



ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(СПбГУ)

П Р И К А З

31.10.2013

№

4012/1

Об утверждении новой редакции
приказа от 17.10.2013 № 3744/1

В целях выполнения требований образовательных стандартов СПбГУ по уровням «бакалавриат», «специалитет» в части формирования общих компетенций

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Изложить распорядительную часть приказа первого проректора по учебной и научной работе от 17.10.2013 № 3744/1 «Об утверждении новой редакции рабочей программы учебных занятий физической культурой и спортом» в следующей редакции:

« 1. Утвердить новую редакцию рабочей программы учебных занятий физической культурой и спортом, утверждённую приказом первого проректора по учебной и научной работе от 05.04.2011 № 2612/1 «Об обеспечении формирования общих компетенций» (в редакции приказа от 23.08.2013 № 3033/1), в соответствии с Приложением № 1.

2. Утвердить Порядок проверки формирования общей компетенции в области физической культуры и спорта в соответствии с Приложением № 2.

3. Утвердить форму заявления о допуске к прохождению аттестационного испытания в соответствии с Приложением № 3.

4. Утвердить состав комиссии по проведению собеседования по индивидуальной оздоровительной программе на 2013 год в соответствии с Приложением № 4.

5. Контроль исполнения настоящего приказа оставляю за собой. »

2. Утвердить:

2.1. приложение № 1 к приказу от 17.10.2013 № 3744/1 в редакции Приложения к приказу от 17.10.2013 № 3744/1;

2.2. приложение № 2 к приказу от 17.10.2013 № 3744/1 в редакции Приложения № 1 к настоящему приказу;

2.3. приложение № 3 к приказу от 17.10.2013 № 3744/1 в редакции Приложения № 2 к настоящему приказу;

- 2.4. приложение № 4 к приказу от 17.10.2013 № 3744/1 в редакции Приложения № 3 к настоящему приказу.
3. Проректору по учебной работе Лавриковой М.Ю. в срок до 06.11.2013 разработать и утвердить график проведения аттестационных испытаний в области физической культуры и спорта.
4. Заведующей Общеуниверситетской кафедрой физической культуры и спорта Намозовой С.Ш. представить в срок до 08.11.2013 проект приказа об утверждении методических рекомендаций по подготовке обучающимися индивидуальной оздоровительной программы.
5. Контроль за исполнением настоящего приказа возлагаю на начальника секретариата первого проректора по учебной и научной работе Организационного управления Гонтаря Ю.С.

Первый проректор
по учебной и научной работе



И.А.Горлинский

Приложение № 1
к приказу первого проректора
по учебной и научной работе

от 31.10.2013 № 4012/1

ПОРЯДОК

проверки формирования общей компетенции в области физической культуры и спорта

1. Общие положения

1.1. В соответствии с требованиями к порядку формирования общих компетенций образовательных стандартов СПбГУ по уровням высшего образования «бакалавриат», «специалитет», Университет организует аттестационное испытание (тестирование) обучающихся, зачисленных для освоения образовательной программы бакалавриата, специалитета в полном объеме, по физической культуре и спорту с целью проверки формирования компетенции:

«готов правильно использовать представления о физической культуре и методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, обеспечивающих активную профессиональную деятельность»

1.2. Формирование компетенции может происходить в форме обучения в соответствии рабочей программой учебных занятий физической культурой и спортом с текущим контролем успеваемости по балльно-рейтинговой системе, в форме самостоятельного приобретения навыков здорового образа жизни и разработки индивидуальной оздоровительной программы, а также в сочетании указанных форм.

1.3. Формирование общей компетенции «готов правильно использовать представления о физической культуре и методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, обеспечивающих активную профессиональную деятельность» может оцениваться одним из следующих способов:

1.3.1. прохождение итогового контроля по факту накопления 400 баллов в соответствии с балльно-рейтинговой системой;

1.3.2. прохождение аттестационных испытаний по физической культуре и спорту в форме собеседования по подготовленной обучающимся индивидуальной оздоровительной программе с учетом своих индивидуальных особенностей и будущей профессиональной деятельности;

1.3.3. прохождение аттестационных испытаний по физической культуре и спорту в форме тестов по нормативам физической подготовленности в соответствии с медицинским допуском (далее – тестирование по нормативам).

