

ПРИНЯТЫ

Решением Ученого совета
ФГБОУ ВО РК им. С.В.Рахманинова
Протокол № 10 от 3 мая 2017 г.

УТВЕРЖДЕНЫ
Приказом ректора № 162
от 5 мая 2017 г.

ПОЛОЖЕНИЕ
об основах организации учебного процесса по дисциплине
«Физическая культура и спорт» в ФГБОУ ВО «Ростовская государственная
консерватория им. С. В. Рахманинова»

1. Общие положения

В соответствии с Основами законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте ректорат Ростовской государственной консерватории им. С.В. Рахманинова руководствуется при организации учебного процесса по дисциплине «Физическая культура и спорт» нормативными актами и руководящими документами государственных органов управления высшим образованием, управлений (отделов) высших учебных заведений министерств и ведомств, а именно, основным, регулирующим процесс физического воспитания в высших учебных заведениях нормативным документом – Инструкцией по организации и содержанию работы кафедр физического воспитания высших учебных заведений, утвержденной Приказом Государственного комитета Российской Федерации по высшему образованию от 26 июля 1994 г. №777 (в ред. Приказа Минобразования РФ от 01.12.1999 № 1025), а также других нормативных актов, регулирующих развитие физической культуры и спорта в высших учебных заведениях.

Процесс физического воспитания в ФГБОУ ВО «Ростовская государственная консерватория им. С. В. Рахманинова» (далее – Консерватория) осуществляется в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами высшего образования, которые предъявляют требования к обязательному минимуму содержания и уровню подготовки выпускников высшей школы по учебной дисциплине "Физическая культура и спорт". Эффективность решения задач формирования физической культуры музыканта зависит от того, насколько удачно выбран материал, упражнения и они расставлены в хронологическом порядке. При этом должна быть обеспечена преемственность в содержании учебного материала по отношению к Программе по физическому воспитанию для музыкальных училищ (1989), а в настоящее время – музыкальных колледжей.

Учебный процесс по физической культуре реализуется в Консерватории отделением физической культуры кафедры социально-гуманитарных дисциплин на основании утвержденной Рабочей программы дисциплины, составленной для всех специальностей и направлений подготовки, в целом соответствующего основным положениям Примерной учебной программы по физической культуре, утвержденной Приказом Государственного

комитета Российской Федерации по высшему образованию от 26 Июля 1994г. №777 (в ред. Приказа Минобразования РФ от 01.12.1999 № 1025). Рабочие программы дисциплин составлены с учетом требований актуальных федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования по специальностям и направлениям подготовки в области музыкального искусства (бакалавриат и специалитет).

В соответствии с требованиями ФГОС дисциплины (модули) по физической культуре и спорту реализуются по программам бакалавриата и специалитета в рамках: базовой части Блока 1 "Дисциплины (модули)" программы в объеме не менее 72 академических часов (2 з.е.) 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 Консерваторией. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ректорат может устанавливать особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту с учетом состояния их здоровья.

В действующих ФГОС оговорено, что выпускник программы бакалавриата, специалитета должен кроме прочих профессиональных компетенций, соответствующих типам профессиональных задач, на которые ориентирована программа бакалавриата или специалитета, обладать в т.ч. компетенциями, к формированию которых относятся и задачи формирования физической культуры.

На основе федеральных государственных образовательных стандартов Консерватория самостоятельно с учетом Примерной учебной программы по физической культуре, местных условий и интересов обучающихся определяет формы занятий физической культурой и спортом, средства физического воспитания, виды спорта и двигательной активности, методы и продолжительность занятий (не менее пяти часов в неделю).

По решению ученого совета Консерватории с учетом предложений кафедры физического воспитания обязательный объем выделенных часов в образовательном стандарте может быть дополнен часами, установленными на факультативные дисциплины и курсы по выбору студентов, в том числе на курс по физической культуре и спорту от одного до трех часов в неделю для занятий избранным студентом видом спорта или системой физических упражнений.

Сохранение и укрепление здоровья студентов, формирование у них потребности в физическом совершенствовании и здоровом образе жизни являются одной из основных задач РГК им. С.В.Рахманинова. Эта задача возлагается на администрацию и каждого научно-педагогического работника.

