



РОСЖЕЛДОР
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Сибирский государственный университет путей сообщения»

УТВЕРЖДАЮ:
ректор СГУПС



А.Л. Манаков

« 27 » апреля 2017 г.

Введен в действие приказом ректора СГУПС № 117 от 27.04. 20 17 г.

**Порядок
реализации дисциплин (модулей) «Физическая культура» и «Элективные
курсы по физической культуре и спорту», для всех категорий
обучающихся**

Новосибирск, 2017

1. Общие положения

1.1. Настоящий Порядок определяет требования к организации и осуществлению образовательной деятельности по дисциплинам «Физическая культура» и «Элективные курсы по физической культуре и спорту» для следующих категорий обучающихся:

- для обучающихся осваивающих образовательные программы очной формы обучения;
- для обучающихся осваивающих образовательные программы очно-заочной формы обучения;
- для обучающихся осваивающих образовательные программы заочной формы обучения;
- для обучающихся осваивающих образовательные программы с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

1.2. Дисциплины «Физическая культура» и «Элективные курсы по физической культуре и спорту» являются обязательными для освоения обучающимися независимо от профиля (специализации) программы, которую он осваивает.

1.3. Дисциплины «Физическая культура» и «Элективные курсы по физической культуре и спорту» ориентированы на 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. Формирование результатов освоения дисциплин «Физическая культура» и «Элективные курсы по физической культуре и спорту», как части образовательной программы, в виде компетенций происходит на основе получаемых знаний, умений и навыков. В результате освоения обучающийся должен знать:

- социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности;
- медико-биологические и психологические основы физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности;
- основы здорового образа жизни;
- ценности физической культуры;
- способы физического совершенствования организма;
- основы теории и методики обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- содержание, формы и методы организации учебно-тренировочной и соревновательной работы;
- систему самоконтроля при занятиях физкультурно-спортивной деятельностью;

- правила личной гигиены;
- технику безопасности при занятиях физкультурно-спортивной деятельностью.

В результате освоения дисциплин обучающийся должен уметь:

- приобретать личный опыт использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей;
- правильно организовать режим дня, приводящий к здоровому образу жизни;
- использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, для воспитания патриотизма, формирование здорового образа жизни, потребности в регулярных физкультурно-спортивных занятиях;
- определять цели и задачи физического воспитания, спортивной подготовки и физкультурно-оздоровительной работы, как факторов гармонического развития личности, укрепления здоровья человека;
- правильно оценивать свое физическое состояние;
- использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности физкультурно-спортивных занятий;
- регулировать физическую нагрузку.

В результате освоения дисциплин обучающийся должен владеть:

- системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке);
- средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья;
- средствами и методами физкультурно-спортивной деятельности.

1.5. При освоении образовательной программы в ускоренные сроки, в соответствии с индивидуальным планом, дисциплины «Физическая культура» и «Элективные курсы по физической культуре и спорту» могут быть переаттестованы полностью или частично на основании предоставленного обучающимся диплома о среднем профессиональном образовании, диплома бакалавра, диплома специалиста, справки об обучении или периоде обучения.

2. Особенности реализации дисциплин «Физическая культура» и «Элективные курсы по физической культуре и спорту» для обучающихся осваивающих образовательные программы на очной форме обучения

2.1. Дисциплина «Физическая культура» реализуется в объеме не менее 72 академических часов (2 зачетные единицы) в форме аудиторных занятий и самостоятельной работы обучающихся.

