календарным учебным графиком, календарным планом воспитательной работы.

3.3. Реализация дисциплин осуществляется в следующих формах:

- контактная работа с обучающимися;
- самостоятельная работа.

3.4. Контактная работа по дисциплинам проводится в виде занятий лекционного и семинарского типов.

Занятия лекционного типа ориентированы на формирование понимания у обучающегося необходимости регулярных занятий по физической культуре и спорту для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Лекционные занятия проводятся в аудиториях университета.

Занятия семинарского типа – практические занятия на спортивных отделениях, обеспечивают овладение средствами и методами деятельности в сфере физической культуры, спорта и здоровья для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности, опыта творческой практической деятельности в области физической культуры и спорта для физического совершенствования, повышения уровня функциональных и двигательных способностей личности. Практические занятия проводятся на спортивных объектах (сооружениях) университета: спортивная площадка Юсуповского сада, спортивные залы кафедры «Физическая культура» (игровой зал, малый зал, тренажерный зал), спортивные залы общежития № 1 (игровой зал, тренажерный зал), бассейн и спортивные залы ДФК ПГУПС (игровой зал, зал тяжелой атлетики, зал борьбы, зал специальной медицинской группы, зал аэробики). Все спортивные объекты университета имеют специальное оборудование и инвентарь для занятий физической культурой.

Контактная работа может проводиться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий. Все материалы,

необходимые для освоения дисциплин, размещены в электронной информационно-образовательной среде университета (далее — ЭИОС ПГУПС).

3.5. Самостоятельная работа обучающихся выполняется в соответствии с методическими рекомендациями и направлена на освоение методик контроля за функциональным состоянием организма занимающегося, развитием физических качеств.

Самостоятельная работа состоит из трёх этапов:

1) подготовка к самостоятельной работе, подбор литературного материала по заданной теме, сбор информации и необходимых данных, выбор средств и методов исследования;

2) выполнение методико-практической работы, обработка данных, анализ полученных результатов, оформление методико-практической работы, подготовка рефератов;

3) защита методико-практической работы, защита рефератов, ответы на вопросы по теме методико-практического занятия, ответы на вопросы по темам реферата.

Материалы, необходимые для самостоятельной работы, размещены в ЭИОС ПГУПС (sdo.pgups.ru).

3.6. Практические занятия по дисциплинам проводятся в учебных группах по спортивным отделениям. Возможно объединение обучающихся различных специальностей и направлений подготовки в учебную группу с учетом состояния их здоровья, физического развития и физической подготовленности. Учебные группы по спортивным отделениям формируются в начале учебного года. Численность обучающихся в учебных группах устанавливается в соответствии с пропускной способностью спортивных сооружений.

Спортивные отделения формируются по направлениям:

— единоборства и атлетизм (изучение технико-тактических действий в стойке и партере, изучение приёмов: переводов, рывков, бросков, сваливания, обезоруживания, изучение тактики самообороны, тренировка в основных упражнениях силовых видов спорта: рывок, толчок штанги, приседание со штангой на плечах, жим штанги лёжа);

— общая физическая подготовка (общеразвивающие упражнения, профессионально-прикладная физическая подготовка, подвижные игры, эстафеты, спортивные игры, упражнения с использованием инвентаря: скакалки, резиновые жгуты, набивные мячи, гимнастические палки, гантели, обручи, гимнастические скамейки, «шведская стенка» и т.д.);

— плавание (на суше — общеразвивающие упражнения, подготовительные упражнения; на воде — подготовительные упражнения для освоения с водой, изучение техники плавания кролем на груди, кролем на спине, техники поворотов при плавании, изучение техники стартовых прыжков);

— спортивные игры (развитие физических качеств: быстроты, силы, выносливости, ловкости, координации движений, изучение техники подачи, передачи, приема мяча, изучение техники ведения мяча и перемещений по спортивной площадке, изучение тактических приёмов);

— футбол (изучение техники передачи, приема, удара по мячу, изучение

техники ведения мяча и перемещений по спортивной площадке, изучение тактических приёмов);

— художественная гимнастика (упражнения развивающие различные группы мышц, специальные гимнастические упражнения, упражнения на равновесие, музыкально-ритмические упражнения, упражнения с предметами (мячи, обручи, скакалки, булавы, ленты и др.), упражнения на взаимодействия в группе).

3.7. Обучающиеся первого курса очной формы обучения обязаны пройти медицинский осмотр до начала учебных занятий по дисциплине и предоставить документ о его результатах врачу по спортивной медицине кафедры «Физическая культура» (справка 086-У). Обучающиеся, не прошедшие медицинский осмотр, к занятиям не допускаются.

