

Автономная некоммерческая
профессиональная образовательная
организация среднего профессионального
образования
«Ижевский Финансово-юридический
колледж»

УТВЕРЖДАЮ
Директор АНОО СПО «ИФОК»
Дмитриев М.В.



**Положение
об организации занятий
по дисциплине «Физическая культура»**

2016

1. Общие положения

1.1. Настоящее положение разработано в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.06.2013 № 464 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования»; письмом Министерства образования Российской Федерации от 31.10. 2003 № 13-52-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»; Федеральным законом от 04.12.2007 № 329 – ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

1.2. Данное Положение регламентирует порядок организации учебных занятий по дисциплине «Физическая культура» в «Автономной некоммерческой профессиональной образовательной организации среднего профессионального образования «Ижевский Финансово-юридический колледж» (далее — АНПОО СПО «ИФЮК») порядок проведения и объем указанных занятий при очной и заочной формах обучения, при сочетании различных форм обучения, при освоении образовательной программы инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.

1.3. Целью настоящего Положения является создание оптимальных условий обучающимся 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. Структура и содержание дисциплины «Физическая культура», а также результаты обучения отражены в рабочей программе дисциплины.

2. Организация учебного процесса по дисциплине

2.1. Учебный процесс по дисциплине «Физическая культура» является обязательным в течение установленного периода обучения в колледже и осуществляется в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами (далее - ФГОС), утвержденными Министерством образования и науки Российской Федерации.

2.2. Основной формой учебного процесса по физической культуре являются обязательные учебные занятия, которые проводятся в соответствии с учебными планами по специальностям и рабочей программой по дисциплине «Физическая культура».

Учебные занятия по очной форме обучения проводятся в виде методико-практических и учебно-тренировочных занятий.

2.3. 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 обучающихся;
- результатов тестирования физической подготовленности и спортивной квалификации;
- интереса обучающихся и их отношения к конкретному виду (видам) спорта.

2.4. Работа по врачебному контролю за состоянием здоровья обучающихся проводится в организациях здравоохранения (поликлиниках), осуществляющих медицинское обследование состояния их здоровья в течение всего периода обучения в колледже

Время и место прохождения медицинского обследования обучающихся определяются администрацией колледжа совместно с организациями здравоохранения (поликлиниками).

По результатам медицинского обследования (врачебного контроля) обучающиеся по состоянию здоровья распределяются в следующие медицинские группы:

- основную;
- подготовительную;
- специальную медицинскую (далее - СМГ).

По усмотрению колледжа могут быть дополнительно созданы следующие группы:

- группа лечебной физической культуры (далее - ЛФК);
- спортивная группа.

2.5. Распределение обучающихся по состоянию здоровья в медицинские группы проводится в начале учебного года.

2.6. Обучающиеся, не прошедшие медицинское обследование, к учебным занятиям по дисциплине «Физическая культура» не допускаются.

2.7. Основная учебная группа предназначена для обучающихся основной медицинской группы, имеющих высокий и средний уровень физического и функционального состояния своего организма.

Физическое воспитание обучающихся в основной учебной группе решает задачи:

- формирования позитивного отношения, интереса и потребности в занятиях физической культурой и спортом;

- повышения физического здоровья обучающихся на основе увеличения арсенала двигательных способностей, профессиональной прикладной и методической подготовленности;

- подготовки и участия в массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях и соревнованиях по видам спорта, предусматривающих широкое вовлечение обучающихся в активные занятия физической культурой.

2.8. Численность обучающихся в основной учебной группе: 25 человек.

2.9. Подготовительная учебная группа формируется из обучающихся, 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 дополнительных, необходимых знаний по основам психологического, педагогического, врачебного и биологического контроля, по методике и организации самостоятельных занятий физическими упражнениями и избранными видами спорта.

2.10. Численность обучающихся в подготовительной учебной группе 15 человек.

2.11. Специальная медицинская группа формируется из обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, имеющих отклонения в состоянии здоровья либо проходящих реабилитацию после перенесенных заболеваний.

Комплектование подгрупп СМГ производится по необходимости, исходя из характера заболеваний обучающихся, уровня их физического и функционального состояния.

