Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет
имени И.Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра спортивных дисциплин и физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебно-методической работе
_____ И.О. Петрищев
«30» августа 2017 г.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Программа элективной дисциплины

для студентов с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями
для всех специальностей и направлений подготовки
(очная форма обучения)

Составитель: Ключникова С.Н.,
кандидат педагогических наук,
доцент кафедры спортивных
дисциплин и физического
воспитания

Рассмотрено и утверждено на заседании ученого совета факультета физической культуры и спорта, протокол от «28» июня 2017 г. № 7

Ульяновск, 2017

1. **Наименование дисциплины**

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к вариативной части Блока1 дисциплин. Дисциплина основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата для всех специальностей и направлений подготовки, очной формы обучения.

2. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**

Физическая культура и спорт является элективной дисциплиной федерального государственного образовательного стандарта. Программа для студентов с ограниченными возможностями здоровья (инвалидов) и особыми образовательными потребностями по дисциплине «Физическая культура и спорт» разработана на основе принципов адаптивной физической культуры. Это предполагает, что физическая культура и спорт во всех ее проявлениях должна стимулировать позитивные морфо-функциональные сдвиги в организме, формируя тем самым необходимые двигательные координации, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

Адаптивная физическая культура или адаптивная физическая активность (АФА) объединяет все виды двигательной активности и спорта, которые соответствуют интересам и способствуют расширению возможностей студентов с различными ограничениями функций, не только инвалидов, но и всех тех, кто нуждается в педагогической, терапевтической, технической и другой (адаптирующей) поддержке.

Цель адаптивной физической культуры как раздела дисциплины «Физическая культура и спорт» в вузе - максимально возможное развитие жизнеспособности студента, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья, за счет обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии его двигательных возможностей и духовных сил, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта. В программу входят практические разделы дисциплины, комплексы физических упражнений, виды двигательной активности, методические занятия, учитывающие особенности студентов с ограниченными возможностями здоровья.

Программа дисциплины «Физическая культура и спорт» для студентов с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями предполагает решение комплекса педагогических задач по реализации следующих направлений работы:

- проведение занятий по физической культуре и спорту для студентов с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов, с учетом индивидуальных особенностей студентов и образовательных потребностей в области физической культуры;
- разработку индивидуальных программ физической реабилитации в зависимости от нозологии и индивидуальных особенностей студента с ограниченными возможностями здоровья; разработку и реализацию физкультурных, образовательно-реабилитационных технологий, обеспечивающих выполнение индивидуальной программы реабилитации;
- обеспечение психолого-педагогической помощи студентам с отклонениями в состоянии здоровья, использование на занятиях методик психоэмоциональной разгрузки и саморегуляции, формирование позитивного психоэмоционального настроя;
- проведение спортивно-массовых мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья по различным видам адаптивного спорта, формирование навыков судейства;
- привлечение студентов к занятиям адаптивным спортом; подготовку студентов с ограниченными возможностями здоровья для участия в соревнованиях; систематизацию информации о существующих в городе спортивных командах для инвалидов и привлечение студентов- инвалидов к спортивной деятельности в этих командах (в соответствии с заболеванием) как в качестве участников, так и в качестве болельщиков. определенного объема знаний, умений и навыков по физической культуре.

В результате освоения программы бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт».

Этап формирования / Компетенции	теоретический	модельный	практический
	знает	умеет	владеет
(ОК-8) Готовность поддерживать	ОР-1 влияние	ОР-3 подбирать и выполнять	

уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.	оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику заболеваний и вредных привычек, ОР-2 правила и способы планирования индивидуальных занятий с учетом индивидуальных особенностей.	комплексы физических упражнений на различные группы мышц в зависимости от нозологии и индивидуальных особенностей; ОР-4 способами контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;	

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Элективная дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к вариативной части Блока 1. Дисциплина основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата для всех специальностей и направлений подготовки, очной формы обучения.

Изучается в 1-5 семестрах. Для освоения дисциплины студенты используют также знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения «Истории», «Педагогики», «Психологии» и многих других современных направлений в сфере физической культуры и спорта.

Дисциплина опирается на результаты обучения, сформированные в рамках школьного курса «Физическая культура» или соответствующих дисциплин среднего профессионального образования, а также ряда дисциплин учебного плана

4. Объем дисциплины и виды учебной работ

Общая трудоёмкость дисциплины – 328 часов. В зачетные единицы не переводится.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается в 1-5 семестрах. Учебная дисциплина заканчивается сдачей зачёта во 2, 4 и 5 семестрах.

