

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

Институт физического воспитания и спорта

Кафедра адаптивной физической культуры и физической реабилитации

УТВЕРЖДАЮ

Директор института физического  
воспитания и спорта

А.Г. Черноштан

«06» февраля 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Организация оздоровительной работы в возрастных группах**

По направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль подготовки – Физическая реабилитация

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

Курс – ОФО – 1, 2 курс (2, 3, 4 семестр), ЗФО – 1, 2 курс (3, 4, 5 триместр)

Луганск, 2024

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), и профилю Физическая реабилитация очной и заочной форм обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 года № 942 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Минтруда России от 02 апреля 2019 года № 197н «Об утверждении профессионального стандарта «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Минтруда России от 18 июня 2020 года № 352н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по реабилитационной работе в социальной сфере», Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 года № 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)».

#### СОСТАВИТЕЛИ:

профессор кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации ФГБОУ ВО «ЛГПУ», кандидат медицинских наук, доцент

**Клименко Ирина Викторовна**

старший преподаватель кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации ФГБОУ ВО «ЛГПУ»

**Штольц Юлия Михайловна**

Утверждена на заседании кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации

Протокол от «14» января 2024 г., № 8

Заведующий кафедрой  
адаптивной физической культуры  
и физической реабилитации



А.В. Ермоленко

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии института физического воспитания и спорта

Протокол от «31» января 2024 г., № 5

Председатель учебно-методической  
комиссии института физического  
воспитания и спорта



О.П. Крайнюк

#### СОГЛАСОВАНО:

Заведующий  
учебно-методическим отделом



В.В. Савенков

## **1. Цели и задачи учебной дисциплины**

Цели изучения дисциплины: формирование системы знаний, умений, навыков и представлений в области организации оздоровительной работы для различных социально-демографических групп населения.

Задачи:

- сформировать систему знаний, умений и навыков, необходимых для организации оздоровительной деятельности для различных групп населения;
- обучить использованию научно обоснованных методов и современных технологий в процессе организации оздоровительной работы;
- обучить основам организации, формам и методам оздоровительной работы с различными слоями населения;
- сформировать навыки организационно-управленческой деятельности по проведению оздоровительных мероприятий.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Учебная дисциплина «Организация оздоровительной работы в возрастных группах» входит в обязательную часть дисциплин подготовки студентов.

Необходимыми условиями для освоения учебной дисциплины являются:

*знания* методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами адаптивной физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидностью; основных понятий возрастной психологии, в том числе, психологических особенностей занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;

*умения* применять методы, средства, методические приемы организации учебной деятельности на занятиях базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья; обеспечивать технику безопасности на занятиях с учетом санитарно-гигиенических норм;

*навыки* планирования учебно-тренировочных и внеурочных занятий, мероприятий спортивного и оздоровительного характера с использованием средств избранного вида адаптивного спорта в образовательных организациях дошкольного, общего, дополнительного и профессионального образования.

Содержание дисциплины является логическим продолжением содержания дисциплин «Введение в специальность», «Методика преподавания коррекционных и оздоровительных игр у лиц с ОВЗ», «Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре» и служит основой для дальнейшего освоения дисциплин: «Адаптивная двигательная рекреация», «Адаптивное физическое

воспитание в дошкольных и общеобразовательных организациях»,  
«Здоровьесберегающие технологии в образовании».

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Профессиональные		
ПК-3: способность обеспечивать проведение оздоровительной и реабилитационной работы организационно-методическими материалами; формировать рекомендации по физической активности, соблюдению режима труда и отдыха, занимающегося с целью закрепления результатов реабилитации, профилактики вторичных и третичных нарушений, улучшения функционального состояния организма реабилитанта, включая лиц с инвалидностью, всех возрастных и нозологических групп	<p>ПК-3.1: знает технологии планирования и современные формы организации индивидуальных программ оздоровительной и реабилитационной работы с лицами с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья</p> <p>ПК-3.2: умеет определять эффективность оздоровительной и реабилитационной работы, применяемых методов физической реабилитации и оздоровления, результаты реабилитационных,</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– технологию планирования и современные формы организации воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с лицами с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>– функциональные группы лиц, проходящих спортивную подготовку по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;</li> <li>– методы общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методы общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств;</li> <li>– правила использования специализированного спортивного оборудования, тренажеров, устройств и вспомогательных средств для совершенствования спортивной техники в адаптивном спорте;</li> <li>– порядок составления и ведения документации по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– вести пропаганду здорового образа жизни среди инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>– излагать сведения для формирования гигиенических знаний, умений и навыков, данные по истории развития, основам спортивной подготовки и тренировочного процесса в</li> </ul>

