



Образовательное учреждение  
высшего образования  
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ  
ИНСТИТУТ»



Утверждено  
Ректор ОУ ВО «ДГИ»  
М.Ю. Магомедов  
от 12.06.2014

**ПОРЯДОК  
ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
В ОУ ВО «ДАГЕСТАНСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ ИНСТИТУТ»**

Махачкала  
2014

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящий Порядок организации процесса физического воспитания (далее - Порядок) в образовательном учреждении высшего образования «ДАГЕСТАНСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ ИНСТИТУТ» (далее Институт) разработано в соответствии с частью 9 статьи 84 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки Российской Федерации №1367 от 19 декабря 2013 г., приказом от 9 августа 2010 г. № 613н. «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий», приказом от 26 июля 1994г. № 777 «Об организации процесса физического воспитания в высших учебных заведениях».

1.2. Процесс физического воспитания в Институте осуществляется в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами высшего образования (далее ФГОС), которые предъявляют требования к обязательному минимуму содержания и уровню подготовки выпускников института по учебным дисциплинам «Физическая культура» и «Прикладная физическая культура».

1.3. На основе ФГОС Институт самостоятельно определяет формы занятий по физической культуре, средства физического воспитания, виды спорта и двигательной активности, методы и продолжительность занятий.

1.4. Дисциплины «Физическая культура» и «Прикладная физическая культура» реализуются в соответствии с утвержденным Порядком.

## **2. Организация процесса физического воспитания**

Институт осуществляет учебную, научную, учебно-методическую и физкультурно-оздоровительную работу.

Дисциплины (модули) по физической культуре и спорту реализуются в рамках:

базовой части Блока 1 программы бакалавриата в объеме не менее 72 академических часов (2 зачетные единицы) в очной форме обучения;

элективных дисциплин (модулей) в объеме не менее 328 академических часов. Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

Дисциплины (модули) по физической культуре и спорту реализуются в порядке, установленном организацией. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья организация устанавливает особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту с

учетом состояния их здоровья. Особый порядок освоения дисциплины предполагает соблюдение принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры.

Студентам с ограниченными возможностями здоровья, так же как и другим категориям обучающихся, обеспечивается возможность освоения дисциплин (модулей) по выбору в объеме не менее 30 процентов вариативной части Блока 1 «Дисциплины (модули)».

При проведении практических занятий по «Физической культуре» и «Прикладной физической культуре» формируются учебные группы численностью не более 15 человек (в исключительных случаях – до 20 человек) с учетом пола, состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности студентов.

### **2.1. Распределение обучающихся по учебным группам:**

Для проведения практических занятий обучающиеся распределяются в учебные группы: основная и специальная.

Распределение в учебные группы проводится в начале учебного года с учетом пола, состояния здоровья (медицинского заключения, обязательное наличие медицинской справки из студенческой поликлиники), физического развития, физической и спортивной подготовленности, интересов обучающегося, а также индивидуальными особенностями ограничения в состоянии здоровья.

**В основную учебную группу** зачисляются обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к основной медицинской группе.

**В специальную учебную группу** зачисляются обучающиеся, отнесенные по данным медицинского обследования к инвалидам и лицам с ограниченными возможностями.

Учебные группы комплектуются по полу и с учетом уровня функционального состояния обучающихся.

Обучающиеся, освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий на длительный срок, зачисляются в специальную учебную группу для освоения доступных им разделов учебной программы.

Перевод обучающихся из специальной учебной группы в основную осуществляется по личному заявлению обучающегося при условии успешного окончания семестра или учебного года и медицинскому заключению. Перевод обучающихся в специальную медицинскую группу может проводиться в течение учебного года по личному заявлению обучающегося и медицинскому заключению.

Занятия по физической культуре с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья проводятся специалистами, преподавателями кафедры социально-гуманитарных дисциплин, имеющими соответствующую подготовку.

## **2.2. Учебные и внеучебные формы физического воспитания обучающихся**

Процесс физического воспитания обучающихся осуществляется с использованием разнообразных форм учебных и внеучебных занятий на протяжении всего периода обучения в вузе.

Учебные занятия проводятся в форме:

- теоретических, практических, контрольных;
- элективных практических занятий (по выбору);
- индивидуальных и индивидуально-групповых дополнительных занятий (консультаций);
- самостоятельных занятий по заданию и под контролем преподавателя.

Внеучебные занятия организуются в форме:

- выполнения физических упражнений и рекреационных мероприятий в режиме учебного дня;
- самостоятельных занятий физическими упражнениями, спортом, туризмом;
- массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий.