Номер семестра	Учебные занятия						Форма промежуточной аттестация
	Всего		Лекции, час	Практические занятия, час	Лабораторные анятия, час	Самостоятельная работа (кол-во)	
	Трудоемк.						
	Зач. ед.	Часы					
1		68		68			
2		64		64			зачет
3		68		68			
4		60		60			зачет
5		68		68			зачет
Итого:		328		328			

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Указание разделов отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Практические занятия, их наименования и объём в часах

Наименование раздела и тем	Количество часов по формам организации обучения			
	Лекционные занятия	Практические занятия	Лабораторные занятия	Самостоятель-ная работа
1 семестр (68 часов)				
Раздел 1. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)		14		
Раздел 2. Профилактическая, оздоровительная гимнастика, ЛФК		20		
Раздел 3. Подвижные и настольные игры		14		
Раздел 4. Легкая атлетика - адаптивные формы и виды		20		
2 семестр(64ч)				
Раздел 1. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)		10		
Раздел 2. Профилактическая, оздоровительная гимнастика, ЛФК		10		
Раздел 3. Подвижные и настольные игры		14		
Раздел 4. Легкая атлетика - адаптивные формы и виды		10		
Раздел 5. Спортивные игры (адаптивные формы) и адаптивные игры		20		
3 семестр (68 часов)				
Раздел 1. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)		12		
Раздел 2. Профилактическая, оздоровительная гимнастика, ЛФК		12		
Раздел 3. Подвижные и настольные игры		12		
Раздел 4. Легкая атлетика - адаптивные формы и виды		12		
Раздел 5. Спортивные игры (адаптивные формы) и адаптивные игры		20		
4 семестр (60 часов)				
Раздел 1. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)		12		

Раздел 2. Профилактическая, оздоровительная гимнастика, ЛФК		18		
Раздел 3. Подвижные и настольные игры		10		
Раздел 4. Легкая атлетика - адаптивные формы и виды		10		
Раздел 5. Спортивные игры (адаптивные формы) и адаптивные игры		10		
5 семестр (68 часов)				
Раздел 1. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)		12		
Раздел 2. Профилактическая, оздоровительная гимнастика, ЛФК		14		
Раздел 3. Аэробика (адаптированная, в соответствии с нозологией, имеющимися функциональными и физическими ограничениями)		14		
Раздел 4. Легкая атлетика - адаптивные формы и виды		14		
Раздел 5. Спортивные игры (адаптивные формы) и адаптивные игры		14		
ИТОГО:		328		

5.2. Краткое описание содержания разделов дисциплины

1 семестр

Раздел 1. Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами и др.
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 быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы.
Упражнения для развития гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера). Использование гимнастических упражнений, элементов йоги, Пилатеса, стретчинга.
Упражнения для развития ловкости. Методы развития ловкости. Использование подвижных, спортивных игр, гимнастических упражнений, элементов аэробики.
Упражнения на координацию движений

Раздел 2. Средства и методы оздоровительной гимнастики. Методика составления комплексов упражнений с учетом будущей профессиональной деятельности студента и имеющихся физических и функциональных ограниченных возможностей. Инструкторская практика проведения комплексов упражнений на различные группы мышц.

Раздел 3. Подвижные игры и эстафеты с предметами и без них, с простейшими способами передвижения, не требующие проявления максимальных усилий и сложно-координационных действий.

Настольные и интеллектуальные игры: шахматы, шашки, шаффлборд, эластик и другие (правила игр, общие и специальные упражнения игрока).

Раздел 4. Легкая атлетика *(адаптивные виды и формы)*. Показания и противопоказания к выполнению легкоатлетических упражнений. Ходьба и ее разновидности, сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, с изменением времени прохождения дистанции. Бег и его разновидности. Бег трусцой. Методические особенности обучения спортивной ходьбе. Скандинавская ходьба.