	<p>оздоровительных и рекреационных мероприятий в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов</p>	<p>избранном виде адаптивного спорта в доступной форме;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– готовить организационно-методическое обеспечение планирования и проведения занятия по рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с лицами с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>– оценивать и анализировать результаты коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов мероприятий;</li> <li>– мотивировать инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья к участию в воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных мероприятиях;</li> <li>– разрабатывать организационно-методическое обеспечение, в том числе программы, планы адаптивного физического воспитания, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации, активного отдыха, спортивной подготовки по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта в физкультурно-спортивной или организации, осуществляющей деятельность в области адаптивной физической культуры и спорта;</li> <li>– мобилизовывать личностные ресурсы лиц трудоспособного возраста, направленные на поддержание их социальных связей, интереса к повседневным занятиям или определение новых, требующих доступных усилий и позитивного взаимодействия с микросоциумом.</li> </ul>
--	---	---

	<p><b>ПК-3.3:</b>  владеет навыками оценки результатов проведения реабилитационных, оздоровительных и рекреационных мероприятий;  контроля двигательной активности и физического состояния занимающихся с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп</p>	<p><b>Владеет навыками:</b>  – анализа планов и программ, регламентирующих содержание рекреационно-досуговой, реабилитационной работы по социализации инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, по овладению основами техники избранного вида адаптивного спорта;  – разработки рабочих планов мероприятий по рекреационно-досуговой, реабилитационной работе с лицами с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья, подготовки методических материалов для проведения занятий и мероприятий;  – разработки методического обеспечения и проведение коррекционно-развивающих занятий и мероприятий по социализации лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья, по формированию устойчивого интереса к занятиям спортом, по овладению основами техники избранного вида адаптивного спорта;  – составления рекомендаций лицам с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре и физической реабилитации;  – регулирования физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья.</p>
--	---	--

#### **4. Структура и содержание учебной дисциплины**

##### **4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов / зачетных единиц</b>
---------------------------	--------------------------------------

	<b>Очная форма</b>	<b>Заочная форма</b>
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	<b>180 (5 з.е.)</b>	<b>180 (5 з.е.)</b>
<b>Обязательная аудиторная нагрузка (всего часов), в том числе:</b>	<b>60</b>	<b>24</b>
Лекции	6	8
Семинарские занятия	-	-
Практические занятия	54	16
Лабораторные работы	-	-
Курсовая работа / курсовой проект	-	-
Контроль	27	12
Другие формы организации учебного процесса (контрольные работы, индивидуальные занятия, консультации и др.)	-	-
<b>Самостоятельная работа студента (всего часов)</b>	<b>93</b>	<b>144</b>
Форма аттестации	<b>экзамен</b>	<b>экзамен</b>

## **4.2. Содержание разделов учебной дисциплины**

Раздел I. Особенности организации оздоровительной работы в условиях дошкольного, общего, среднего и высшего образования.

Тема 1. Организация оздоровительной работы с детьми раннего и дошкольного возраста.

Значение движений в жизни ребенка раннего возраста. Формы двигательной деятельности детей раннего возраста (подвижные игры, музыкальные ритмические занятия, зарядка, гимнастика и массаж). Техника массажа и гимнастических упражнений для детей раннего возраста. Применение плавания с целью оздоровления и физического развития детей раннего возраста. Содержание оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях. Формы и методические особенности осуществления оздоровительной работы с дошкольниками. Современные физкультурно-оздоровительные методики, применяемые в дошкольных образовательных учреждениях.

Тема 2. Организация оздоровительной работы с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Современная школа и здоровье учащихся. Нормативно-правовое обеспечение оздоровительной работы в образовательных учреждениях. Санитарно-гигиенические и медико-психологические условия обучения детей. Гигиенические принципы построения режима дня и составления школьного расписания. Формы и методы оздоровительной работы в общеобразовательных учреждениях. Программы оздоровительной работы общеобразовательных учреждений.

Тема 3. Организация оздоровительной работы с учащейся молодежью средних специальных и высших учебных заведений.

Методика и организация оздоровительной деятельности студенческой молодежи. Структура и особенности содержания действующих программ по оздоровлению и физической культуре в вузах. Формы спортивно-массовой и оздоровительной работы в учреждениях профессионального и высшего образования. Средства и методы мотивации студентов к оздоровительной

деятельности. Физкультурно-оздоровительная и спортивная работа со студентами в летний период времени.

Раздел II. Организационные основы оздоровительной работы с возрастными группами населения.

Тема 4. Организация оздоровительной работы трудящегося населения.