Администрация Консерватории обеспечивает:

- кафедру физического воспитания штатной численностью преподавательского состава, исходя из нормативов численности студентов, персоналом (в настоящее время штат отделения составляют преподаватели ФК – 3 шт. единицы, лаборант, а также уборщица), в т. ч. возлагая выполнение специально оговоренной части этих работ на соответствующий персонал общежития (хозяйственное обслуживание спортивного комплекса, а также вспомогательных помещений (раздевалки, в т.ч для преподавателей, методический кабинет, складские помещения, туалеты), сантехника, электросети и

оборудование, столярные работы), а также почасовым фондом; обеспечивает учебно-спортивной базой, а также необходимыми помещениями: раздевалками для преподавателей, методическим кабинетом и складскими помещениями. В настоящее время спортивный комплекс Консерватории расположен в здании общежития (пр. Нагибина 17/2) и включает в себя: спортзал (288 м.кв.), холл (30 м.кв.), туалет, две раздевалки с душевыми, венткамеру спортзала, зал атлетической гимнастики (35 м.кв.), зал ритмической гимнастики и ЛФК (35 м.кв.), складское помещение, венткамеру, два запасных выхода, один из которых с тамбуром (15 м.кв.), преподавательскую и методкабинет, а также открытую спортплощадку (600 м.кв.). Кроме того в главном учебном корпусе предоставляется помещение для врачебно-физкультурного кабинета;

- обеспечивает соответствие эксплуатируемых спортивных сооружений, вспомогательных помещений санитарно-гигиеническим и инженерно-техническим требованиям; строительство, благоустройство, аренду необходимых учебных спортивных сооружений и поддержание их в надлежащем санитарно-гигиеническом состоянии;

- включение в учебное расписание занятий по физической культуре в объеме обязательных 400 часов,

- выделение средств на ремонт спортсооружений, приобретение спортивного инвентаря и оборудования, включая спортивную одежду для преподавателей; а также аппаратуры для научно-методической работы;

- постоянную помощь отделению физической культуры в работе по внедрению в учебно-воспитательный, тренировочный процесс современных достижений науки, методик, компьютерной техники и других технических средств;

- создание студентам-спортсменам высокой квалификации, а также студентам-музыкантам высокой исполнительской квалификации возможности их обучения по индивидуальному графику в установленном порядке;

- создание необходимых условий для проведения своевременного и систематического врачебного контроля за студентами, занимающимися физической культурой и спортом; выделение необходимых помещений, оказание помощи в приобретении медицинского оборудования, медикаментов и т.д.;

- ежегодное обсуждение на заседаниях ученого совета Консерватории вопросов о физической культуре, состоянии здоровья, физического развития и подготовленности студентов, материально-технического обеспечения работы по физическому воспитанию и др.

2. Цели и задачи физического воспитания студентов

Целью физического воспитания студентов является формирование физической культуры музыканта.

В ходе обучения по курсу решаются следующие задачи:

- формирование осознания социально-гуманитарной ценностной роли физической культуры и спорта в профессионально-личностном развитии;

- формирование знаний и овладение основами формирования физической культуры личности и здорового образа жизни;

- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих формирование, сохранение и укрепление здоровья в практике физкультурно-спортивной

деятельности, в практике успешной концертно-исполнительской и музыкально-педагогической деятельности;

- сохранение и укрепление здоровья студентов, формирование у них потребности в физическом совершенствовании и здоровом образе жизни.

3. Организация и содержание работы отделения физической культуры

Отделение физической культуры Консерватории осуществляет учебную, научную и учебно-методическую, массовую оздоровительную, физкультурную и спортивную работу. Для проведения учебной работы студенты распределяются по учебным отделениям.

3.1. Распределение студентов по учебным отделениям

Для проведения практических занятий студенты распределяются в учебные отделения: основное, специальное и спортивное. Распределение в учебные отделения проводится в начале учебного года с учетом пола, состояния здоровья (медицинского заключения), физического развития, физической и спортивной подготовленности, интересов студента.