2 семестр

Раздел 1. Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами и др.
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 быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы.
Упражнения для развития гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера). Использование гимнастических упражнений, элементов йоги, Пилатеса, стретчинга.
Упражнения для развития ловкости. Методы развития ловкости. Использование подвижных, спортивных игр, гимнастических упражнений, элементов аэробики.
Упражнения на координацию движений

Раздел 2. Обучение и совершенствование техники выполнения специальных упражнений для профилактики различных заболеваний:
– нарушений опорно – двигательного аппарата;
– желудочно-кишечного тракта и почек:
– нарушений зрения
– нарушений слуха
– сердечно-сосудистой системы и ЦНС;
– органов дыхания.
Обучение комплексам упражнений по профилактике различных заболеваний (комплексы лечебной физической культуры (ЛФК)). Формирование навыков правильного дыхания во время выполнения упражнений. Обучение дыхательным упражнениям (по методике йоги, бодифлекс, А. Стрельниковой, К. Бутейко и др.), направленные на активизацию дыхательной и сердечно-сосудистой системы. Закаливание и его значение для организма человека (занятия на улице). Гигиенические принципы и рекомендации к закаливанию. Методика закаливания солнцем, воздухом и водой.

Раздел 3. Подвижные игры и эстафеты. Педагогическая характеристика подвижных игр и их адаптивных форм. Доступные виды эстафет: с предметами и без них.
Настольные и интеллектуальные игры: шахматы, шашки, шаффлборд, эластик и другие (правила игр, общие и специальные упражнения игрока).

Раздел 4. Легкая атлетика *(адаптивные виды и формы)*. Показания и противопоказания к выполнению легкоатлетических упражнений. Ходьба и ее разновидности, сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, с изменением времени прохождения дистанции. Бег и его разновидности. Бег трусцой. Методические особенности обучения спортивной ходьбе. Скандинавская ходьба.

Раздел 5. Спортивные игры. Обучение элементам техники спортивных игр (адаптивные формы): баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис и другие. Общие и специальные упражнения игрока. Основные приемы овладения техникой, индивидуальные упражнения и в парах. Адаптивные игры: бочче, ноус, дартс и другие. Правила соревнований, основы судейства.

3 семестр

Раздел 1. Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами и др.
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 быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы.
Упражнения для развития гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера). Использование гимнастических упражнений, элементов йоги, Пилатеса, стретчинга.
Упражнения для развития ловкости. Методы развития ловкости. Использование подвижных, спортивных игр, гимнастических упражнений, элементов аэробики.
Упражнения на координацию движений

Раздел 2. Обучение и совершенствование техники выполнения специальных упражнений для профилактики различных заболеваний:
– нарушений опорно – двигательного аппарата;
– желудочно-кишечного тракта и почек:
– нарушений зрения
– нарушений слуха
– сердечно-сосудистой системы и ЦНС;
– органов дыхания.
Обучение комплексам упражнений по профилактике различных заболеваний (комплексы лечебной физической культуры (ЛФК)). Формирование навыков правильного дыхания во время выполнения упражнений. Обучение дыхательным упражнениям (по методике А. Стрельниковой, К. Бутейко и др.), направленные на активизацию дыхательной и сердечно-сосудистой системы. Закаливание и его значение для организма человека (занятия на улице). Гигиенические принципы и рекомендации к закаливанию. Методика закаливания солнцем, воздухом и водой.

Раздел 3. Подвижные игры и эстафеты. Педагогическая характеристика подвижных игр и их адаптивных форм. Доступные виды эстафет: с предметами и без них.
Настольные и интеллектуальные игры: шахматы, шашки, шаффлборд, эластик и другие (правила игр, общие и специальные упражнения игрока).

Раздел 4. Легкая атлетика *(адаптивные виды и формы).* Показания и противопоказания к выполнению легкоатлетических упражнений. Ходьба и ее разновидности, сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, с изменением времени прохождения дистанции. Бег и его разновидности. Бег трусцой. Методические особенности обучения спортивной ходьбе. Скандинавская ходьба.

Раздел 5. Спортивные игры. Обучение элементам техники спортивных игр (адаптивные формы): баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис и другие. Общие и специальные упражнения игрока. Основные приемы овладения техникой, индивидуальные упражнения и в парах. Адаптивные игры: бочче, ноус, дартс и другие. Правила соревнований, основы судейства.

