**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**ДИПЛОМАТИЧЕСКАЯ АКАДЕМИЯ МИНИСТЕРСТВА ИНОСТРАННЫХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**«УТВЕРЖДЕНО»**
**Ученым советом Академии**
**Протокол № 36 от 26 декабря 2018 г.**

**Ректор:**
**_____ (Е.П. Бажанов)**
**«___»_____2018 г.**

# ПОЛОЖЕНИЕ

**о порядке организации занятий**
**по дисциплине «Физическая культура и спорт».**

**Москва 2018**

## 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»;

1.2. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2013 № 1367 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;

1.3. 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»;

1.4. Федеральным законом от 04.12.2007 № 329 – ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

1.5. Данное Положение регламентирует порядок организации учебных занятий по дисциплинам «Физическая культура и спорт» и «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» в Дипломатической академии МИД России, порядок проведения и объем указанных занятий при очной форме обучения, при сочетании различных форм обучения, при освоении образовательной программы инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.

1.6. 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.

1.7. Структура и содержание дисциплин «Физическая культура и спорт» и «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» и результаты обучения отражены в рабочей программе дисциплин (модулей).

## 2. Общие положения порядка организации занятий по дисциплинам «Физическая культура и спорт» и «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

2.1. Учебные занятия по дисциплинам **«Физическая культура и спорт» и «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» проводятся кафедрой «Физическое воспитание» (ФВ).**

2.2. Врачебный контроль за состоянием здоровья студенты проходят в организациях здравоохранения (поликлиниках), осуществляющих медицинское обследование состояния их здоровья в течение всего периода обучения в ДА.

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

- основную;
- подготовительную;
- специальную медицинскую (далее - СМГ);
- лечебно-профилактическую (далее-ЛПГ), где осваивают дисциплину временно освобожденные от практических занятий по физической культуре студенты, лица с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), студенты занимающиеся ЛФК в организациях здравоохранения, инвалиды;
- спортивную группу.

2.3. Распределение обучающихся по состоянию здоровья в медицинские группы и в группы спортивных специализаций проводится кафедрой в начале учебного года.

2.4. Обучающиеся, не прошедшие медицинское обследование, к практическим занятиям по дисциплинам «Физическая культура и спорт» и «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» не допускаются, но присутствие на занятиях допустимо, чтобы дать возможность студенту знать содержание занятия (баллы по БРС за занятие снижаются в 2 раза). На прохождение медицинского осмотра отводится 1 месяц.

2.5. Основная учебная группа предназначена для обучающихся основной медицинской группы, имеющих высокий и средний уровень физического и функционального состояния 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;
- студенты с основной медицинской группой здоровья могут заниматься в группах общей физической подготовки (ОФП) и спортивных специализаций;

2.6. 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.

Исходя из условий ДА подготовительная группа студентов занимается в составе группы ОФП вместе со студентами с основной группой здоровья или в составе специальной медицинской группы в зависимости от медицинского диагноза студента, его самочувствия, психофизических возможностей и расписания деканатов.

2.7. 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, по нозологии. Учитывая возможности ДА, все студенты СМГ занимаются по расписанию группы, но преподаватель учитывает в ходе занятия нозологию заболеваний.

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.

Численность обучающихся в СМГ: 8 - 1 2 студентов.

2.8. В лечебно-профилактическую группу входят студенты, полностью освобожденные от практических занятий по физической культуре, лица с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалиды с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья, а так же студенты, занимающиеся ЛФК в поликлиниках или лечебно-профилактическом учреждении, которые предоставляют подтверждающий документ.

Учебный процесс в ЛПГ направлен на:

- воспитание сознательного и активного отношения к ценности здоровья и здоровому образу жизни;
- освоение теоретического материала;
- воспитание навыка регулярного выполнения оздоровительных упражнений, рекомендованных студенту, с учетом особенностей имеющегося у него заболевания.

2.9. Спортивная учебная группа (группа спортивной специализации) формируется из числа обучающихся, имеющих хорошую общефизическую и специальную подготовленность, применительно к избранному виду спорта.

В группу зачисляются студенты 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.

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

2.**10** Формой промежуточного контроля является зачет. При итоговой аттестации учитывается уровень овладения теоретическими и методическими знаниями, соответствующими практическим умениям и навыкам их использования на оценку не ниже «удовлетворительно», согласно БРС дисциплины.

## 3. Организация учебного процесса по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»

**3**.1. Учебный процесс по дисциплине «Физическая культура и спорт» является обязательным в течение установленного периода обучения в Дипломатической академии МИД России и осуществляется в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами (далее - ФГОС), утвержденными Министерством

образования и науки Российской Федерации по образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата. «Физическая культура и спорт» является дисциплиной, отнесенной к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» программы бакалавриата в объеме не менее 72 академических часов в очной форме обучения.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт» по очной форме составляет **2 зачетные единицы**, **72 часа**, из которых **60 часов** составляет контактная работа бакалавра с преподавателем и **12 часов** составляет самостоятельная работа бакалавра. Очно-заочная и заочная форма обучения не предполагаются.

