

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
(ГОУ ВО ЛНР «ЛГПУ»)

Институт физического воспитания и спорта
Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ
Директор Института физического
воспитания и спорта
Н.А. Павлова
« 1 »  2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

По направлению подготовки – 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль подготовки – Технология

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

Курс – 1 курс (1, 2 семестры) – ОФО; 1 курс (1, 2 семестры) – ЗФО

Луганск, 2021

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» является частью основной образовательной программы высшего образования для бакалавров по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль Технология очной и заочной формы обучения.


Составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» (уровень бакалавриата), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 г. №121.

СОСТАВИТЕЛЬ:

Заведующий кафедрой физического воспитания, профессор
ГОУ ВО ЛНР «Луганский государственный педагогический университет»,
заслуженный тренер Украины Слепцов Валерий Николаевич.


Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры
физического воспитания

«31» августа 2021 г., протокол № 1


Заведующий кафедрой физического воспитания  В.Н. Слепцов

ОДОБРЕНА на заседании учебно-методической комиссии Института
физического воспитания и спорта

«31» августа 2021 г., протокол № 11

Председатель учебно-методической комиссии Института физического
воспитания и спорта  О.П. Крайнюк

СОГЛАСОВАНО:

И.о. заведующего учебно-методическим отделом  В.В. Савенков
« 1 » сентября 2021 г.

Структура и содержание учебной дисциплины

1. Цели и задачи учебной дисциплины.

Цель изучения дисциплины – «Физическая культура» состоит в формировании мировоззрения и культуры личности, обладающей гражданской позицией, нравственными качествами, чувством ответственности, самостоятельностью в принятии решений, инициативой, толерантностью, способностью успешной социализации в обществе, способностью использовать разнообразные формы физической культуры и спорта в повседневной жизни для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья своих близких, семьи и трудового коллектива для качественной жизни и эффективной профессиональной деятельности.

Задачи учебной дисциплины:

- обеспечивать значение роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- формировать мотивационно-ценностные отношения к физической культуре, пропагандировать здоровый образ жизни, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями;
- овладеть системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности;
- адаптировать организм к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширять функциональные возможности физиологических систем, повышать сопротивляемость защитных сил организма;
- овладеть методикой составления и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха;
- подготовить студентов к выполнению контрольных нормативов по физической культуре.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Учебная дисциплина «Физическая культура» реализуется в рамках базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» и относится к блоку общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, входит в раздел учебного плана, индекс дисциплины (Б.1.Б.19).

Необходимым условием для освоения дисциплины является раздел социально-гуманитарного компонента образования, который направлен на формирование физической культуры личности студента, подготовку к

социально-профессиональной деятельности, сохранение и укрепление здоровья. Способствует расширению и углублению знаний и навыков по физиологии, педагогике и психологии, что позволяет повысить уровень профессиональной компетентности будущего специалиста.

Содержание дисциплины является логическим продолжением дисциплин естественно-научного цикла для всех специальностей и направлений университета.

3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Студенты, завершившие изучение дисциплины «Физическая культура», должны:

знать систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;

уметь квалифицированно применять приобретенные знания и навыки в своей профессиональной и бытовой деятельности;

владеть знаниями социально-биологических основ физической культуры и здорового образа жизни.

Перечисленные результаты обучения являются основой для формирования компетенций.

Общекультурных (ОК):

ОК-8 – Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов	
	Очная форма	Заочная форма
Общая учебная нагрузка (всего)	328	---
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:	---	---
Лекции	---	---
Практические занятия	320	---
Лабораторные работы	---	---
Контрольные работы	---	---
Курсовая работа/курсовой проект	---	---
Другие формы организации учебного процесса		
Методико-практические занятия	---	
Контроль	8	
Самостоятельная работа студента (всего)	---	---
Форма аттестации	Зачет	---

4.2. Содержание разделов дисциплины учебным планом не предусмотрено.