4 ***семестр***

Раздел 1. Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами и др.
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 быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы.
Упражнения для развития гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера). Использование гимнастических упражнений, элементов йоги, Пилатеса, стретчинга.
Упражнения для развития ловкости. Методы развития ловкости. Использование подвижных, спортивных игр, гимнастических упражнений, элементов аэробики.
Упражнения на координацию движений

Раздел 2. *Лечебная гимнастика* (ЛФК), направленная на восстановление и развитие функций организма, полностью или частично утраченных студентом после болезни, травмы и др.
Лечебная гимнастика (ЛФК), направленная на развитие компенсаторных функций, в том числе и двигательных, при наличии врожденных патологий; предупреждение прогрессирования заболевания или физического состояния студента.
Использование элементов оздоровительных систем на занятиях: *йога, Пилатес, бодифлекс, стретчинг, адаптивная гимнастика по Бубновскому и др.*
Обучение методам (общее расслабление под музыку, аутотренинг) *снятия психоэмоционального напряжения*. Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик. Овладение методикой составления индивидуальных оздоровительных программ, с учетом отклонений в состоянии здоровья. Овладение инструкторской практикой проведения комплексов профилактической гимнастики.

Раздел 3. Подвижные игры и эстафеты. Педагогическая характеристика подвижных игр и их адаптивных форм. Доступные виды эстафет: с предметами и без них.
Настольные и интеллектуальные игры : шахматы, шашки, шаффлборд, эластик и другие (правила игр, общие и специальные упражнения игрока).

Раздел 4. Легкая атлетика *(адаптивные виды и формы)*. Показания и противопоказания к выполнению легкоатлетических упражнений. Ходьба и ее разновидности, сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, с изменением времени прохождения дистанции. Бег и его разновидности. Бег трусцой. Методические особенности обучения спортивной ходьбе. Скандинавская ходьба.

Раздел 5. Спортивные игры. Обучение элементам техники спортивных игр (адаптивные формы): баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис и другие. Общие и специальные упражнения игрока. Основные приемы овладения техникой, индивидуальные упражнения и в парах. Адаптивные игры: бочче, ноус, дартс и другие. Правила соревнований, основы судейства.

5 семестр

Раздел 1. Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами и др.
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 быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы.
Упражнения для развития гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера). Использование гимнастических упражнений, элементов йоги, Пилатеса, стретчинга.
Упражнения для развития ловкости. Методы развития ловкости. Использование подвижных, спортивных игр, гимнастических упражнений, элементов аэробики.
Упражнения на координацию движений

Раздел 2. *Лечебная гимнастика* (ЛФК), направленная на восстановление и развитие функций организма, полностью или частично утраченных студентом после болезни, травмы и др.
Лечебная гимнастика (ЛФК), направленная на развитие компенсаторных функций, в том числе и двигательных, при наличии врожденных патологий; предупреждение прогрессирования заболевания или физического состояния студента.
Использование элементов оздоровительных систем на занятиях: *йога, Пилатес, бодифлекс, стретчинг, адаптивная гимнастика по Бубновскому и др.*
Обучение методам (общее расслабление под музыку, аутотренинг) *снятия психоэмоционального напряжения*. Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик. Овладение методикой составления индивидуальных оздоровительных программ, с учетом отклонений в состоянии здоровья. Овладение инструкторской практикой проведения комплексов профилактической гимнастики.

Раздел 3. Аэробика (адаптированная, в соответствии с нозологией, имеющимися функциональными и физическими ограничениями): выполнение общеразвивающих упражнений в сочетании с танцевальными движениями на основе базовых шагов под музыкальное сопровождение, разучивание базовых шагов аэробики отдельно и в связках; техники выполнения физических упражнений, составляющих основу различных направлений и программ аэробики. Разучивание комплексов упражнений силовой направленности, локально воздействующих на различные группы мышц.
Фитбол-гимнастика (аэробика): Особенности содержания занятий по фитбол-гимнастике. Упражнения локального и регионального характера, упражнения на равновесие, изометрические упражнения с мышечным напряжением из различных исходных положений.
Краткая психофизиологическая характеристика основных систем физических упражнений. Рекомендации к составлению комплексов упражнений по совершенствованию отдельных физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

Раздел 4. Легкая атлетика *(адаптивные виды и формы).* Показания и противопоказания к выполнению легкоатлетических упражнений. Ходьба и ее разновидности, сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, с изменением времени прохождения дистанции. Бег и его разновидности. Бег трусцой. Методические особенности обучения спортивной ходьбе. Скандинавская ходьба.