В зависимости от нозологии обучающегося и степени ограниченности возможностей в соответствии с рекомендациями службы медико-социальной экспертизы или психолого-медико-педагогической комиссии, занятия для студентов с ограниченными возможностями здоровья могут быть организованы в следующих видах:

- подвижные занятия адаптивной физической культуры в специально оборудованных спортивных, тренажерных залах или на открытом воздухе;
- занятия по настольным, интеллектуальным видам спорта;
- лекционные занятия, посвященные поддержанию здоровья и здоровья образа жизни.

Взаимосвязь разнообразных форм учебных и внеучебных занятий создает условия, обеспечивающие обучающимся использование научно обоснованного объема двигательной активности (не менее 5 часов в неделю), необходимой для нормального функционирования организма, формирования мотивационно-ценностного отношения к физической культуре.

### 2.3. Учебная работа

В содержание учебной работы входит:

- организация и проведение учебных занятий и зачетов в соответствии с учебным планом, графиком учебных занятий и программой по «Физической культуре» и «Прикладной физической культуре», в соответствии с ФГОС;

- разработка содержания и проведения учебных занятий по профессионально прикладной физической подготовке;

- участие в организации и проведении спортивных мероприятий в различных учебных отделениях;

С учетом требований учебной рабочей программы и графика учебных занятий преподаватели имеют право выбрать методы и средства обучения, наиболее полно отвечающие их профессиональным возможностям и обеспечивающие высокое качество учебного процесса.

Запрещается использование и проведение антигуманных, а также опасных для здоровья и жизни обучающихся методов обучения, тренировочных воздействий.

Преподаватели несут полную ответственность за адекватный характер предлагаемых студентам упражнений (сложность, интенсивность, объем, функциональную психическую нагрузку) и обеспечение техники безопасности при проведении учебных занятий.

Индивидуальные, индивидуально-групповые дополнительные занятия (консультации) проводятся по назначению и расписанию кафедры социально-гуманитарных дисциплин для обучающихся, не справляющихся с зачетными требованиями, а также желающих углубить свои знания и практические навыки в интересующих их вопросах физической культуры и спорта.

Контрольные занятия обеспечивают оперативную, текущую и итоговую информацию о степени усвоения учебного материала.

В конце семестра и учебного года обучающиеся всех учебных групп, выполнившие учебную программу, сдают зачет.

Практические зачетные требования и тесты выполняются в учебное время и на контрольных стартах (соревнованиях), к которым допускаются обучающиеся, регулярно посещающие учебные занятия и получающие необходимую физическую подготовку.

Зачет по дисциплине принимают преподаватели в закрепленных учебных группах.

Отметка о зачете вносится в ведомость учебной группы и в зачетную книжку обучающегося.

Обучающиеся, освобожденные от практических занятий на длительный период, инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, выполняют письменную тематическую контрольную работу или сдают реферат и сдают зачет по теоретическому разделу программы.

### **Порядок организации занятий по физической культуре**

1. Переодевание в спортивную форму одежды – 5 минут.
2. Построение потока в зале спортивных игр по учебным группам, проверка посещаемости, объявление темы учебного занятия, инструктаж по мерам безопасности.
3. Проведение практической части учебного занятия.
4. Построение потока в зале спортивных игр по учебным группам, проверка посещаемости, подведении итогов учебного занятия – за 10 минут до окончания учебного занятия.

### **Требования к студенту на занятиях по физической культуре**

К занятиям по физической культуре допускаются студенты:

- не имеющие медицинских противопоказаний для занятий физической культурой;
- прошедшие инструктаж по технике безопасности (*Приложение 1: «Инструкция по технике безопасности в спортивном зале»*).
- одетые в спортивную одежду и обувь, соответствующие виду занятий.

При нахождении в спортивных залах занимающиеся обязаны соблюдать правила поведения для занимающихся. График проведения занятий в спортивном зале определяется расписанием занятий, утвержденным заведующим кафедрой физической культуры.

Студенты, пропустившие занятие по неуважительной причине, отрабатывают занятие в два этапа с выставлением единой оценки: контроль теоретических знаний и выполнение практических навыков по теме пропущенного занятия.

### **3. Организация врачебного контроля, врачебно-педагогические наблюдения и самоконтроль обучающихся**

Здравпункт института в пределах своей компетенции:

- используют физическую культуру как средство профилактики и лечения заболеваний;

- осуществляют врачебный контроль за лицами, занимающимися физической культурой и спортом; проводят врачебные обследования студентов до начала практических учебных занятий по «Физической культуре» на 1 курсе и повторно на всех последующих курсах в начале каждого учебного года, а также перед спортивными соревнованиями, после перенесенных заболеваний, травм или длительных перерывов в занятиях физическими упражнениями;

- в необходимых случаях дает письменные рекомендации по видам физической нагрузки преподавателю для организации занятий физической культурой с обучающимся специальной группы;

- врачебно-педагогические наблюдения осуществляются врачами совместно с преподавателями; в задачи врачебно-педагогического наблюдения входят: контроль за состоянием здоровья обучающихся в процессе учебно-тренировочных занятий, за санитарно-гигиеническими условиями и состоянием мест занятий, за соблюдением гигиенических требований (одежда, обувь, режим питания и др.), а также профилактика травматизма.