- 1.4. Общая компетенция «готов правильно использовать представления о физической культуре и методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, обеспечивающих активную профессиональную деятельность» признаётся сформированной по факту прохождения итогового контроля или аттестационного испытания, которые подтверждают выполнение соответствующего требования образовательного стандарта.
 - 1.5. Итоговый контроль накопления баллов по балльно-рейтинговой системе проводится начальником учебного отдела по соответствующему направлению перед допуском к итоговой государственной аттестации. По результатам итогового контроля приказом проректора по учебной работе утверждается список обучающихся, набравших 400 баллов.
 - 1.6. Аттестационные испытания проводятся по графику, утверждаемому приказом проректора по учебной работе. Состав аттестационной комиссии утверждается приказом ректора или уполномоченного им должностного лица. К аттестационным испытаниям могут быть допущены студенты, обучающиеся по самостоятельно установленным СПбГУ образовательным стандартам и переведённые приказом (распоряжением) уполномоченного должностного лица СПбГУ на 3 или более старшие курсы.
 - 1.7. Вид аттестационного испытания (собеседование или тестирование по нормативам) обучающийся выбирает самостоятельно и указывает в личном заявлении, подаваемом на имя проректора по учебной работе по установленной форме (утверждена в составе приложений к настоящему приказу). Заявление обучающийся должен представить работникам учебного отдела по соответствующему направлению в период, предусмотренный установленным графиком проведения аттестационных испытаний. При выборе тестирования по нормативам обучающийся обязан предоставить медицинскую справку из медицинской организации по установленной форме о допуске к сдаче тестирования по нормативам по физической культуре и спорту (медицинский допуск: данная медицинская справка должна быть приложена к личному заявлению).
 - 1.8. В случае не прохождения аттестационного испытания обучающийся вправе дважды пересдать его в любой форме по своему выбору (с учётом возможных ограничений по медицинскому допуску). Пересдача аттестационного испытания проводится в порядке, установленном для прохождения аттестационного испытания, в соответствии с графиком аттестационных испытаний.
2. Требования к подготовке индивидуальной оздоровительной программы и проведению собеседования
 - 2.1. Требования к содержанию индивидуальной оздоровительной программы

Индивидуальная оздоровительная программа представляет собой документ, подготовленный обучающимся самостоятельно, который должен содержать:

 - 2.1.1. описание индивидуальных особенностей обучающегося, в том числе: обзор предыдущего опыта в области физической культуры и спорта; характеристику

состояния здоровья (в т.ч. по результатам мониторинга); потребности и интересы в сфере физической культуры и спорта; особенности будущей профессиональной деятельности;

2.1.2. обоснование цели и задач, средств (физических упражнений, видов спорта, спортивных дисциплин), форм (утренняя зарядка, занятия в фитнес-клубе с инструктором, самостоятельные занятия в спортивных залах или дома и т.п.) и методов занятий по программе с учётом гигиенических факторов и условий внешней среды;

2.1.3. описание методик самоконтроля и самооценки при занятиях по программе с учётом необходимости оценивания функциональной и физической подготовленности;

2.1.4. оценку рисков в процессе реализации индивидуальной оздоровительной программы.

2.2. Требования к оформлению индивидуальной оздоровительной программы

2.2.1. Индивидуальная оздоровительная программа включает следующие разделы:

2.2.1.1. титульный лист;

2.2.1.2. оглавление;

2.2.1.3. введение (цель, задачи, индивидуальные особенности, специфика профессиональной деятельности, использование определённых средств физической культуры и т.д.);

2.2.1.4. содержание (в соответствии с п. 2.1);

2.2.1.5. ожидаемые результаты.

2.2.2. Рекомендуемый объём – 10-15 страниц печатного текста.

2.3. Критерии оценивания индивидуальной оздоровительной программы

2.3.1. Соответствие названия индивидуальной оздоровительной программы ее содержанию.

2.3.2. Обоснованность цели и задач, средств физической культуры и методов их использования, форм организации занятий по индивидуальной оздоровительной программе.

2.3.3. Соответствие содержания представленной программы оздоровительной направленности с учётом индивидуальных особенностей студента и медицинских показаний.

2.3.4. Соответствие установленным требованиям по оформлению.

2.4. Организация и проведение собеседования

2.4.1. Собеседование проводит комиссия по проведению собеседования по индивидуальной оздоровительной программе, созданная приказом ректора или уполномоченного им должностного лица.

2.4.2. Индивидуальная оздоровительная программа представляется в печатном и электронном виде работникам учебного отдела по соответствующему направлению не позднее, чем за 7 (семь) календарных дней до даты проведения собеседования в соответствии с установленным расписанием проведения аттестационных испытаний.