Раздел 5. Спортивные игры. Обучение элементам техники спортивных игр (адаптивные формы): баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис и другие. Общие и специальные упражнения игрока. Основные приемы овладения техникой, индивидуальные упражнения и в парах. Адаптивные игры: бочче, ноус, дартс и другие. Правила соревнований, основы судейства.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в формах:
- подготовки к устным докладам;
- подготовка к защите реферата;

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

Примерная тематика докладов

1. Возникновение и первоначальное развитие физической культуры и спорта.2. Физическая культура и спорт в государствах древнего мира.
2. Физическая культура и спорт в средние века и новое время.
3. История олимпийского и паралимпийского движения.
4. Известные спортсмены- паралимпийцы России.
5. Физическая активность и ее особенности на различных этапах онтогенеза.
6. Характеристика средств и методов, применяемых в адаптивной физической культуре.
7. Реабилитация в физкультурно-спортивной и профессиональной деятельности.
8. Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.
9. Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применение других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).
10. Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств адаптивной физической культуры (с указанием примерной дозировки).
11. Составление индивидуальной программы самостоятельных занятий.
12. Составление и проведение комплексов утренней гигиенической гимнастики.
13. Проведение отдельной части профилированного учебно-тренировочного занятия с группой студентов.
14. Подготовка материалов для проведения соревнований по избранному виду спорта.
15. Разработка тестовых заданий для тестирования теоретических и методических знаний по избранному виду спорта или системе физических упражнений.
16. Подготовка мультимедийных презентаций по избранному виду спорта или системе физических упражнений.
17. Разработка рисунков и схем по избранному виду спорта или системе физических упражнений.
18. Подготовка видеоматериалов по избранному виду спорта или системе физических упражнений.
19. Изготовление плакатов по избранному виду спорта или системе физических упражнений.
20. Участие в учебно-исследовательской работе студентов.

Примерная тематика рефератов

1. Системы закаливания, оздоровления и двигательного режима.
2. Питание спортсменов.
3. Самоконтроль и врачебно-педагогический контроль на занятиях физической культуры.
4. Оздоровительные методики в адаптивном физическом воспитании.
5. Гигиена студентов на занятиях адаптивной физической культурой.
6. Укрепление здоровья студентов в процессе физического воспитания.
7. Физкультурно-гигиеническое образование школьников.
8. Здоровье и образ жизни молодежи.
9. Физическое упражнение и рост.
10. Дыхание в физической культуре.
11. Безопасность на уроках физической культуры.
12. Физические упражнения в поддержании работоспособности.
13. Двигательный режим студентов.

14. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня студентов.
15. Методика оздоровительного бега.
16. Физическое воспитание студентов с отклонениями в здоровье.
17. Опасности и безопасности спортивных действий.
18. Средства физического воспитания.
19. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.
20. Физическая культура в жизни человека.
21. Оздоровительная ходьба.
22. Движение – основа здоровья и активного долголетия.
23. Закаливание холодом.
24. Системы Точечный массаж.
25. Влияние бани на организм человека.
26. Лечение травами при заболеваниях дыхательной и сердечно-сосудистой системы.
27. Развитие скорости и быстроты (адаптивные методы и формы).
28. Развитие гибкости (адаптивные методы и формы).

Перечень учебно-методических изданий кафедры по вопросам организации самостоятельной работы обучающихся

1. Ключникова С.Н., Зверев А.П., Гущина Н.В. Научно-методические основы обучения технико-тактическим нападающим действиям в волейболе. Учебно-методическое пособие. Ульяновск: УлГПУ, 2013. 29с. 50 экз.;

2. Чунаев А.А., Ушников А.И., Малофеев А.Ю., Кондратьев В.В. Начальное обучение плаванию. Учебно-методическое пособие. Ульяновск: УлГПУ, 2015. 41с. 100 экз

3. ВалкинаН.В., Григорьева Н.С., Башкайкина С.Н. Теория и методика проведения тестов для определения уровня физической подготовленности студентов, занимающихся физической культурой и спортом. Ульяновск УлГПУ, 2015. 59с. 50 экз.

4. Теоретические и методологические основы коррекции латеральных двигательных предпочтений средствами оздоровительной аэробики: монография /Кочурова Л.А., Назаренко Л.Д., Перфильева Н.П.Ульновск: УлГПУ им. И.Н. Ульянова, 2016. 136с., ил.50 экз.

