**Концепция преподавания дисциплины «Физическая культура»**

**в 1 семестре 2021 – 2022 учебного года**

В 1 семестре 2021/22 учебного года офлайн занятия по дисциплине «Физическая культура» проводятся только на открытом воздухе: походы выходного дня и спортивное ориентирование. Планируются занятия по северной скандинавкой ходьбе, об их начале будет сообщено дополнительно

**Всем студентам основной и подготовительной групп** дисциплина «Физическая культура» предлагается для освоения в следующих форматах на выбор:

**Трек 1.**

Изучение онлайн-курса «Физическая культура». Студент получает зачёт в случае успешного прохождения итогового тестирования в сессию по результатам изучения онлайн-курса.

**Трек 2 (только для студентов 2 и 3 курсов).**

Самостоятельные занятия в фитнес-залах. Студент получает зачёт в случае предоставления договора и абонемента на занятия фитнесом в текущем семестре.

**Трек 3.**

* Синхронные практические занятия физической культурой в дистанционном формате на платформе Zoom. Студенты выбирают самостоятельно вид, день и время занятий в соответствии с расписанием занятий на сайте кафедры физического воспитания. Предлагаемые виды занятий: оздоровительная гимнастика, функциональные тренировки, йога. Занятия не предусматривают использования специального спортивного оборудования. С учётом требований техники безопасности при проведении занятий по дисциплине «Физическая культура», студент может посетить только одно онлайн-занятие в день. Студент получает зачёт в случае посещения 16-ти часов занятий за 1-й семестр. Учет посещаемости занятий ведется в электронном журнале с помощью чата в Zoom через присланные студентами QR-коды. В случае посещения менее 16-ти часов занятий студент получает незачёт. Для получения зачёта в период пересдач студенту требуется посетить недостающее до 16-ти часов количество занятий.
* Офлайн занятия спортивным ориентированием и походы выходного дня. Спортивное ориентирование дает нагрузку в 4 часа, поход выходного дня – 6 часов.
* Только для студентов 1 курса. Синхронные онлайн лекции. В 1 семестре будет 4 часа лекций. Лекции 2 и 3 курсов будут во втором семестре

Часы все вариантов данного трека могут суммироваться в любом сочетании для достижения зачетной суммы в 16 часов.

**Студентам специальных подгрупп А и Б** предлагается изучение онлайн-курса «Физическая культура». Студент получает зачёт в случае успешного прохождения тестирования по итогам изучения онлайн-курса.

Если студент посещает занятия в группах ЛФК в медицинской организации (поликлиниках, реабилитационных центрах и т.п.), то он получает зачёт автоматом в случае предоставления справки о посещении данных занятий.

**Студентам, обучающимся по мобильности, а также студентам, которым разрешено онлайн-обучение,** в зависимости от принадлежности к группе предлагаются перечисленные выше варианты изучения дисциплины.

**Зачёт автоматом получают:**

* мастера спорта, мастера спорта международного класса, победители и призеры чемпионатов РФ;
* участники соревнований регионального уровня и выше, включая членов сборных команд кампуса (первенство вузов Санкт-Петербурга, соревнования Северо-западного федерального округа и т.п.). При продолжительности соревнований не более одного дня получают дополнительно 8 часов.
* участники длительных, а также сезонных соревнований регионального уровня и выше, включая членов сборных команд кампуса (первенство вузов Санкт-Петербурга, соревнования Северо-западного федерального округа и т.п.). При продолжительности соревнований более одного дня получают часы согласно времени, проведенному на соревновании, с коэффициентом 2.

Заключение о принадлежности студента 2 – 4 курсов к группе здоровья (основная, подготовительная, специальная А и Б) устанавливаются на основе прохождения последнего планового медицинского осмотра. Результаты медосмотра хранятся по адресу Промышленная, 17, каб. 115. Ссылка: <https://spb.hse.ru/socq/medpomosh>