2.4.3. Начальник учебного отдела по направлению организует регистрацию представленных индивидуальных оздоровительных программ обучающихся, направляет программы обучающихся, представленные в печатном виде, председателю комиссии по проведению собеседования, направляет программы обучающихся, представленные в электронном виде, заместителю начальника Управления образовательных программ. Заместитель начальника Управления образовательных программ организует проверку представленных программ обучающихся на текстовые совпадения и возможные заимствования из общедоступных информационных источников и студенческих работ, зарегистрированных в Санкт-Петербургском государственном университете, направляет полученные отчёты председателю комиссии по проведению собеседования.

2.4.4. При проведении собеседования:

2.4.4.1. заслушивается устное сообщение обучающегося по разработанной оздоровительной программе (время сообщения не более 10 минут);

2.4.4.2. члены комиссии задают вопросы по содержанию оздоровительной программы и сообщению обучающегося;

2.4.4.3. обучающийся отвечает на вопросы членов комиссии;

2.4.4.4. члены комиссии высказывают замечания и дают оценку качества в соответствии с установленными критериями разработанной программы и сообщения обучающегося с учётом выявленных текстовых совпадений в представленном тексте оздоровительной программы;

2.4.4.5. обучающийся отвечает на замечания членов комиссии;

2.4.4.6. общее время собеседования с обучающимся не превышает 20 минут.

2.4.5. По итогам собеседования с группой обучающихся проводится закрытое обсуждение членами комиссии результатов формирования компетенции у обучающихся. По результатам обсуждения председатель комиссии объявляет результаты собеседования, которые фиксируются в протоколе заседания комиссии.

2.4.6. На следующий рабочий день после дня проведения собеседования председатель комиссии передаёт программы обучающихся, представленные в печатном виде, и протоколы заседаний комиссии начальнику учебного отдела по соответствующему направлению.

2.4.7. Индивидуальная оздоровительная программа хранится в личном деле обучающегося.

3. Требования к проведению тестирования по нормативам

3.1. Комплекс испытаний (тестов) и нормативы

МУЖЧИНЫ

№ п/п	Вид испытаний (тестов)	Результат (норматив)
1	Бег 100 м	Не более 13,5 секунд
2	Бег 3000 м	Не более 12 минут 30 секунд
3	Подтягивание на высокой перекладине из виса	Не менее 12 раз
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	Не менее + 5 см
5	Комплексный силовой норматив (сгибание-разгибание рук в упоре, опускание-поднимание туловища из положения лежа в течение 1 мин.)	Не менее 50 раз
6	Плавание, 50 м	Без учёта времени

ЖЕНЩИНЫ

№ п/п	Вид испытаний	Результат (норматив)
1	Бег 100 м	Не более 16,5 секунд
2	Бег 2000 м	Не более 10 минут 50 секунд
3	Прыжки на скакалке	Не менее 1 мин. без ошибки
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	Не менее + 12 см
5	Комплексный силовой норматив (сгибание-разгибание рук в упоре, поднимание туловища из положения лежа в течение 1 мин.)	Не менее 45 раз
6	Плавание, 50 м	Без учёта времени

3.2. Подведение итогов испытаний (тестов)

Аттестационное испытание считается пройденным при выполнении обучающимся нормативов по четырём видам испытаний (тестов). Результат прохождения аттестационного испытания фиксируется в ведомости в порядке, установленном в Университете.

3.3. Условия выполнения видов испытаний (тестов)

Одежда и обувь участников – спортивная. Перед тестированием участники выполняют общую и/или специальную разминку под руководством преподавателя или самостоятельно. На всех видах испытаний обеспечиваются необходимые меры техники безопасности и сохранения здоровья участников.

3.2.1. Бег на 100 метров

Бег проводится по дорожкам стадиона или на любой ровной площадке с твёрдым покрытием. Бег на 100 м выполняется с низкого или высокого старта. Участники стартуют по 2-4 человека.

3.2.2. Бег на 2000 м, на 3000 м

Бег на выносливость проводится по беговой дорожке стадиона или любой ровной местности. Максимальное количество участников забега – 20 человек.

3.2.3. Подтягивание на высокой перекладине из виса

Подтягивание на высокой перекладине выполняется из ИП: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Участник подтягивается так, чтобы подбородок пересек верхнюю линию перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав на 0,5 сек. ИП, продолжает выполнение упражнения. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи.

Ошибки:

- 1) Подтягивания рывками или с махами ног (туловища).
- 2) Подбородок не поднялся выше грифа перекладины.
- 3) Отсутствие фиксации на 0,5 сек. ИП.
- 4) Разновременное сгибание рук.