3.8. Обучающиеся в зависимости от состояния здоровья распределяются врачом по спортивной медицине кафедры «Физическая культура» по медицинским группам для занятий физической культурой:

— основная медицинская группа для занятий физической культурой (I группа здоровья) формируется из обучающихся без нарушений состояния здоровья и физического развития с функциональными нарушениями, не повлекшими отставание от сверстников в физическом развитии и физической подготовленности;

— подготовительная медицинская группа для занятий физической культурой (II группа здоровья) формируется из обучающихся, имеющих морфофункциональные нарушения или физически слабо подготовленных, входящих в группы риска по возникновению заболеваний (патологических состояний), с хроническими заболеваниями (состояниями) в стадии стойкой клинко-лабораторной ремиссии, длящейся не менее 3 - 5 лет;

— специальная медицинская группа для занятий физической культурой (III и IV группы здоровья) формируется из обучающихся с нарушениями состояния здоровья постоянного (хронические заболевания (состояния), врожденные пороки развития, деформации без прогрессирования, в стадии компенсации) или временного характера, с нарушениями физического развития, требующими ограничения физических нагрузок.

3.9. Обучающиеся, вошедшие в основную медицинскую группу для освоения дисциплины, могут выбрать любое спортивное отделение по своему желанию или потребностям. Для зачисления в группу на спортивное отделение необходимо заполнить анкету на I курсе или заявление на имя заведующего кафедрой «Физическая культура» в дальнейшем. При отсутствии анкеты или заявления распределение обучающихся по учебным группам осуществляется заведующим кафедрой «Физическая культура».

3.10. Обучающиеся, вошедшие в подготовительную медицинскую группу для освоения дисциплины, распределяются на спортивное отделение в соответствии с рекомендацией врача.

3.11. Обучающиеся, по состоянию здоровья отнесенные к специальной медицинской группе, осваивают дисциплины только на отделении Специальная медицинская группа. Врач по спортивной медицине берет на учёт обучающихся,

направленных в специальную медицинскую группу, для постоянного контроля и наблюдения. При окончании срока действия ограничения физических нагрузок врач по спортивной медицине полномочен перевести обучающегося из специальной медицинской группы в любую другую группу. Для перехода обучающегося в течение учебного периода из основной или подготовительной группы в специальную медицинскую группу необходимо предоставить соответствующие медицинские документы врачу по спортивной медицине. Численность специальных медицинских групп не должна превышать 15 человек.

4. Порядок реализации дисциплин для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

4.1. Порядок проведения практических занятий по дисциплинам обучающимися инвалидами и ЛОВЗ устанавливается на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры. В зависимости от нозологии обучающегося и степени ограниченности возможностей в соответствии с рекомендациями службы медико-социальной экспертизы или психолого-медико-педагогической комиссии, занятия для обучающихся инвалидов и ЛОВЗ могут быть организованы по программе адаптивной физической культуры.

4.2. Группы из числа обучающихся инвалидов и ЛОВЗ формируются на основании заявлений обучающихся, в которых отражена необходимость предоставления особых условий для проведения занятий. Количество обучающихся инвалидов и ЛОВЗ в одной группе не должно превышать 15 человек.

4.3. Университет обеспечивает проведение учебных занятий по дисциплинам обучающимся инвалидам и (или) ЛОВЗ с учетом особенностей их психофизического развития, их индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

4.4. Для учебных занятий обучающихся инвалидов и ЛОВЗ в Университете созданы материально-технические условия, обеспечивающие возможность беспрепятственного доступа в помещения для занятий по дисциплинам, а также их пребывания в этих помещениях (в том числе наличие пандусов, подъемников, поручней, расширенных дверных проемов, наличие лифтов, расположение аудиторий на первых этажах зданий). Все спортивное оборудование отвечает требованиям доступности, надежности, прочности, удобства. Помещения для проведения учебных занятий по дисциплинам отвечают принципам создания безбарьерной архитектурной среды.

4.5. Допускается проведение практических занятий для обучающихся инвалидов и ЛОВЗ в одном спортивном зале совместно с иными категориями обучающихся, если это не создает трудностей для этих лиц. Допускается присутствие в спортивном зале во время проведения занятия ассистента из числа работников Университета или привлеченных лиц, оказывающего обучающемуся инвалиду и ЛОВЗ необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей (передвигаться, прочитать и оформить задание,

общаться с преподавателями, проводящими текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию по дисциплинам).

4.6. Занятия проводятся преподавателями, имеющими необходимую квалификацию для работы с обучающимися инвалидами и ЛОВЗ.