Подгруппы комплектуются по следующим нозологическим нормам (группам заболеваний):

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

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

2.12. Учебный процесс в СМГ направлен на:

- избирательность средств (подбор и дозирование упражнений) с учетом показаний и противопоказаний при заболеваниях обучающихся;

- формирование у обучающихся волевых компонентов, интереса, активности и объективной потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями;

- принятие и усвоение обучающимися 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 и устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.

2.13. Численность обучающихся в СМГ: 8 - 12 студентов.

2.14. Занятия с группами ЛФК, как правило, проводятся в поликлиниках или лечебно-профилактическом учреждении.

При наличии в колледже педагогических кадров, имеющих медицинское образование и соответствующую квалификацию, занятия с группами ЛФК могут организовываться и проводиться в колледже.

2.15. Спортивная учебная группа формируется из числа обучающихся, 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.

2.16. Численность обучающихся спортивной группы определяется спецификой вида спорта, спортивной квалификацией занимающихся и реальными условиями колледжа для проведения учебно-тренировочного процесса.

2.17. Обучающиеся, выполнившие требования рабочей программы по дисциплине «Физическая культура», сдают зачет в каждом семестре в виде тестов по теоретическому/методическо-практическому и практическому разделам в форме и порядке определяемом рабочей программой дисциплины.

2.18. Обязательными условиями допуска обучающихся 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.

2.19. Для оценки учебной деятельности студента зачетные требования дифференцируются (могут дифференцироваться) следующим образом:

- теоретический раздел проводится в виде контрольного тестирования или собеседования по темам рабочей программы с выставлением оценки;
- методико-практический раздел предполагает выполнение студентами практических заданий по организации, проведению и контролю учебных и самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- практический раздел проводится в виде тестирования физической подготовленности по развитию физических качеств и овладению двигательными способностями.

К контрольному тестированию физической подготовленности могут быть допущены обучающиеся, прошедшие соответствующую физическую подготовку. При тестировании физической подготовленности (практический раздел) оценка суммируется.

2.20. Сроки и порядок выполнения зачетов, контрольных упражнений и нормативов определяются в течении всего учебного года.

Зачетные требования и контрольные нормативы разрабатываются цикловой комиссией, утверждаются заместителем директора по учебной работе и доводятся до сведения обучающихся.

2.21. Студенты, освобожденные от занятий на длительный срок (более одного месяца), а также студенты, занимающиеся в группах ЛФК при организациях здравоохранения (поликлиниках), сдают зачет в колледже на основании следующих требований по теоретическому и практическому разделу дисциплины «Физическая культура»:

- оценки уровня теоретических знаний с включением контрольных вопросов по обязательным лекциям по дисциплине «Физическая культура»;

- оценки самостоятельного освоения дополнительной тематики по физической культуре с учетом состояния здоровья студента, показаний и противопоказаний к применению физических упражнений;

- написания рефератов по разработанной для каждого студента теме, отражающей оздоровительно-профилактическую направленность физического воспитания; (Приложение 1)

- умения оценивать собственное физическое состояние и развитие и вести дневник самоконтроля.

3. Особенности проведения учебных занятий по дисциплине «Физическая культура» для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

3.1. Особый порядок освоения дисциплины «Физическая культура» для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидами 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 с ОВЗ могут быть организованы в следующих видах:

- подвижные занятия адаптивной физической культурой в специально оборудованных спортивных, тренажерных залах или на открытом воздухе;

- занятия по настольным, интеллектуальным видам спорта;

- лекционные занятия по тематике здоровьесбережения.

3.2. Колледж обеспечивает проведение занятий по физической культуре обучающимся с ОВЗ и (или) инвалидам с учетом особенностей их психофизического развития, их индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

3.3. Для занятий обучающихся с ОВЗ и инвалидов колледжем созданы материально-технические условия, обеспечивающие возможность беспрепятственного доступа в помещения для занятий по дисциплине, а также их пребывания в этих помещениях.

3.4. Занятия для лиц с ОВЗ проводятся в отдельной аудитории. Число студентов не должно превышать 8-12 человек в одной аудитории. Допускается проведение занятий для обучающихся с ОВЗ в одной аудитории совместно с иными студентами, если это не создает трудностей при проведении занятий.