4.3. Лекции учебным планом не предусмотрены.

4.4. Практические занятия

1 К У Р С				
№ п/п	Название раздела	Объем часов		
		Очная форма		
		1 семестр	2 семестр	Всего
	Физическая подготовка:			
1	Гимнастика	20	10	30
2	Легкая атлетика	16	8	24
3	Спортивные игры	20	10	30
4	Подвижные игры	14	8	22
	Итого:	70	36	106
2 К У Р С				
№ п/п	Название раздела	Объем часов		
		Очная форма		
		3 семестр	4 семестр	Всего
	Физическая подготовка:			
1	Гимнастика	10	10	20
2	Легкая атлетика	8	8	16
3	Спортивные игры	10	10	20
4	Подвижные игры	8	6	14
	Итого:	36	34	70
3 К У Р С				
№ п/п	Название раздела	Объем часов		
		Очная форма		
		5 семестр	6 семестр	Всего
	Физическая подготовка:			
1	Гимнастика	14	6	20
2	Легкая атлетика	12	4	16
3	Спортивные игры	14	6	20
4	Подвижные игры	12	4	16
	Итого:	52	20	72

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Учебно-тренировочные занятия в основной учебной группе, где занимаются студенты основной и подготовительной медицинских групп, базируются на применении разнообразных средств физической культуры, спортивной и профессионально-прикладной физической подготовки.

Обязательными видами физических упражнений для включения в рабочую программу по физической культуре являются: отдельные дисциплины по легкой атлетике (бег 2000 м - женщины, бег 3000 м - мужчины), спортивные игры (волейбол, баскетбол, мини-футбол, настольный теннис, бадминтон), подвижные игры («Борьба за мяч», «Футбол руками», «Пятнашки», «Рыбаки и рыбки» и др. Эстафеты: с предметами и без них, с преодолением полосы препятствий, составленной из гимнастических снарядов), гимнастика (аэробика, фитбол, стретчинг, пилатес и др.).

В практическом разделе могут использоваться физические упражнения из различных видов спорта, оздоровительных систем физических упражнений. На занятиях могут применяться тренажеры.

Легкая атлетика. Основы техники безопасности на занятиях легкой атлетикой. Ознакомление, обучение и овладение двигательными навыками в лёгкой атлетике. Совершенствование знаний, умений, навыков и развитие физических качеств в лёгкой атлетике.

Меры безопасности на занятиях лёгкой атлетикой. Техника выполнения легкоатлетических упражнений. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами лёгкой атлетики.

Специальная физическая подготовка в различных видах лёгкой атлетики. Способы и методы самоконтроля при занятиях лёгкой атлетикой.

Спортивные игры. Основы техники безопасности на занятиях спортивными играми.

Баскетбол. Занятия по баскетболу включают: общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку (упражнения для развития, силы, быстроты, общей и скоростной выносливости, прыгучести, гибкости, скоростной реакции); освоение техники передвижений, остановки и поворотов без мяча и с мячом, передачи мяча одной и двумя руками на месте и в движении, ловли мяча одной и двумя руками, ведения мяча, обводка противника, бросков мяча с места, в движении, одной и двумя руками. Обучение финтам (на проход, на бросок в корзину, на рывок); техника защиты; техника перемещений (основная, защитная стойка и все виды перемещений защитника), техника овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват; противодействие ведению, проходам, броскам в корзину; овладение мячом, отскочившим от щита. Правила игры и основы судейства.

Волейбол. Занятия включают: изучение, овладение основными приёмами техники волейбола (перемещение, приём и передача мяча, подачи, нападающие удары, блокирование). Совершенствование навыков игры в волейбол. Общая и специальная физическая подготовка волейболиста. Техника и тактика игры. Правила соревнований, основы судейства.

Мини-футбол. Занятия включают: изучение, овладение основными приёмами техники мини-футбола (перемещение, приём и передача мяча, удары по воротам, защитные действия и т.д.). Совершенствование навыков игры в мини-футбол. Общая и специальная физическая подготовка футболистов. Техника и тактика игры. Правила соревнований, основы судейства.

