ТГСХА ТВЕРСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ	СИСТЕМА МЕНЕДЖМЕНТА КАЧЕСТВА
	МИНСЕЛЬХОЗ РОССИИ
	ФГБОУ ВО ТВЕРСКАЯ ГСХА
	Положение о порядке реализации учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» и элективных дисциплин по физической культуре и спорту в ФГБОУ ВО Тверская ГСХА

РАССМОТРЕНО И УТВЕРЖДЕНО:
Ученым советом ФГБОУ ВО Тверская ГСХА
Протокол № 11 от «26» 08 2020 г.
Председатель Ученого совета _____ П.И. Мигулев

ПОЛОЖЕНИЕ О ПОРЯДКЕ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» И ЭЛЕКТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ В ФГБОУ ВО ТВЕРСКАЯ ГСХА

ТВЕРЬ – 2020 г.

1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящее положение разработано в соответствии с:

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

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

- Приказом Министерства образования и науки РФ от 05.04.2017 г. № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;

- действующими федеральными государственными образовательными стандартами высшего образования (ФГОС ВО);

- Уставом ФГБОУ ВО Тверская ГСХА.

1.2. Настоящее положение определяет единые требования к организации занятий по учебной дисциплине «Физическая культура и спорт» и элективным дисциплинам по физической культуре и спорту в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Тверская государственная сельскохозяйственная академия» (далее – Академия) для всех форм обучения, а также для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

1.3. Целью изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» и элективных дисциплин по физической культуре и спорту 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 профессиональной деятельности.

1.4. Настоящее положение обязательно к применению в Академии при реализации основных профессиональных образовательных программ высше-

го образования (далее – образовательных программ) по направлениям подготовки (специальностям) – бакалавриат, специалитет.

1.5. Общее руководство и организацию проведения учебных занятий по физической культуре и спорту осуществляет кафедра физического воспитания Академии.

1.6. В процессе освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» и элективных дисциплин по физической культуре и спорту у обучающихся формируются основы здорового образа жизни, навыки самоконтроля за состоянием своего организма, а также возможности владения средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовности к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни.

1.7. Место дисциплин в структуре образовательной программы, а также формируемые дисциплинами компетенции, устанавливаются ФГОС ВО.

1.8. Трудоемкость и содержание дисциплин определяется учебным планом и рабочей программой дисциплины.

2. ПОРЯДОК ОРГАНИЗАЦИИ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Трудоемкость учебных дисциплин соответствует ФГОС ВО, и составляет:

– 2 зачетные единицы (72 академических часа) - в рамках дисциплины «Физическая культура и спорт»;

- 328 академических часов – в рамках элективных дисциплин по физической культуре и спорту. Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

2.2. Занятия по дисциплине «Физическая культура и спорт» и элективных курсов по физической культуре и спорту проводятся в форме контактной

и (или) самостоятельной работы.

2.2.1. Контактная работа по дисциплине «Физическая культура и спорт» для всех форм обучения включает в себя:

- занятия лекционного типа;

- занятия семинарского типа (практические занятия).

2.2.2. Для элективных курсов по физической культуре и спорту предусматриваются занятия семинарского типа (практические занятия) в форме контактной и (или) самостоятельной работы.

2.3. Проведение практических занятий осуществляется с учетом результатов медицинского обследования и распределения студентов по отделениям:

- основному - группа, в которую входят обучающиеся без отклонений в состоянии здоровья, с благоприятной реакцией организма на дозированную физическую нагрузку и уровнем физической подготовки, соответствующем возрасту и полу. Обучающиеся в этой группе допускаются к занятиям по физической культуре и спорту в полном объеме;

- специальному - группа, в которую входят обучающиеся, имеющие отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, требующие ограничения физических нагрузок и (или) специальных условий для занятий по физической культуре и спорту.

Во время обучения возможен переход из одного отделения в другое на основании медицинского заключения.

2.4. Обучающиеся, не предоставившие медицинские справки, к занятиям по физической культуре и спорту не допускаются. Студенты могут быть освобождены от занятий по физической культуре по состоянию здоровья на основании медицинской справки.

2.5. Для практических занятий по физической культуре и спорту создаются учебные группы численностью не более 20 человек, с учетом показателей физической подготовленности и развития, пола, а также спортивных интересов.

2.6. Объем контактной и самостоятельной работы, проведение текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, определяется учебным планом и рабочей программой дисциплины.

3. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ОЧНОЙ И ЗАОЧНОЙ ФОРМ ОБУЧЕНИЯ

3.1. Реализация дисциплин «Физическая культура и спорт» и элективных дисциплин по физической культуре и спорту по очной и заочной формам обучения осуществляется на 1 - 3 курсах.

3.2. Объем лекционных занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт» для очной формы обучения определяется учебным планом и составляет – 12 часов (занятия предусмотрены в 1 или 2 семестре).

3.3. Занятия семинарского типа (практические занятия) для очной формы обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт» предусматриваются в объеме 12 часов (1 или 2 семестр). Практические занятия в рамках элективных дисциплин по физической культуре и спорту предусмотрены в объеме 328 часов (1 - 6 семестр), при недельной нагрузке – 4 академических часа.

3.4. Объем лекционных занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт» для заочной формы обучения определяется учебным планом и составляет 2 часа (занятия предусмотрены в 1 или 2 семестре).

3.5. Занятия семинарского типа (практические занятия) для заочной формы обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт» предусматриваются в объеме 2 часов (1 или 2 семестр). Практические занятия в рамках элективных дисциплин по физической культуре и спорту реализуются в условиях интенсивной распределенной самостоятельной работы.