В основное отделение зачисляются студенты, отнесенные к основной и подготовительной медицинским группам, причем в связи с малочисленным составом студентов, студенты, отнесенные в основную и подготовительную группу, зачисляются в одну учебную группу. Численный состав учебных групп в основном отделении составляет 12 - 15 (не более 20) человек.

В специальное учебное отделение зачисляются студенты, отнесенные по данным медицинского обследования в специальную медицинскую группу. Учебные группы комплектуются по полу и с учетом уровня функционального состояния студентов. Численный состав учебных групп специального отделения составляет 8 - 10 человек (не более 15 человек). Медицинский осмотр проводится для студентов специального отделения 2 раза в год, в начале каждого семестра.

Студенты, освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий на длительный срок, зачисляются в специальное учебное отделение для освоения доступных им разделов учебной программы.

В спортивное учебное отделение - учебные группы по видам спорта (системам физических упражнений) - зачисляются студенты первого-третьего курсов основной медицинской группы, показавшие хорошую общую физическую, имеющие начальную подготовленность в виде специализации и желание регулярно заниматься одним из видов спортивной специализации, занятия по которым организованы в вузе.

Численный состав групп определяется приказом ректора вуза по представлению кафедры с учетом спортивной квалификации, но не может превышать 15 человек. Студенты учебного отделения спортивной специализации выполняют обязательные требования и нормативы (тесты), установленные для основного отделения. Отдельные студенты отделения, имеющие высокую спортивную квалификацию, могут быть переведены на индивидуальный график занятий избранным видом спорта с выполнением

в установленные сроки обязательных зачетных требований и тестов. Студенты 1 курса, допущенные к занятиям в спортивном отделении не освобождаются от теоретических и методико-практических занятий.

Перевод студентов из одного учебного отделения (или учебных групп по видам занятий основного отделения) в другое осуществляется по их желанию только после успешного окончания семестра или учебного года. Перевод студентов в специальное учебное отделение по медицинскому заключению может проводиться в любое время учебного года.

3.2. Учебные и внеучебные формы физического воспитания студентов

Физическое воспитание студентов 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.

Учебные разделы дисциплины «Физическая культура и спорт» распределяются по часам и курсам следующим образом:

1 курс: раздел «Физическая культура и спорт» - 72 часа (1 занятие в неделю);

Раздел «Элективные курсы по физической культуре» – 108 часов (2 занятия в неделю);

2 курс: раздел «Элективные курсы по физической культуре» – 108 часов (2 занятия в неделю);

3 курс: раздел «Элективные курсы по физической культуре» – 112 часов (2 занятия в неделю).

В разделе «Физическая культура и спорт» студенты знакомятся с теоретическими и методико-практическими основами формирования и реализации физической культуры музыканта.

В разделе «Элективные курсы по физической культуре» студенты занимаются тренингом, освоением методики тренинга, и физическим развитием в виде спорта и функционального тренинга, выбранным ими, близким их интересам и предпочтениям.

Количество и спортивный профиль учебных групп определяется отделением физической культуры с учетом материальных и штатных возможностей. Перечень специализаций в элективном курсе определяется набором у педагогов отделения физической культуры компетенций осуществления тренинга в специализированных видах спорта, а также объективной необходимостью развития специализированных видов спорта, полезных для профессионально-прикладной физической подготовки музыкантов.

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.

Взаимосвязь разнообразных форм учебных и внеучебных занятий создает условия,

обеспечивающие студентам использование научно обоснованного объема двигательной активности (не менее 5 часов в неделю), необходимой для нормального функционирования организма, формирования мотивационно-ценностного отношения к физической культуре.

3.3. Учебная работа

В содержание учебной работы входит:

- организация и проведение учебных занятий и зачетов в соответствии с учебным планом, графиком учебных занятий и утвержденными Консерваторией Учебно-методическим комплексом и рабочей программой;
- разработка содержания и проведения учебных занятий по профессионально-прикладной физической подготовке;
- участие в организации и проведении в рабочее время внутривузовских спортивных мероприятий.

С учетом требований 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, затрудняющих занятия музыкально-исполнительским тренингом, методов обучения, тренировочных воздействий. Рекомендуется очень осторожно использовать виды спорта, которые могут привести к травмам пальцев рук, кисти рук (волейбол, спортивная борьба, бокс и т.п.).

