



**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ИНСТИТУТ СФЕРЫ ОБСЛУЖИВАНИЯ И ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА (ФИЛИАЛ)  
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ» В Г. ШАХТЫ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
(ИСОиП (филиал) ДГТУ в г. Шахты)**

## **Методические указания**

### **по освоению дисциплины**

Приложение 2 к рабочей программе дисциплины

### **«Общая физическая подготовка»**

для обучающихся всех направлений подготовки

Составители:

зав. кафедрой М. А. Голодов

Рассмотрены и рекомендованы для  
использования в учебном процессе на  
заседании кафедры «Физическая  
культура и спорт».

Протокол №8 от 01.03.2023 г.

ШАХТЫ

Методические указания по дисциплине «Общая физическая подготовка» предназначены для обучающихся очной формы обучения всех направлений и специальностей

**Дисциплина «Общая физическая подготовка»** изучается на протяжении 1-2 курсов.

Форма контроля по итогам изучения дисциплины – зачёт. Основным видом учебной деятельности являются практические занятия и самостоятельная работа.

Все обучающиеся 1-2 курсов в начале каждого учебного года обязаны предоставить медицинскую справку с указанием медицинской группы.

Каждый семестр подразделяется на один-два учебных блока. Практические занятия по дисциплине «Общая физическая подготовка» проводятся для обучающихся, относящихся к основному и подготовительному отделению, согласно расписанию учебных занятий. Обучающиеся обязаны посетить не менее **75% учебных занятий**. Пропуски разрешены в случаях, подтверждённых оправдательными документами. На практических занятиях обязательны спортивная форма и обувь, без которых обучающийся к занятиям не допускается.

После окончания каждого блока обучающиеся, относящиеся к основному отделению (основная и подготовительная медицинские группы), сдают не менее трёх контрольных нормативов по физической и спортивно-технической подготовке.

Контрольные нормативы для основной и подготовительной медицинских групп имеют отличия. Преподаватель индивидуально подбирает нагрузку для обучающегося подготовительной медицинской группы в зависимости от его заболевания и физической подготовленности.

Обучающиеся, относящиеся к основной и подготовительной медицинским группам, получают зачёт по контрольным нормативам, если среднеарифметическое число заработанных ими за семестр процентов составляет **не менее 61**.

Для подготовки к выполнению контрольных заданий обучающиеся могут воспользоваться электронной библиотекой вуза, расположенной по электронному адресу <http://www.libdb.sssu.ru>, где они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки вуза, так и иных электронных библиотечных систем (<http://www.biblioclub.ru> и др.). Также обучающиеся могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки или воспользоваться читальными залами вуза.

Дополнительные проценты обучающийся любой медицинской группы может получить в поощрение за посещение всех занятий без пропусков, за активное участие в научных конференциях различных уровней и в спортивно-массовых мероприятиях, проводимых кафедрой, вузом, городской администрацией и т.д.