Бадминтон. Занятия по бадминтону включают стойку игрока, разновидности подач (высоко-далекую, высоко-атакующую, плоскую), разновидности ударов (удары сверху, снизу, сбоку, в противоход, фронтальные и нефронтальные). Правила соревнований, основы судейства.

Настольный теннис. Общая и специальная физическая подготовка в данном виде спорта. Обучение техники подачи (справа, слева, в парах); прием мяча (справа, слева); тактики защиты и нападения. Спортивное совершенствование. Участие в соревнованиях. Помощь в судействе.

Подвижные игры и эстафеты с предметами и без них, с простейшими способами передвижения, не требующие проявления максимальных усилий и сложно-координационных действий. Педагогическая характеристика подвижных игр: «Борьба за мяч», «Футбол руками», «Пятнашки», «Рыбаки и рыбки» и др. Эстафеты: с предметами и без них, с преодолением полосы препятствий, составленной из гимнастических снарядов.

Гимнастика. История и этапы развития гимнастики. Гимнастика в системе физического воспитания. Изучение техники и методики преподавания гимнастических упражнений. Строевые упражнения, разновидности ходьбы и бега. Упражнения в равновесии, переноска грузов, прыжки, общеразвивающие упражнения. Акробатические упражнения. Контроль за организацией образовательного процесса и физическим развитием студентов.

Аэробика. Занятия аэробикой совершенствуют чувство темпа, ритма, координацию движений, гибкость, силу, выносливость.

Комбинация из спортивно-гимнастических и акробатических элементов. Обязательные элементы: подскоки, амплитудные махи ногами, упражнения для мышц живота, отжимание в упоре лежа – четырехкратное исполнение подряд. Дополнительные элементы: кувырки вперед и назад, падение в упор лежа, перевороты вперед, назад, в сторону.

Базовые элементы и усложнения движений, варианты ходьбы с движениями руками. Разучивание танцевальных соединений в среднем темпе на месте и с передвижениями в разных направлениях. Стретчинг – упражнения на гибкость (Stretching).

Полуприсяды, выпады, движения туловищем, варианты шагов на месте и с перемещениями в сочетании с движениями руками, растягивание мышц голени, передней и задней поверхности бедра, поясницы.

Танцевальные комбинации аэробных шагов и их вариантов, бег, прыжки в сочетании с движениями руками. Выполнение сочетаний - «блоков» упражнений на месте и с перемещениями в разных направлениях, увеличение нагрузки за счет координационной сложности, амплитуды и интенсивности движений.

Физическая подготовка - первый год обучения – 106 часов

Укрепление здоровья, совершенствование физического развития, телосложения, формирование жизненно важных физических и психических качеств, двигательных навыков, волевых способностей, владения средствами основной и прикладной гимнастики, легкой атлетики, спортивных игр, атлетизма, активной закалки специальными средствами профессионально-прикладной физической подготовки.

Овладение эффективными вспомогательными средствами и приемами повышения работоспособности и ускорения ее восстановления при умственной и физической работе.

Физическая подготовка - второй год обучения – 70 часов

Укрепление здоровья, совершенствование телосложения, главных жизненно и профессионально важных физических и психических качеств, двигательных и волевых навыков и умений избранными средствами основной и прикладной гимнастики, легкой атлетики, спортивных игр, профессионально-прикладной физической подготовки, закаливания и других систем физических упражнений.

Формирование индивидуальной системы вспомогательных средств и приемы повышения работоспособности и ускорения ее восстановления при различных видах труда.

Физическая подготовка - третий год обучения – 72 часа

Укрепление здоровья, совершенствование физического развития, осанки, главных жизненно важных двигательных качеств (выносливость, сила, скорость, гибкость, ловкость), навыков и умений средствами легкой атлетики, кроссовой подготовки, аэробики, атлетической гимнастики, спортивных игр, активное закаливание и другие виды двигательной активности.