Преподаватели несут полную ответственность за адекватный характер предлагаемых студентам упражнений (сложность, интенсивность, объем, функциональную психическую нагрузку) и обеспечение необходимой техники безопасности при проведении учебных занятий. В случае возникновения травм или неадекватных реакций студентов на физическую нагрузку преподаватель принимает необходимые меры с последующей отметкой в учебном журнале.

Организация занятий должна быть подчинена логике возрастного развития музыкантов с учетом их объективных интересов в области ФК, условий соотношения обязательных и факультативных занятий. Целесообразно, учитывая объективно высокую значимость использования средств физической культуры для обеспечения эффективности музыкально-исполнительской и учебной деятельности студентов-музыкантов, на I курсе сделать акцент по формированию специальных знаний по теории физической культуры и сохранению здоровья, мотивации к физкультурной деятельности, сочетая теоретические занятия с практическими, на 2 курсе на основе сформированной мотивации распределить студентов по группам со специализацией по видам спорта или видам занятий (настольный теннис, минифутбол (м), баскетбол (м), атлетическая гимнастика (м;ж), плавание (определенная группа студентов из спецмедгруппы), шейпинг (ж), настольный теннис (м,ж), группа общей физической подготовки, в т.ч. оздоровительного бега, а также специальные медицинские группы по видам заболеваний). В таком виде учебные занятия проходят до 4 курса, с ведением в дальнейшем в незначительном объеме теоретического курса по основам функционально-спортивного тренинга, в сочетании на старших курсах факультативных и обязательных занятий. Таким образом, по мере профессионального

становления музыканта физическая культура все в большей мере используется им в качестве вспомогательного средства в профессиональной деятельности на основе осознанного выбора и полученных на 1 курсе базовых знаний по ФК. С учетом требований программы и графика учебных занятий, возможностей материальной базы преподаватели имеют право выбрать методы и средства обучения, наиболее полно отвечающие их профессиональным возможностям и обеспечивающие достаточное качество учебного процесса.

Необходимо учитывать характерные для студентов-музыкантов особенности, относящиеся к лицам художественного типа: характерная повышенная впечатлительность, обостренное самолюбие, склонность к аффективным реакциям и драматизации неблагоприятно складывающихся обстоятельств, сопровождающиеся внутренним конфликтом, переживаниями, тревогой и беспокойством. Нередко их отличает физическая и социально-психологическая пассивность, усугубляющаяся нахождением в состоянии художественного образа, что подчеркивает противоречивость лиц этого типа. При групповых занятиях они часто ведут себя неадекватно, предпочитают индивидуальный стиль общения, любят, чтобы на них обращали внимание. Поэтому организация учебного процесса по ФК связана с проблемой индивидуального подхода, в системе музыкального образования, как нигде более, контрастно выглядят авторитарные методы, обычно используемые в групповых занятиях по ФК. Необходимо при каждой возможности отказываться от командного стиля, создавать атмосферу сотрудничества, сопереживания, сопричастности, собеседования. Это способствует более эффективному включению студентов в процесс формирования физической культуры личности, способствует наиболее полной реализации воспитательной функции и созданию ситуации, когда для индивидуума объективно значимое становится субъективно необходимым.

Обязательный теоретический раздел учебной программы излагается студентам в форме лекций (в отдельных случаях на групповых занятиях) в логической последовательности, предусмотренной учебной программой.

Практический раздел состоит из двух подразделов: методико-практического и учебно-тренировочного.

В каждом семестре система практических занятий, имеющая методическую и учебно-тренировочную направленность, строится как законченный модуль, соответствующий прохождению различных разделов программы. Каждый модуль завершается выполнением студентами на контрольных занятиях соответствующих контрольных заданий и тестов, характеризующих степень усвоения учебного материала.

В теоретический и практический разделы рабочей программы по физической культуре в Консерватории включается содержание системы специальных знаний, умений, навыков и средств акцентированного развития жизненных, прикладных психофизических качеств, предусматривается формирование ценностного отношения к ним.