5. Оздоровительное плавание в вузе: учебно-методическое пособие/ Ушников А.И., Ключникова С.Н., Кондратьев В.В. Ульновск: УлГПУ им. И.Н. Ульянова, 2016.162с.50 экз.;

6. Оздоровительные технологии проведения занятий в специальном медицинском отделении: учебно-методическое пособие/ Ушников А.И., Лошаков А.В., Переверзева И.В., Кирьянова Л.А. Ульновск: УлГПУ им. И.Н. Ульянова, 2017. 98с.50 экз

7. Совершенствование учебного и тренировочного процесса в системе образования: сборник научных трудов/ Ушников А.И., Абдрахманов Р.В. Ульяновск, 2014

8. Уроки лыжной подготовки в специальной медицинской группе: методическое пособие/ Лазарева Э.А, Рытов А.Я., Васильева Н.Ю. Ульяновск: УлГПУ им. И.Н.Ульянова, 2017

9. Строевые и общеразвивающие упражнения для студентов специальной медицинской группы: методическое пособие/ Лазарева Э.А. Ульяновск: УлГПУ им.И.Н.Ульянова, 2016, 34с

10. Подвижные игры: методическое пособие/ Лазарева Э.А. Степанова О.А., Орлова Л.Н., Ульяновск, УлГПУ, 2014

7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Организация и проведение аттестации бакалавра

ФГОС ВО в соответствии с принципами Болонского процесса ориентированы преимущественно не на сообщение обучающемуся комплекса теоретических знаний, но на выработку у бакалавра компетенций – динамического набора знаний, умений, навыков и личностных качеств,

которые позволят выпускнику стать конкурентоспособным на рынке труда и успешно профессионально реализовываться.

В процессе оценки бакалавров необходимо используются как традиционные, так и инновационные типы, виды и формы контроля. При этом постепенно традиционные средства совершенствуются в русле компетентностного подхода, а инновационные средства адаптированы для повсеместного применения в российской вузовской практике.

Цель проведения аттестации – проверка освоения образовательной программы дисциплины через сформированность образовательных результатов.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра и завершает изучение дисциплины; помогает оценить крупные совокупности знаний и умений, формирование определенных компетенций.

Система оценки результативности занятий и требований к освоению студентами с ограниченными возможностями здоровья дисциплины «Физическая культура и спорт» имеют свою специфику. Их содержание разработано с учетом возможностей студентов и целей занятий адаптивной физической культурой.

7.1. Перечень компетенций, с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Компетенции	**Этапы формирования компетенций**	**Показатели формирования компетенции - образовательные результаты (ОР)**		
		Знать	**Уметь**	**Владеть**
(ОК-8) Готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.	**Теоретический (знать)**	ОР-1 - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек, ОР-2 правила и способы планирования индивидуальных занятий с учетом индивидуальных особенностей.		
	Модельный (уметь)		ОР-3 подбирать и выполнять комплексы физических упражнений на различные группы	

			мышц; ОР-4 подбирать и выполнять комплексы физических упражнений на различные группы мышц в зависимости от нозологии и индивидуальных особенностей;	

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания:

№ п /п	РАЗДЕЛЫ (ТЕМЫ) ДИСЦИПЛИНЫ	СРЕДСТВА ОЦЕНИВАНИЯ, используемые для текущего оценивания показателя формирования компетенции	Показатели формирования компетенции (ОР)			
			1	2	3	4
			ОК-8			
1	**Общая физическая подготовка** (адаптивные формы и виды)	**ОС-1**	+	+	+	+
2	**Профилактическая, оздоровительная гимнастика, ЛФК**	**ОС-2**	+	+	+	+
3	**Подвижные и настольные игры. Аэробика (адаптированная, в соответствии с нозологией, имеющимися функциональными и физическими ограничениями)**	**ОС-3**	+	+	+	+
4	**Легкая атлетика - адаптивные формы и виды**	**ОС-3**	+	+	+	+
5	**Спортивные игры (адаптивные формы) и адаптивные игры**	**ОС-3**	+	+	+	+
	Промежуточная аттестация	**Зачет**				

Оценочными средствами текущего оценивания являются: посещение занятий, устные доклады, защита реферата, контрольные испытания (тестирование физических качеств). Контроль усвоения материала ведется регулярно в течение всего семестра на практических занятиях.