4.5. Лабораторные работы не предусмотрены учебным планом.

4.6. Самостоятельная работа студентов не предусмотрена учебным планом.

4.7. Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

С целью формирования и развития профессиональных навыков, обучающихся используются методические разработки: рекомендации, указания, пособия, электронные учебники с целью получения знаний студентами.

Используемые методические разработки должны быть направлены на повышение качества подготовки путем развития у обучающихся

способностей к самообразованию и нацелены на активацию и реализацию личностного потенциала.

Образовательные технологии. В осеннее-весенний период обучения занятия проходят на открытых спортивных площадках за общ № 5, сквер «Дружбы народов». В зимний период обучения занятия проходят на следующих спортивных базах ЛНУ имени Тараса Шевченко: спортивный зал учебного корпуса № 1, фитнес-центр, спортивный корпус, спортивные комнаты общ № 4, общ № 5.

6. Формы контроля освоения учебной дисциплины

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме зачета: сдача контрольных нормативов (физическая подготовка), учет посещаемости учебных занятий, составление и выполнение комплекса упражнений оздоровительной направленности.

№	Семестр	Кол-во часов	Форма контроля
Очная форма			
1	I	2	зачет
2	IV	2	зачет
3	V	2	зачет
4	VI	2	зачет

Система оценивания учебных достижений студентов очной формы обучения

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
1 семестр	
Физическая подготовка (сдача контрольных нормативов)	40
Посещаемость учебных занятий	36
Составление и выполнение комплекса упражнений оздоровительной направленности (утренняя гигиеническая гимнастика, танцевальная аэробика, подвижные игры и эстафеты)	24
Итого за семестр:	100
4 семестр	
Физическая подготовка (сдача контрольных нормативов)	40
Посещаемость учебных занятий	36
Составление и выполнение комплекса упражнений оздоровительной направленности (утренняя гигиеническая гимнастика, танцевальная аэробика, степ-аэробика, подвижные игры и эстафеты)	24
Итого за семестр:	100
5 семестр	
Физическая подготовка (сдача контрольных нормативов)	40

Посещаемость учебных занятий	27
Составление и выполнение комплекса упражнений оздоровительной направленности (танцевальная аэробика, фитбол-аэробика, степ-аэробика, стрейтчинг, кроссфит, силовая тренировка)	33
Итого за семестр:	100
6 семестр	
Физическая подготовка (сдача контрольных нормативов)	40
Посещаемость учебных занятий	33
Составление и выполнение комплекса упражнений оздоровительной направленности (танцевальная аэробика, степ-аэробика, стрейтчинг, кроссфит, силовая тренировка)	27
Итого за семестр:	100

Посещаемость одного учебного занятия оценивается в 1 семестре в 1 балл; в 4 семестре – 2 балла; в 5 семестре – 1 балл; в 6 семестре – 3 балла.

СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОГО РАЗДЕЛА ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» ДЛЯ СТУДЕНТОВ, ОТНЕСЕННЫХ К СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ

Общая физическая подготовка (ОФП):

Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Упражнения для развития силы: упражнения с отягощением, соответствующим собственному весу, весу партнера и его противодействию, с сопротивлением упругих предметов (эспандеры и резиновые амортизаторы), с отягощением (гантели, набивные мячи). Упражнения для развития выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения. Упражнения для развития гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера). Упражнения для развития ловкости. Методы развития ловкости. Использование подвижных игр, гимнастических упражнений. Упражнения для развития быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы.

Методика оценки уровня функционального и физического состояния организма. Использование методов, стандартов, упражнений-тестов для оценки функционального состояния, физической подготовленности и физического развития организма с учетом данных врачебного контроля и самоконтроля.

Элементы различных видов спорта:

Легкая атлетика. Значение бега в укреплении здоровья и повышении степени физической подготовленности. Показания и противопоказания к

выполнению беговых упражнений. Ходьба и ее разновидности, сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, с изменением времени прохождения дистанции. Бег и его разновидности. Методические особенности обучения бегу.