Индивидуальные, индивидуально-групповые дополнительные занятия (консультации) проводятся по назначению и расписанию отделения физической культуры для студентов, 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 студенты всех учебных отделений, выполнившие

учебную программу, сдают зачет по физической культуре, состоящий из трех разделов:

1. Теоретические и методические занятия, овладение методическими умениями и навыками.
2. Общая физическая и спортивно-техническая подготовка.
3. Жизненно необходимые умения и навыки. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Сроки и порядок выполнения зачетных требований и тестов определяются учебной частью вуза совместно с отделением физической культуры на весь учебный год и доводятся до сведения студентов.

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

Зачет у студентов принимают преподаватели в постоянно закрепленных учебных группах. Отметка о зачете вносится в ведомость факультета и в зачетную книжку студента.

Студенты, освобожденные от практических занятий по физической культуре на длительный период, выполняют письменную тематическую контрольную работу, связанную с характером их заболевания, и сдают зачет по теоретическому разделу программы. Студенты, выполнившие все требования учебного плана и учебной программы, допускаются к итоговой аттестации по физической культуре, которая проводится комиссией отделения физической культуры.

Внеучебные формы занятий физической культурой могут быть коллективными или организованными на самодеятельной основе.

Отделение физической культуры выделяет время и обеспечивает возможность для самодеятельных занятий студентов на спортивных сооружениях вуза.

3.4. Научная и учебно-методическая работа

Отделение физической культуры в обязательном порядке осуществляет поисковые, методические и прикладные исследования, а также учебно-методическую работу, направленную на совершенствование процесса физического воспитания студентов. Отделением организуются и проводятся установочные методические занятия для преподавателей по отдельным разделам учебной программы.

В музыкальном вузе должны решаться следующие задачи: разработка методик, методических материалов, учебных пособий, разработка специальных технических средств диагностики и тренировки функциональных систем организма, непосредственно влияющих на успешность музыкально-исполнительской деятельности; разработка различных специальных комплексов упражнений; проведение необходимых прикладных исследований..

3.5. Массовая оздоровительная, физкультурно-спортивная и воспитательная работа

При проведении массовой оздоровительной, физкультурной и спортивной работы Отделение ФК осуществляет:

- создает условия для реализации права студентов на самодеятельные занятия

физической культурой и спортом по внеучебным формам на спортсооружениях вуза и в студенческом общежитии, включая реабилитационные и профессионально прикладные занятия, спортивную тренировку, спортивно-оздоровительный туризм, участие в массовых физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях;

- совместно с ректоратом осуществляет контроль за соблюдением правил безопасности, исключением случаев нанесения вреда здоровью, проявления жестокости и насилия, а также нанесения ущерба чести и достоинству студентов;

- в случае создания спортивного клуба оказывает ему методико-практическую помощь в работе спортивных секций и оздоровительных групп при проведении спортивных соревнований, спортивных праздников, организации и проведении оздоровительно-спортивных лагерей, организации смотров-конкурсов.

4. Организация врачебного контроля, врачебно-педагогические наблюдения и самоконтроль студентов

Государственные органы управления здравоохранением, предприятия, учреждения и организации государственной системы здравоохранения 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 учебных занятий по физическому воспитанию 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;

- врачебно-педагогические наблюдения осуществляются врачами совместно с преподавателями; в задачи врачебно-педагогического наблюдения входят: контроль за состоянием здоровья студентов 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;
- создают центры и пункты оздоровления и реабилитации средствами физической культуры и спорта, диагностико-консультационные пункты и кабинеты, врачебно-физкультурные диспансеры, обеспечивающие физкультурно-оздоровительную работу со студентами, оснащают их специальной аппаратурой и медицинским оборудованием. Студенты, не прошедшие медицинское обследование, к практическим учебным занятиям по учебной дисциплине "Физическая культура" не допускаются. Результаты врачебного контроля и врачебно-педагогических наблюдений докладываются и обсуждаются на заседании кафедры и совета вуза в целях разработки мероприятий по совершенствованию учебного процесса.

- ректорат Консерватории обеспечивает выделение необходимых помещений для проведения простейших медицинских наблюдений (аппарат для измерения давления, пульса, роста, веса и т.п.), приобретает и укомплектует медицинскую аптечку непосредственно на спортсооружениях.