Формы и пути оздоровления и повышения двигательной активности трудящихся в условиях быта (базово-продолжающая физическая культура, гигиеническая и рекреативная физическая культура, базовый спорт, оздоровительно-реабилитационная физическая культура). Организация и способы повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы на производстве.

Тема 5. Оздоровительно-рекреативная деятельность лиц среднего возраста.

Направленность оздоровительно-рекреативной деятельности лиц среднего возраста. Учет характерных особенностей функционирования организма лиц среднего возраста. Ведущие критерии анализа функций (целей и задач) оздоровительно-рекреативной деятельности. Структура средств и основные виды оздоровительно-рекреативной деятельности (совокупность разнообразных физических упражнений, имеющих конкретные предметные формы проявления – виды спорта циклического и ациклического характера, спортивно-массовые мероприятия, физкультурно-оздоровительные методики).

Тема 6. Оздоровительно-рекреативная деятельность лиц пожилого возраста.

Особенности организации и проведения занятий физкультурно-рекреативной направленности с лицами пожилого возраста. Этапное построение педагогического процесса. Содержание и организация оздоровительно-рекреативной деятельности по месту жительства и отдыха населения. Характер воздействия на организм физических упражнений (нагрузок). Методические особенности проведения занятий оздоровительно-рекреативной направленности (утренняя гигиеническая гимнастика, дозированная ходьба, пеший туризм, спортивные игры, спортивные упражнения, плавание, академическая гребля, езда на велосипеде, ходьба на лыжах, катание на коньках).

#### 4.3. Лекции

№ п/п	Наименование темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
		2 семестр	3 триместр
Раздел I. Особенности организации оздоровительной работы в условиях дошкольного, общего, среднего и высшего образования.			
1.	Организация оздоровительной работы с детьми раннего и дошкольного возраста.	2	2
2.	Организация оздоровительной работы с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.	2	2



3.	Организация оздоровительной работы с учащейся молодежью средних специальных и высших учебных заведений.	2	-
<b>Итого за семестр/триместр:</b>			<b>4</b>
			<b>4 триместр</b>
Раздел II. Организационные основы оздоровительной работы с возрастными группами населения.			
4.	Организация оздоровительной работы трудящегося населения.	-	2
5.	Оздоровительно-рекреативная деятельность лиц среднего возраста.	-	-
6.	Оздоровительно-рекреативная деятельность лиц пожилого возраста.	-	2
<b>Итого за семестр/триместр:</b>		<b>6</b>	<b>4</b>
<b>Итого:</b>		<b>6</b>	<b>8</b>

#### 4.4. Практические / семинарские занятия

№ п/п	Наименование темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
		2 семестр	3 триместр
Раздел I. Особенности организации оздоровительной работы в условиях дошкольного, общего, среднего и высшего образования.			
1.	Организация оздоровительной работы с детьми раннего и дошкольного возраста.	8	2
2.	Организация оздоровительной работы с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.	10	2
Итого за семестр/триместр:		18	4
		3 семестр	4 триместр
3.	Организация оздоровительной работы с учащейся молодежью средних специальных и высших учебных заведений.	6	2
Раздел II. Организационные основы оздоровительной работы с возрастными группами населения.			
4.	Организация оздоровительной работы трудящегося населения.	6	2
Итого за семестр/триместр:		12	4
		4 семестр	5 триместр
5.	Оздоровительно-рекреативная деятельность лиц среднего возраста.	12	4
6.	Оздоровительно-рекреативная деятельность лиц пожилого возраста.	12	4
Итого за семестр/триместр:		24	8
Итого:		54	16

#### 4.5. Лабораторные работы (учебным планом не предусмотрены).

#### 4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Наименование темы	Вид самостоятельной работы	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма

			2 семестр	3 триместр
Раздел I. Особенности организации оздоровительной работы в условиях дошкольного, общего, среднего и высшего образования.				
1.	Организация оздоровительной работы с детьми раннего и дошкольного возраста.	<p>Исследование проблемы. Составить словарь специальных терминов и понятий. Подобрать литературные источники (не менее 5) по теме занятия. Провести сравнительный анализ режима дня в различных возрастных группах детей дошкольного возраста. Составить картотеку подвижных здоровьесберегающих игр для детей дошкольного возраста (младшего, среднего, старшего и подготовительного). Изготовить буклет по организации и проведению закаливающих процедур для детей раннего и дошкольного возраста. Отработка практических навыков.</p>	24	14
2.	Организация оздоровительной работы с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.	<p>Исследование проблемы. Составить словарь специальных терминов и понятий. Подобрать литературные источники (не менее 5) по теме занятия. Составить подробный перечень факторов, влияющих на здоровье детей определенного возраста (младший школьный, средний школьный, старший школьный). Проанализировать одно из мероприятий (урок / занятие, проект, акция,</p>	24	14