Спортивные игры. Обучение элементам техники спортивных игр: баскетбола, волейбола, мини-футбола. Общие и специальные упражнения игрока. Основные приемы овладения и управления мячом, упражнения в парах, тройках.

Подвижные игры и эстафеты с предметами и без них, с простейшими способами передвижения, не требующие проявления максимальных усилий и сложно-координационных действий. Педагогическая характеристика подвижных игр: «Борьба за мяч», «Футбол руками», «Пятнашки», «Рыбаки и рыбки» и др. Эстафеты: с предметами и без них, с преодолением полосы препятствий, составленной из гимнастических снарядов.

Прикладные виды аэробики. Танцевальная аэробика с элементами шейпинга: общеразвивающие упражнения в сочетании с танцевальными движениями на основе базовых шагов под музыкальное сопровождение. Разучивание базовых движений из латинского, джазового танца, рок-н-рола, твиста, классической аэробики и др. Разучивание комплексов упражнений силовой направленности, локально воздействующих на различные группы мышц. Соблюдение режима питания при занятиях физическими упражнениями. Расчет индивидуального суточного рациона с учетом вида деятельности.

Фитбол-аэробика: Особенности содержания занятий по фитбол-аэробике. Упражнения локального и регионального характера, упражнения на равновесие, изометрические упражнения с максимальным мышечным напряжением из различных исходных положений.

Степ-аэробика: обучение различным вариантам шагов с подъемом на платформу (гимнастическую скамейку) и спуском с нее, танцевальным движениям, переходам меняя ритм и направление движений.

Стретчинг: основы методики развития гибкости. Разучивание и совершенствование упражнений из различных видов стретчинга: пассивного и активного статического; пассивного и активного динамического. Краткая психофизиологическая характеристика основных систем физических упражнений. Рекомендации к составлению комплексов упражнений по совершенствованию отдельных физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» ДЛЯ СТУДЕНТОВ, ОСВОБОЖДЕННЫХ ОТ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Студенты, освобожденные от практических занятий по физической культуре по состоянию здоровья на длительный срок или на весь период обучения по дисциплине, получают зачет из расширенного курса

теоретической подготовки и самостоятельных занятий, контролируемых преподавателем и работником реабилитационного центра.

Итогом теоретической подготовки является написание реферативной работы (научной статьи), защита которых происходит в период зачетной сессии. В реферативной работе студент должен показать умение выявлять и формулировать актуальные для теории и практики физического воспитания и спорта цели и задачи, анализировать учебную, научную и методическую литературу, материалы, отражающие практику физкультурно-спортивной деятельности, интерпретировать и оформлять результаты изучаемого материала, делать выводы и давать практические рекомендации по изучаемой теме.

Работа должна включать обоснование выбора темы и её актуальность, постановку задач, и обзор информационных источников, описание методов и результатов исследования, обсуждение полученных данных, библиографический указатель, приложения. Реферативная работа студента может также представлять собой теоретическое исследование и выполняться в форме обобщенного научного обзора с анализом новейших научных работ, связанных единой тематикой. Итогом такой работы должны быть обобщающие выводы, имеющие научное или практическое значение. Такая работа может быть рекомендована на студенческую научную конференцию.

Таким образом, реферативная работа призвана характеризовать теоретическую подготовку студента по предмету, показать его умение самостоятельно вести научный поиск и ведение научно-исследовательской работы.

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90–100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83–89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	

Хорошо	75–82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63–74	D – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50–62	E – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21–49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	Не зачтено
Неудовлетворительно	0–20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Андросова А.П. Курс Теория и методика физического воспитания в схемах [Текст] : учеб. пособие / Андросова А. П. ; Луган. нац. ун-т им. Тараса Шевченко. – Луганск : Альма матер, 2016. – 130 с.
2. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Л.И. Лубышева. – М. : Акад., 2010
3. Сальников В.В. Физическая культура [Текст] : пособие для подготовки к экзаменам / В.В. Сальников. – М. : Приор-издат, 2009. – 128 с.
4. Скуратович М.Н. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов педагогического вуза: учебное пособие / М.Н. Скуратович. – Омск: Изд-во ОмГПУ, 2011. – 100с.