72 часа дисциплины преподаются в течение одного первого семестра и распределяются между следующими видами учебных занятий:

- *Лекционный курс* – 12 часов;
- *Методико – практические занятия* - 48 часов.
- *Самостоятельная работа обучающихся* - 12 часов.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья и студентов, отнесенных к лечебно-профилактической группе устанавливается особый порядок освоения дисциплины (подвижные занятия адаптивной физической культурой в спортивном зале, занятия ЛФК в медицинских учреждениях, лекционные занятия).

3.2. Основной формой учебного процесса по дисциплине «Физическая культура и спорт» являются обязательные учебные занятия, которые проводятся в соответствии с учебными программами по направлениям подготовки и рабочей программой дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт».

Учебный процесс осуществляется в форме лекционных, методико-практических занятий и самостоятельной работы студентов. Самостоятельная работа (СР) (аудиторная) проводится на каждом практическом занятии под руководством преподавателя. Формы внеаудиторной СР перечислены ниже.

3.3. Обязательный теоретический раздел представлен в форме лекций в логической последовательности по программе кафедры, учебные группы объединены в потоки (в отдельных случаях лекция проходит на групповых занятиях). Для проведения лекционных занятий ДА предоставляет аудитории с мультимедийной техникой для чтения лекций и презентаций. Темы лекций представлены в РПД «Физическая культура и спорт».

3.4. Обязательный практический раздел представлен в форме методико-практических занятий. Для проведения методико-практических занятий (далее-МПЗ) ДА располагает спортивным залом размером 11х30 м, оборудованным системой крепления волейбольной, теннисной и бадминтонной сеток, двумя перекладинами для подтягивания, двумя баскетбольными щитами. Инвентарь для проведения учебных занятий имеется в достаточном количестве. Темы МПЗ представлены в РПД «Физическая культура и спорт» (кафедральные) и в учебных программах по ОФП, видам спорта, спец. мед. группы (СМГ) и лечебно- профилактической группы (ЛПГ).

Учебный процесс при проведении МПЗ осуществляется в учебных группах, которые организуются в начале первого семестра 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.

3.5. Сроки и порядок выполнения зачетных требований, контрольных нормативов и тестов определяются кафедрой физической культуры весь первый семестр.

Зачетные требования и контрольные нормативы и тесты разрабатываются кафедрой /методической комиссией кафедры, утверждаются заведующим кафедрой и доводятся до сведения обучающихся.

3.6. Обязательными условиями допуска обучающихся к выполнению контрольных нормативов и тестов являются:

- наличие медицинского осмотра;
- выполнение требований теоретического раздела программы;
- 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.

3.7. Студенты, освобожденные от занятий на длительный срок (более одного месяца), инвалиды, лица с ОВЗ, а также студенты, занимающиеся в группах ЛФК при организациях здравоохранения (поликлиниках), сдают зачет на кафедре на основании выполняемых в течение семестра следующих требований по теоретическому и практическому разделу дисциплины «Физическая культура и спорт»:

- оценки уровня теоретических знаний с включением контрольных вопросов по обязательным лекциям по дисциплине «Физическая культура и спорт»;
- 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;
- умения оценивать собственное физическое состояние и развитие и вести дневник самоконтроля;
- посещений занятий ЛФК в организациях здравоохранения, бассейна по медицинским показаниям;
- участия в спортивных мероприятиях в качестве волонтёра, болельщика, судьи.

3.8. Обучающимся кафедра рекомендует следующие формы самостоятельной работы:

1. Работа с литературными источниками.
2. Выполнение практических заданий в соответствии с инструкциями и методическими указаниями преподавателя.
3. Изучение общетеоретического курса предмета.
4. Самостоятельные занятия в спортивном клубе, секции и т.д.
5. Написание рефератов, подготовка к тестированию и ответам на контрольные вопросы.
6. Участие в спортивно-массовых мероприятиях, соревнованиях.
7. Выполнение физических упражнений и рекреационных мероприятий в режиме учебного дня.

3.9. Контроль за успеваемостью проводится в течение семестра по следующим видам контрольных мероприятий:

- контрольные нормативы и тесты с целью определить начальный уровень физической подготовленности;
- контрольные вопросы и тестирования по лекционному курсу;
- посещаемость практических занятий.