Критерии и шкалы оценивания

ОС-1 Устный доклад, выступление

При проведении зачета учитывается уровень знаний обучающегося при ответах на вопросы (теоретический этап формирования компетенций), умение обучающегося отвечать на дополнительные вопросы по применению теоретических знаний на практике и по выполнению обучающемся заданий текущего контроля (модельный этап формирования компетенций).

Критерии и шкала оценивания

Критерий	Этапы формирования компетенций	Количество баллов
Обучающийся перечисляет основные правила техники безопасности на занятиях физической культурой. Методики эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками.	Теоретический (знать)	0-15
Обучающийся знает простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции.	Теоретический (знать)	16-25
Обучающийся знает методику составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятия с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью	Модельный (уметь)	26-40
Всего:		40

ОС-2 Защита реферата

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности.	Теоретический (знать)	0-15
Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития	Модельный (уметь)	16-25
Методы самооценки специальной физической и спортивной подготовленности по избранному виду спорта (тесты, контрольные задания).	Модельный (уметь)	26-40
Всего:		40

ОС-3 Контрольные испытания (тестирование физических качеств)

Юноши

№ п/п	Контрольный тест	Баллы	1 курс	2 курс	3 курс
1.	Бег на 100 м (с)	6	16.0	15.5	15.1
2.	Бег на 3 км	6	15.00	14.20	14.00

	(мин, с)				
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	6	5	6	9
4.	Рывок гири 16 кг (количество раз)	6	15	17	20
5.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	6	4	5	6
6.	Гимнастический комплекс упражнений;	10	утренней гимнастики	производственной гимнастики	релаксационной гимнастки
	Всего баллов	40			

Девушки

№ п/п	Контрольный тест	Баллы	1 курс	2 курс	3 курс
1.	Бег на 100 м (с)	6	18.20	18.00	17.50
2.	Бег на 2 км (мин, с)	6	12.20	11.55	11.35
3.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	6	6	8	10
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	6	7	9	10
5.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	6	5	6	8
6.	Гимнастический комплекс упражнений;	10	релаксационной гимнастки	производственной гимнастики	релаксационной гимнастки
	Всего баллов	40			

Примечание: *При выполнении контрольных испытаний ниже нормативных требований студент получает 2 балла. Практические тесты-задания (доступные формы и виды) выполняют только студенты, не имеющие противопоказаний к выполнению движений и упражнений данного вида. По решению преподавателя содержание контрольных тестов может быть изменено (дополнено), в зависимости от контингента студентов, имеющих ограниченные возможности здоровья.*

7.3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенции.

Краткая характеристика процедуры реализации текущего и промежуточного контроля для оценки компетенций обучающихся представлена в таблице.

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика процедуры оценивания компетенций	Представление оценочного средства в фонде

1.	Доклад, устное сообщение	Доклад - продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-исследовательской или научной темы. Тематика докладов выдается на первых практических занятиях, выбор темы осуществляется студентом самостоятельно. Подготовка осуществляется во внеаудиторное время. На подготовку дается одна-две недели. За неделю до выступления студент должен согласовать с преподавателем план выступления. Регламент – 3-5 мин. на выступление. В оценивании результатов наравне с преподавателем принимают участие студенты группы.	Темы докладов
2.	Защита реферата	Реферат соответствует теме, выдержана структура реферата, изучено 85-100 % источников, выводы четко сформулированы	Темы рефератов
3.	Контрольные испытания (тестирование физических качеств)	Компонент «уметь» - практическое выполнением двигательных действий (тестов).	Тесты
	Зачет	Проводится в заданный срок, согласно графику учебного процесса. При выставлении оценки «зачтено»/«незачтено» учитывается уровень приобретенных компетенций студента.	Критерии оценивания по дисциплине

В конце изучения дисциплины подводятся итоги работы студентов на практических занятиях путем суммирования заработанных баллов в течение семестра, года.

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»
(Элективная дисциплина)

№	Вид деятельности	Максимальное количество баллов за уч.год	Максимальное количество баллов в 5 семестре
1.	Посещение практических занятий	40	40
2.	Контрольные испытания (тесты)	40	40
3.	Участие в спортивно-массовых мероприятиях	20	20
Всего:		**100**	**100**

Формирование бально-рейтинговой оценки посещения студентом практических занятий

№	Баллы	%посещения занятий
1	**40**	100
2	**30**	75
3	**20**	50
4	**10**	25

Примечание: не считаются пропущенными занятия, если они были по уважительной причине (участие в мероприятиях университета, болезнь и т.д.)