б) дополнительная литература:

1. Булкина Н.П., Бабич В.И. Теоретическая подготовка студентов по дисциплине „Физическое воспитание”. Учебное пособие. Луганск, 2010. – 197 с.
2. Вышинская О.Н. Физическое воспитание." Волейбол" [Текст] : курс по выбору студента: учеб.-метод. пособие для иностр. студентов вузов / Вышинская О. Н. ; Н. В. Максимова, П. В. Ярошенко; М-во образования и науки Украины, Гос. учреждение "Луган. нац. ун-т им. Тараса Шевченко". – Луганск : Изд-во ЛНУ им. Тараса Шевченко, 2013. – 185 с.
3. Духовно-физическое воспитание личности в образовательном пространстве физической культуры [Текст] : монография / [О.Е. Афтимичук, Е.Е. Заколотная, В.Н. Мазин и др.; под общ. ред. Т.Т. Ротерс]; М-во образования и науки Украины и [др.]. – Луганск : Изд-во ЛНУ им. Тараса Шевченко, 2013. – 388 с.
4. Козырева О.В. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия [Текст] : учеб. словарь-справочник: учеб. пособие / Козырева О. В. ; А. А. Иванов. – М. : Сов. спорт, 2010. – 280 с.
5. Скуратович М.Н. Повышение физической работоспособности студентов средствами оздоровительной физической культуры: учебное пособие / М.Н. Скуратович, М.Л. Двойнин. – Омск: Изд-во ОмГПУ, 2010. – 68с.
6. Таранник Е.Н. Оздоровительный контекст занятий физической культурой: учебное пособие / Е.Н.Таранник, М.Л. Двойнин. – Омск: Изд-во ОмГПУ, 2010. – 72с.

в) Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru ООО «РУНЭБ» - крупнейший российский информационный портал. На платформе eLIBRARY.RU доступны электронные версии журналов. Доступ организован к 66 наименованиям журналов <http://elibrary.ru>

2. Российский журнал "Физическая культура"
<http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2005N6/Index.htm>

3. Журнал "Теория и практика физической культуры"
<http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index.htm>

4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры
<http://www.infosport.ru/press/fkvot/>

5. Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры <http://tpfk.infosport.ru>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

В качестве материально-технического обеспечения дисциплины используются следующие спортивные сооружения: спортивный зал учебного корпуса № 1, фитнес-центр ЛНУ имени Тараса Шевченко, спортивный корпус ЛНУ имени Тараса Шевченко, спортивные комнаты в общ. № 4, № 5, открытая площадка за общ. № 5 (осень, весна), сквер «Дружбы народов».

В процессе проведения учебных занятий используется следующий спортивный инвентарь и спортивное оборудование: мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные, медбольные, фитболы, скакалки, обручи, степ-платформы, ракетки настольного тенниса, ракетки для бадминтона, карематы, гимнастические маты, бодибары, гимнастические палки, гантели, штанги, шведская стенка, тренажерный комплекс.

Прочее: рабочие места преподавателей и студентов, должны соответствовать гигиеническим стандартам и требованиям, предъявляемых к спортивным сооружениям оснащенные, оборудованием и спортивным инвентарем, для эффективного проведения учебного и тренировочного процесса.

9. Лист дополнений и изменений

№ п/п	Дата внесения изменения / дополнения	Основание	Содержание изменения / дополнения	Лица, подтверждающие изменение / дополнение	
				Заведующий кафедрой (Фамилия, инициалы, подпись)	Директор / декан (Фамилия, инициалы, подпись)