## 4. Организация учебного процесса по дисциплине (модулю) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

4.1. Учебный процесс по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» является обязательным в течение установленного периода обучения в Дипломатической академии МИД России и осуществляется в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами (далее - ФГОС), утвержденными Министерством образования и науки Российской Федерации по образовательной программе высшего образования – программе бакалавриата.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) по очной форме составляет 0 зачетных единиц, 328 часов, из которых 328 часов составляет контактная работа бакалавра с преподавателем. Дисциплина преподается в течении 5-ти семестров (2,3,4,5,6 семестры). Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» входят в состав вариативной части Блока 1.

Объем, периодичность учебных занятий, текущая и промежуточная аттестация определяются учебным планом образовательной программы и расписанием.

Очно-заочная и заочная форма обучения не предполагается.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья и студентов, отнесенных к лечебно-профилактической группе устанавливается особый порядок освоения дисциплины.

4.2. Основной формой учебного процесса по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту» являются обязательные учебные занятия, которые проводятся в соответствии с учебными программами по направлениям подготовки и рабочей программой дисциплины (модуля) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту».

Учебные занятия по очной форме обучения проводятся в виде практических занятий в аудитории (спортивный зал ДА). Самостоятельная работа (СР) (аудиторная) проводится на каждом практическом занятии под руководством преподавателя.

ДА располагает спортивным залом размером 11х30 м, оборудованным системой крепления волейбольной, теннисной и бадминтонной сеток, двумя перекладинами для подтягивания, двумя баскетбольными щитами. Инвентарь для проведения как учебных занятий имеется в достаточном количестве. Исходя из возможностей ДА арендуется бассейн.

4.3. Учебный процесс осуществляется в учебных группах, которые организуются 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.

4.4. Обучающимся предоставлена возможность выбора видов спорта из тех, что представлены на кафедре. На данный момент это мини-футбол, боевые искусства, волейбол, баскетбол, плавание; по медицинским показаниям - специальная медицинская группа (СМГ) и лечебно-профилактическая группа (ЛПГ).

4.5. Исходя из расписания занятий, которое составляют деканаты, студентам основной медицинской группы предлагается возможность выбора заниматься в группах ОФП (Вариант

1) и в группах ОФП+виды спорта (Вариант 2). При выборе Варианта 2 занятия чередуются, посещения суммируются.

4.6. Студентам подготовительной медицинской группы предлагается возможность выбора заниматься в группах ОФП со студентами основной группы здоровья (Вариант 1) или в специальной медицинской группе в зависимости от медицинского диагноза и расписания занятий.

4.7. Студенты специальной медицинской группы (СМГ), инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья (лечебно-профилактическая группа- ЛПГ), для которой устанавливается особый порядок освоения дисциплины (подвижные занятия адаптивной физической культурой в спортивном зале, занятия ЛФК в медицинских учреждениях, написание рефератов по тематике кафедры, консультации и беседы с преподавателем) имеют возможность выбора группы по своим медицинским показаниям из представленных на кафедре: специальная медицинская группа (СМГ)- Вариант 1 и лечебно-профилактическая группа (ЛПГ)- Вариант 2 в зависимости от диагноза, самочувствия и расписания занятий.

4.8. Распределение обучающихся по состоянию здоровья в медицинские группы и в группы спортивных специализаций проводится кафедрой физической культуры в начале семестров (2,3,4,5,6 семестры).

4.9. Сроки и порядок выполнения зачетных требований, контрольных нормативов и тестов определяются кафедрой в течение всего учебного года.

Зачетные требования и контрольные нормативы и тесты разрабатываются кафедрой /методической комиссией кафедры, утверждаются заведующим кафедрой и доводятся до сведения обучающихся.

4.10. Обязательными условиями допуска обучающихся к выполнению контрольных нормативов и тестов являются:

- наличие медицинского осмотра;
- 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.

При тестировании (нормативы направлений физической подготовки) и сдаче контрольных нормативов (кафедральных) физической подготовленности оценка суммируется.

4.11. Студенты, освобожденные от занятий на длительный срок (более одного месяца), инвалиды, лица с ОВЗ (ограниченные возможности здоровья), а также студенты, занимающиеся в группах ЛФК при организациях здравоохранения (поликлиниках), сдают зачет на кафедре на основании следующих выполняемых в течение семестра требований:

- оценки уровня теоретических знаний с включением контрольных вопросов по заданным преподавателем темам;
- 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;
- умения оценивать собственное физическое состояние и развитие и вести дневник самоконтроля;
- посещений занятий ЛФК в организациях здравоохранения, бассейна по медицинским показаниям;
- участия в спортивных мероприятиях в качестве волонтёра, болельщика, судьи.

4.12. Контроль за успеваемостью проводится в течение семестра по следующим видам

контрольных мероприятий:

- контрольные нормативы (кафедральные);
- тесты физической подготовленности спортивных специализаций;
- для СМГ и ЛПГ выполнение своих контрольных нормативов и тестов;
- посещаемость практических занятий.