		лекция и т.п.) по продвижению здорового образа жизни, описанное в методической литературе. Обосновать, каким образом в нем соблюдаются / нарушаются основные общедидактические и специфические принципы формирования здоровья ребенка, предложить рекомендации по улучшению сценария мероприятия. Отработка практических навыков.		
<b>Итого за семестр/триместр:</b>			<b>48</b>	<b>28</b>
			<b>3 семестр</b>	<b>4 триместр</b>
3.	Организация оздоровительной работы с учащейся молодежью средних специальных и высших учебных заведений.	Исследование проблемы. Составить словарь специальных терминов и понятий. Разработать индивидуальную программу оздоровления для студентов вуза. Подобрать литературные источники (не менее 5) по теме занятия. Отработка практических навыков.	12	32
<b>Раздел II. Организационные основы оздоровительной работы с возрастными группами населения.</b>				
4.	Организация оздоровительной работы трудящегося населения.	Исследование проблемы. Составить словарь специальных терминов и понятий. Подготовить доклад и презентацию по теме занятия. Подготовиться к дискуссии. Заполнить таблицу «Формы и методы оздоровления на производстве». Подобрать литературные	12	32

		источники (не менее 5) по теме занятия. Отработка практических навыков.		
<b>Итого за семестр/триместр:</b>			<b>24</b>	<b>64</b>
			<b>4 семестр</b>	<b>5 триместр</b>
5.	Оздоровительно-рекреативная деятельность лиц среднего возраста.	Исследование проблемы. Составить словарь специальных терминов и понятий. Подготовить доклад и презентацию по теме занятия. Подготовиться к дискуссии. Разработать программу оздоровительной тренировки для женщин среднего возраста. Подобрать литературные источники (не менее 5) по теме занятия. Отработка практических навыков.	10	26
6.	Оздоровительно-рекреативная деятельность лиц пожилого возраста.	Исследование проблемы. Составить словарь специальных терминов и понятий. Подготовить доклад и презентацию по теме занятия. Подготовиться к дискуссии. Заполнить таблицу «Методологические основы оздоровительной деятельности пожилых людей». Подобрать литературные источники (не менее 5) по теме занятия. Отработка практических навыков.	11	26
<b>Итого за семестр/триместр:</b>			<b>21</b>	<b>52</b>
<b>Итого:</b>			<b>93</b>	<b>144</b>

#### 4.7. Курсовые работы / проекты (учебным планом не предусмотрены)

#### 5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

Преподавание учебной дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

*Информационные технологии:* использование электронных образовательных ресурсов (электронный конспект) при подготовке к практическим занятиям;

*Технологии объяснительно-иллюстративного обучения* (технология поддерживающего обучения, технология проведения учебной дискуссии);

*Технологии проблемного обучения* (метод проблемных заданий, метод беседы);

*Технологии развивающего обучения* (метод творческих заданий);

*Игровая технология* (метод игрового обучения);

*Работа в группе* (совместная работа студентов в группе при выполнении творческих заданий).

## **6. Формы контроля освоения учебной дисциплины**

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем (ями), ведущим (ими) семинарские / практические занятия, лабораторные работы по дисциплине в различных формах: выступление на практических занятиях; выполнение практических заданий; участие в дискуссиях; самостоятельное конспектирование научной литературы и ее анализ; выполнение индивидуальных заданий; выполнение самостоятельной работы.

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме экзамена.

Форма проведения итогового контроля для студентов с инвалидностью устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.) и позволяет оценить достижения ими запланированных в основной профессиональной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех заявленных компетенций. При необходимости на зачет/экзамен приглашается сопровождающий, который обеспечивает техническое сопровождение студенту, а также предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

Система оценивания учебных достижений студентов, оценочные средства представлены в фонде оценочных средств к рабочей программе учебной дисциплины (приложении).