3.2.4. Сгибание-разгибание рук в упоре лёжа на полу

Сгибание-разгибание рук в упоре лёжа выполняется из ИП: упор лёжа на полу, руки на ширине плеч, кисти – вперед, локти разведены не более 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Пальцы стоп упираются в пол без опоры.

Сгибая руки, необходимо прикоснуться грудью к полу (или платформе высотой 5 см), затем, разгибая руки, вернуться в ИП и, зафиксировав его на 0,5 сек., продолжить выполнение упражнения.

Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний-разгибаний рук, фиксируемых счетом судьи.

Ошибки:

- 1) Касание пола бёдрами.
- 2) Нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги».
- 3) Отсутствие фиксации на 0,5 сек. ИП.
- 4) Разновременное разгибание рук.

3.2.5. Поднимание туловища из положения лёжа на спине

Поднимание туловища из положения лёжа выполняется из ИП: лёжа на спине на гимнастическом мате, пальцы рук «в замке» за головой, локти вперед, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу, лопатки касаются мата.

Участник выполняет максимальное количество подниманий (за 1 мин.), касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в ИП.

Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

Для выполнения тестирования создаются 10–12 пар, один из партнёров выполняет упражнение, другой – удерживает его ноги за ступни и голени и одновременно ведёт счёт. Время выполнения упражнения одна минута. Затем участники меняются местами.

Ошибки:

- 1) Отсутствие касания локтями бедер (коленей).

- 2) Отсутствие касания лопатками мата.
- 3) Пальцы разомкнуты «из замка».
- 4) Смещение таза.

3.2.6. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из ИП: стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10–15 см.

При выполнении теста на гимнастической скамье по команде участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами двух рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение двух секунд. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком « - », ниже – знаком « + ».

Ошибки:

- 1) Сгибание ног в коленях.
- 2) Фиксация результата пальцами одной руки.
- 3) Отсутствие фиксации результата в течение двух секунд.

3.2.7. Плавание

Плавание проводится в бассейне. Разрешено стартовать с тумбочки, бортика или из воды. Способ плавания – произвольный. При плавании на 50 метров поворот выполняется любым способом с обязательным касанием бортика руками или ногами. Не разрешается использовать для продвижения или сохранения плавучести разделители дорожек или подручные средства.

3.2.8. Прыжки через скакалку

Упражнение выполняется в течение 1 минуты без остановки скакалки и учета количества прыжков. Прыжки выполняются толчком одной или двумя ногами.

Приложение № 2
к приказу первого проректора
по учебной и научной работе

от 31.10.2013 № 4012/1

Проректору по учебной работе

от студента _____ курса

(указать Ф.И.О.)

образовательная программа

ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу допустить меня до сдачи аттестационного испытания, проводимого в следующей форме:

1. собеседование по подготовленной обучающимся индивидуальной оздоровительной программе с учетом своих индивидуальных особенностей и будущей профессиональной деятельности;
2. тестирования по нормативам в соответствии с медицинским допуском.
(нужное обвести или подчеркнуть)

К заявлению прилагаю:

медицинскую справку из медицинской организации по установленной форме о допуске к сдаче тестирования по нормативам *(для лиц, выбравших аттестационное испытание в форме испытаний по нормативам физической подготовленности в соответствии с медицинской группой здоровья обучающегося)*

_____.
(указываются полные реквизиты справки либо пишется «нет»)

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ДОКУМЕНТЫ *(для лиц, выбравших аттестационное испытание в форме собеседования по подготовленной обучающимся оздоровительной программе с учетом своих индивидуальных особенностей и будущей профессиональной деятельности)*

_____ *(дата)*

_____ *(подпись)*

Приложение № 3
к приказу первого проректора
по учебной и научной работе

от 26.10.2013 № 4012/1

СОСТАВ КОМИССИИ

по проведению собеседования по индивидуальной оздоровительной программе
на 2013 год

1. Намозова Светлана Шарудиновна, доцент, заведующий кафедрой – председатель комиссии
2. Хуббиев Шайкат Закирович, профессор, докт.пед.наук
3. Незнамова Татьяна Леонидовна, доцент, канд.пед.наук
4. Борисова Ольга Олеговна, доцент, канд.биол.наук
5. Минвалеев Ринад Султанович, профессор, канд.биол.наук
6. Семилеткин Сергей Алексеевич, доцент
7. Леонтьук Алексей Михайлович, профессор, канд.филос.наук
8. Лукина Светлана Михайловна, доцент
9. Василевская Варвара Альбертовна, и.о. заместителя начальника Учебного управления по направлениям медицина, медицинские технологии, стоматология и юриспруденция.