Результаты врачебного контроля и врачебно-педагогических наблюдений докладываются и обсуждаются на заседании кафедры социально-гуманитарных дисциплин в целях разработки мероприятий по совершенствованию учебного процесса.

Для полноценного занятия инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья физической культурой все спортивное оборудование отвечает требованиям доступности, надежности, прочности, удобства.

# **ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ**

## **1. Общие требования безопасности**

К занятиям в спортивном зале допускаются:

- занимающиеся, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий физической культурой;
- прошедшие инструктаж по технике безопасности;
- одетые в спортивную одежду и обувь, соответствующие виду занятий.

При нахождении в спортивном зале занимающиеся обязаны соблюдать правила поведения для занимающихся. График проведения занятий в спортивном зале определяется расписанием занятий, утвержденным деканом факультета.

Опасными факторами в спортивном зале являются:

- физические (напольное покрытие; спортивное оборудование и инвентарь; опасное напряжение в электрической сети; система вентиляции; статические и динамические перегрузки);
- химические (пыль).

Занимающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

Занимающиеся должны знать место нахождения аптечки и уметь оказывать первую доврачебную помощь.

О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить преподавателю кафедры физической культуры.

Занимающимся запрещается без разрешения преподавателя подходить к имеющемуся в спортивном зале и во вспомогательных помещениях (раздевалки, душевые и т.п.) оборудованию и инвентарю и пользоваться им.

Занимающиеся, допустившие невыполнение или нарушение настоящей Инструкции, привлекаются к дисциплинарной и материальной ответственности.

## **2. Требования безопасности перед началом занятий**

Изучить содержание настоящей Инструкции.

С разрешения преподавателя пройти в раздевалку, переодеться в спортивную форму (футболка, спортивные трусы, спортивная обувь на нескользкой подошве, не оставляющей следов на полу), не мешая соседям, аккуратно складывая свою одежду.

С разрешения преподавателя пройти в зал.

Разрешается брать с собой в зал только вещи, необходимые для занятий.

Не рекомендуется приступать к занятиям непосредственно после приема пищи.

Запрещается приступать к занятиям в спортивном зале при незаживших травмах и общем недомогании.

### **3. Требования безопасности во время занятий**

**Во время занятий занимающийся обязан:**

- соблюдать настоящую инструкцию;
- неукоснительно выполнять все указания преподавателя, проводящего занятия;
- использовать спортивный инвентарь только с разрешения и под руководством преподавателя, проводящего занятия;
- выполнять упражнения с максимальной осторожностью, а при необходимости - со страховкой;
- работать только на том оборудовании, которое указано преподавателем;
- перед переходом к занятиям с использованием новых видов спортивного оборудования (инвентаря) и выполнением новых упражнений получить инструктаж по правилам использования данного вида оборудования.

**Занимающимся запрещается:**

- использовать неисправное оборудование;
- стоять близко от других занимающихся, выполняющих упражнения;
- самостоятельно осуществлять переход на другое оборудование;
- выполнять упражнения с гантелями и штангой с влажными ладонями;
- выполнять любые действия без разрешения преподавателя;
- использовать спортивное оборудование и инвентарь не по прямому назначению;
- производить самостоятельно разборку, сборку и ремонт оборудования;
- вносить в спортивный зал любые предметы без разрешения преподавателя, проводящего занятия.

### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

1. При возникновении во время занятий болей в суставах, мышцах, возникновении кровотечения, а также при плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом преподавателю.

2. При возникновении чрезвычайной ситуации (обнаружении неисправности оборудования, появлении посторонних запахов, задымлении, возгорании и т.п.) немедленно сообщить об этом преподавателю и действовать в соответствии с его указаниями.

3. При получении травмы сообщить об этом преподавателю.

4. При необходимости и возможности помочь преподавателю, проводящему занятия, оказать пострадавшему первую медицинскую помощь.

### **5. Требования безопасности по окончании занятий**

1. Сдать использованное оборудование и инвентарь преподавателю.

2. С разрешения преподавателя выйти из спортивного зала.

3. Переодеться.

4. При обнаружении неисправности оборудования, системы вентиляции, работы сантехнических систем, нарушения целостности окон сообщить об этом преподавателю.

## ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

<b>№ п/п</b>	<b>Должность</b>	<b>ФИО</b>	<b>Подпись</b>	<b>Дата</b>
1	Проректор по УиНР	Нурмагомедов И.Г.		
2	Юрисконсульт	Ильясов Ш.С.		
3	Нач. УМО	Сайбулаева Р.О.		
4	Зав.каф. СГД	Дибиров М.Д.		
5				
6				
7				