3.5. Допускается присутствие в аудитории или спортивном зале (во время проведения занятия) ассистента из числа работников колледжа или привлеченных лиц, оказывающего обучающимся с ОВЗ и инвалидам необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей (помощь в передвижении, во взаимодействии с преподавателями, проводящими текущую и промежуточную аттестацию по дисциплине «Физическая культура» и др.).

3.6. Обучающиеся с ОВЗ могут в процессе проведения занятий или сдачи итогового испытания пользоваться техническими средствами, необходимыми им в связи с их индивидуальными особенностями.

3.6. При проведении занятий обеспечивается выполнение дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся с ОВЗ и инвалидов.

**Примерный перечень тем рефератов
по дисциплине «Физическая культура» для спецгруппы**

1. История зарождения развития олимпийского движения в Древней Греции.
2. История Олимпийских игр в XX веке.
3. Современные олимпийские игры: особенности проведения и их значение в жизни современного общества.
4. Олимпийские Игры современности: звезды отечественного спорта.
5. Влияние физических упражнений на совершенствование различных систем организма человека.
6. Организация и основы здорового образа жизни.
7. Здоровый образ жизни и факторы его определяющие.
8. Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями.
9. Значение физической культуры и спорта в жизни человека.
10. История развития физической культуры как дисциплины.
11. Физическая культура и ее влияние на решение социальных проблем.
12. Влияние физических упражнений на полноценное развитие организма человека.
13. Лечебная физическая культура: комплексы физических упражнений направленных на устранение и коррекцию различных заболеваний.
14. Физическая культура как средство борьбы от переутомления и низкой работоспособности.
15. Основные системы оздоровительной физической культуры.
16. Меры предосторожности во время занятий физической культурой.
17. Восточные единоборства: особенности и влияние на развитие организма.
18. Основные методы саморегуляции при некоторых психофизиологических особенностях организма.
19. Основные методы саморегуляции при некоторых заболеваниях.
20. Современное состояние физической культуры и спорта в России.
21. Организм человека как единая саморегулирующаяся и саморазвивающаяся биологическая система.
22. Использование средств физической культуры и спорта в совершенствовании функциональных возможностей организма.
23. Развитие двигательных функций организма как средство повышения устойчивости к различным условиям внешней среды.

24. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм человека.
25. Оздоровительная аэробика и её основные виды.
26. Спортивный и оздоровительный туризм.
27. Основные виды дыхательных гимнастик.
28. Уроки дыхания: правильно дышать - долго жить.
29. Методика занятий с детьми в специальной медицинской группе.
30. Влияние физических нагрузок на здоровье человек.
31. Характеристика физических упражнений и методика их применения в лечебной физической культуре.
32. Двигательный режим как составляющая здорового образа жизни.
33. Сочетание нагрузки и отдыха. Расслабление.
34. Массаж и самомассаж при умственном утомлении.
35. Влияние физических упражнений на состояние нервной системы.
36. Регуляция психических состояний с помощью массажа.
37. Противопоказания к занятиям физкультурой и спортом.
38. Индивидуальные занятия на тренажёрах.
39. Укрепление иммунитета и профилактика простудных заболеваний с помощью физических упражнений.
40. Использование средств физической культуры в профилактике различных заболеваний.
41. Лечебный массаж и влияние массажа на организм.
42. Питание, обменные процессы и развитие человека.

Разработала: Заместитель директора по УР Романова О.С.

Лист согласования

СОГЛАСОВАНО:

с педагогическим советом

Секретарь педсовета

_____ *Самарова Т.Е.*

Протокол № _____

от _____ 20__ г.

СОГЛАСОВАНО

со студенческим советом

Председатель студсовета

_____ *Касимова Е.*

Протокол № _____

от _____ 20__ г.

ПРАВОВАЯ ЭКСПЕРТИЗА проведена

Юрист _____ Бесогонова Н.С.

_____ 20__ г.

ПРИНЯТО Советом колледжа

Секретарь Совета колледжа

_____ *Рябова И.А.*

Протокол « _____

_____ 20__ г.