3.6. Общий объем контактной работы для заочной формы обучения не должен превышать 30 % от очной формы.

3.7 Кроме предусмотренных учебным планом занятий, обучающимся предоставляется возможность в рамках внеучебной деятельности посещать

занятия в спортивных секциях по следующим видам спорта: легкой атлетике, мини футболу, волейболу, баскетболу, силовой подготовке (тренажерный зал), настольному теннису, общей развивающей гимнастике.

4. ОСОБЫЙ ПОРЯДОК ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИН ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОВЗ

4.1. Для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов предусматривается особый порядок освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» и элективных дисциплин по физической культуре и спорту, который основывается на соблюдении принципов здоровьясбережения и адаптивной физической культуры.

При наличии контингента с ОВЗ академия обеспечивает проведение занятий по физической культуре и спорту с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья. Специальные условия для проведения занятий по физической культуре и спорту предоставляются обучающимся из числа лиц с ОВЗ на основании заключения психолого-медико-педагогической комиссии, содержащего сведения о необходимости создания соответствующих специальных условий.

4.2. В зависимости от нозологии обучающегося и степени ограниченности возможностей в соответствии с рекомендациями медицинской экспертизы в академии организуются следующие виды и формы занятий обучающихся с ОВЗ:

- подвижные занятия адаптивной физической культуры в специально оборудованных спортивных, тренажерных залах и (или) на открытом воздухе;
- занятия по настольным, интеллектуальным видам спорта;
- семинарские занятия по тематике здоровьесбережения;
- написание реферативных работ по разработанной для каждого обучающегося теме (Приложение 1), отражающей оздоровительно-профилактическую направленность физического воспитания;

- проведение исследовательской или проектной работы (Приложение 2) по проблемам здорового образа жизни и адаптивной физической культуры.

Рассмотрено на заседании Ученого совета Академии,
протокол № ___ от «__» _____ 20__ г.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Примерные темы рефератов

1. Диагноз и краткая характеристика заболевания. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.
2. Медицинские противопоказания при занятии физическими упражнениями. Применение других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).
3. Рекомендуемые средства физической культуры при данном заболевании (диагнозе).
4. Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием дозировки).
5. Составление и демонстрация индивидуального комплекса физических упражнений, проведение отдельной части профилированного учебно-тренировочного занятия с группой студентов.
6. Влияние занятий различными видами спорта на психоэмоциональное состояние человека.
7. Выбор видов спорта и упражнений для активного отдыха.
8. Выбор видов спорта и упражнений для повышения функциональных возможностей организма.
9. Выбор видов спорта и физических упражнений для развития основных физических качеств: выносливости, силы, гибкости, быстроты, координации движений.
10. Гимнастика для глаз.
11. Гипокинезия и гиподинамия - суть отрицательного воздействия на организм человека.
12. Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.
13. Дыхательная гимнастика как лечебная физическая культура для восстановления здоровья (системы дыхательных упражнений).
14. Кинезотерапия как средство восстановления организма.
15. Кинезотерапия при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
16. Криотерапия как средство восстановления опорно-двигательного аппарата.
17. Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применения других средств физической культуры в период ремиссии.
18. Методы контроля и самоконтроля, оценки физического развития и физической подготовки.
19. Оздоровительная ходьба и оздоровительный бег.
20. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующая биологическая система.
21. Основы регулирования массы тела.
22. Приёмы снятия психоэмоционального напряжения или стресса методами и средствами физической культуры и спорта.
23. Природные и гигиенические факторы как средства физического воспитания и методика их применения.
24. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
25. Работоспособность. Утомление. Восстановление работоспособности.
26. Роль и значение физической культуры в профилактике заболеваний и укреплении здоровья, сохранения творческой активности.
27. Самоконтроль за физическим развитием и функциональным состоянием организма.
28. Самоконтроль при самостоятельных занятиях физической культурой.
29. Самостоятельные занятия и работа на спортивных тренажёрах для юношей.

30. Самостоятельные занятия и силовая гимнастика для девушек.
31. Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием дозировки).
32. Социально-биологические основы физической культуры и спорта. Влияние разных факторов на жизнедеятельность организма, (природных, экологических, социальных).
33. Социальные функции физической культуры и спорта.
34. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов.
35. Строение позвоночника и укрепляющие упражнения.
36. Суставная гимнастика.
37. Физическая культура - часть общечеловеческой культуры.
38. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
39. Функциональная реакция отдельных структур организма на физическую активность.
40. Характеристика и основы воспитания физических качеств (по выбору студента):
41. Циклические и ациклические виды физической нагрузки.
42. Экогигиена физической культуры и спорт. Понятие «экогигиена», климатогеографические факторы и их влияние на здоровье и работоспособность занимающихся.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Примерные темы для исследовательских и проектных работ

1. Лечебная физкультура: комплексы физических упражнений, направленные на устранение различных заболеваний (миопия, гипертония, нарушение осанки и пр.)
2. Лечебная физкультура как средство борьбы от переутомления и низкой работоспособности.
3. Значение физической культуры и спорта в жизни человека
4. История развития физической культуры как учебной дисциплины
5. Актуальные проблемы в проведении занятий физической культуры в учебных заведениях
6. Влияние физических упражнений на полноценное развитие организма человека
7. Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры (подбираемые в соответствии с медицинскими показаниями учащихся)
8. Физическая подготовленность к воспроизводству и воспитанию здорового поколения, к активной жизнедеятельности, труду и защите Отечества.