## **7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины**

А) основная литература:

1. Асташина М.П. Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения: учебное пособие / М.П. Асташина. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 188 с. – Текст: электронный // IPR SMART: [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/65008.html>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Коновалова Н.Г. Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных учреждениях: малые формы: учебное пособие / Н.Г. Коновалова. – 2-е изд. испр. – Новокузнецк: КГПИ КемГУ, 2017. – 310 с. – ISBN 978-5-8353-1488-1. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/169604>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Оздоровительная тренировка лиц зрелого возраста: направленность, содержание, методики: монография / С.В. Савин [и др.]. – М.: Московский педагогический государственный университет, 2017. – 200 с. – ISBN 978-5-4263-0492-5. – Текст: электронный // IPR SMART: [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/97752.html>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

Б) дополнительная литература:

1. Двигательная рекреация. Оздоровительная тренировка: учебное пособие / сост. Л.Ю. Башта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2018. – 100 с. – Текст: электронный // IPR SMART: [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/95583.html>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Зайцева Г.А. Оздоровительная аэробика для школьников и студентов: учебное пособие / Г.А. Зайцева, О.А. Медведева. – М.: Издательский Дом МИСиС, 2010. – 201 с. – ISBN 978-5-87623-289-2. – Текст: электронный // IPR SMART: [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/106966.html>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Кетлерова Е.С. Оздоровительная ходьба: учебно-методическое пособие / Е.С. Кетлерова. – М.: Российский университет дружбы народов, 2017. – 44 с. – ISBN 978-5-209-08073-2. – Текст: электронный // IPR SMART: [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/91032.html>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

4. Куршев А.В. Оздоровительная гимнастика для студентов вуза, имеющих отклонения в состоянии здоровья: учебное пособие / А.В. Куршев. – Казань: Казанский национальный исследовательский технологический университет, 2019. – 212 с. – ISBN 978-5-7882-2626-2. – Текст: электронный // IPR SMART: [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/100691.html>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

5. Организация и проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в условиях детского оздоровительного лагеря: учебно-методическое пособие / составители А.А. Уварова, А.Ч. Делег. – Кызыл: ТувГУ, 2020. – 106 с. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/175195>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

6. Чайковская О.Е. Оздоровительная физическая культура с людьми пожилого возраста: методическое пособие / О.Е. Чайковская. – М.: Научный консультант, 2019. – 92 с. – ISBN 978-5-907084-95-7. – Текст: электронный //

IPR SMART: [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/104963.html>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

7. Шлыков В.П. Индивидуальная оздоровительная программа: алгоритм составления: учебное пособие / В.П. Шлыков, М.П. Спирина. – Екб: Издательство Уральского университета, 2018. – 124 с. – ISBN 978-5-7996-2304-3. – Текст: электронный // IPR SMART: [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/107036.html>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей

В) интернет-ресурсы:

<http://window.edu.ru/> Единое окно доступа к образовательным ресурсам

<http://www.edu.ru/> Российское образование. Федеральный портал

<http://www.elibrary.ru/> eLIBRARY.RU

<http://lib.lgpu.org/> Научная библиотека «Луганский государственный педагогический университет»

<https://www.iprbookshop.ru/> IPR Smart // IPR Books

<https://e.lanbook.com/> Электронно-библиотечная система «Лань»

## **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

1. Лекционные занятия: аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук и пр.), комплект электронных учебно-методических и научных презентаций, слайдов, видеофильмов и пр.

2. Практические занятия: компьютерный класс, оснащенный презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук и пр.), пакеты ПО общего (текстовые редакторы, текстовые процессоры, графические редакторы, электронные таблицы и пр.) и специализированного (электронные учебники/энциклопедии/справочники, системы автоматизированного перевода, редакторы трехмерной графики, видеоредакторы, аудиоредакторы, экспертные системы, и пр.) назначения; реабилитационный центр, оснащенный реабилитационным оборудованием (реабилитационные тренажеры, физиотерапевтическая аппаратура, массажные столы и пр.); спортивный зал, оснащенный спортивным оборудованием (спортивные тренажеры, массажные столы и пр.).

Рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером/ноутбуком с доступом в Интернет, рабочие места студентов, оснащенные компьютерами/ноутбуками с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде и пр.

В процессе лекционных и практических занятий используется следующее программное обеспечение: программы, обеспечивающие доступ в сеть Интернет (например, «Google», «Chrome»); программы, демонстрации видео материалов (например, проигрыватель «Windows Media Player»); программы для демонстрации и создания презентаций (например, «Microsoft PowerPoint»).

Преподавание дисциплины предусматривает доступ обучающихся к электронно-библиотечным системам (электронным библиотекам) и к

электронной информационно-образовательной среде университета, которая обеспечивает возможность доступа обучающихся к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Обучающиеся из числа лиц с инвалидностью и лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Кабинет для подготовки лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья оснащен современным оборудованием:

- для студентов с нарушением слуха и зрения (оборудование для слабослышащих – система Star Sound;

- для студентов с нарушением зрения – стационарные увеличители Toraz, сканирующая и читающая машина Sara CE, принтер для печати шрифтом Брайля). Студенты могут воспользоваться портативным компьютером с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи «ElBraille W40JG1».



## 9. Лист дополнений и изменений

[illegible]