Формирование балльно-рейтинговой оценки за участие студента в **спортивно-массовых мероприятиях**

№	Критерии оценки	Количество баллов
1.	Участие в организации и проведении спортивно-массовой работы университета (клуб выходного дня, спортивное волонтерство)	**4**
2.	Участие во внутривузовских соревнованиях	**6**
3.	Выступление в составе сборных команд университета	**10**

Критерии оценивания работы студента по дисциплине «Физическая культура и спорт»

По итогам изучения дисциплины, которая осваивается в количестве 328 часов (в зачетные единицы не переводятся). Зачет выставляется во 2, 4 и 5 семестрах согласно принятому положению о реализации дисциплин по физической культуре и спорту. Студент может набрать 100 баллов, которое соответствует оценке по принятой шкале, характеризующей качество освоения студентом знаний, умений и навыков по дисциплине согласно следующей таблице:

Оценка	**Баллы**
зачтено	60 и более
незачтено	0-59

1. Основная литература

Основная литература

1. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебное пособие / под ред. С.П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2014. - 297 с.
2. Попов С.Н. Лечебная физическая культура: учебник для студентов учреждений высш. проф. образования / Попов С. Н., Валеев Н. М., Гарасева Т. С., Гершенбург М. И., Губарева Т. И. - 10-е изд., стер. - Москва: Академия, 2014. - 412 с.
3. Тимошина И.Н. Организация процесса физического воспитания учащихся специальных медицинских групп: учеб.-метод. пособие / Ульян. гос. пед. ун-т им. И.Н. Ульянова, Фак. физ. культуры и спорта. И.Н. Тимошина. - Ульяновск : УлГПУ, 2011. - 101 с.
4. Евсеева С.П. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / под общ. ред. С.П. Евсеева ; авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев. - М.: Спорт, 2016. - 385 с. (Электронный ресурс. http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367).
5. Минникаева Н.В. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебное пособие / Н.В. Минникаева; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014. - 142 с. (Электронный ресурс. http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495)

Дополнительная литература

1. Тимошина И.Н. Теоретико-организационные основы процесса адаптивной физической культуры: учебно-методическое пособие для студентов и магистрантов / ФГБОУ ВПО "УлГПУ им. И. Н. Ульянова", Фак. физ. культуры и спорта. И.Н. Тимошина. - Ульяновск : ФГБОУ ВПО "УлГПУ им. И. Н. Ульянова", 2015. - 64 с.
2. Ушников А.И. Лечебная физическая культура при заболевании дыхательной системы: метод. рекомендации для студентов и преподавателей каф. физ. воспитания / Ушников А.И., Башкайкина

С.Н., Лапушкина Т.Г., Карташова Д.А. - Ульяновск: ФГБОУ ВПО "УлГПУ им. И. Н. Ульянова", 2013. - 52 с.
3. Тимошина И.Н. Аспекты профессиональной подготовки студентов факультета физической культуры: монография / Ульян. гос. пед. ун-т им. И.Н. Ульянова, Фак. физ. культуры и спорта. И.Н. Тимошина. - Ульяновск : УлГПУ, 2012. - 149 с.
4. Тимошина И.Н. Особенности проведения соревнований по спортивно-оздоровительной аэробике в общеобразовательных учреждениях: учеб.-метод. пособие / Ульян. гос. пед. ун-т им. И.Н. Ульянова, Фак. физ. культуры и спорта. И.Н. тимошина. - Ульяновск : УлГПУ, 2011. - 22 с. - Список лит.: с. 22.
5. Тимошина И.Н. Содержание физического воспитания учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья: науч.-метод. пособие / Ульян. гос. пед. ун-т им. И.Н. Ульянова, Фак. физ. культуры и спорта. И.Н. Тимошина. - Ульяновск : УлГПУ, 2012. - 51 с.
6. Витун В.Г. Повышение адаптационных возможностей студентов средствами физической культуры: учебное пособие / В.Г. Витун, Е.В. Витун; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет». - Оренбург: ОГУ, 2015. - 103 с. (Электронный ресурс. http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=439101).
7. Сапего А.В. Частные методики адаптивной физической культуры: учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014. - 228 с. (Электронный ресурс. http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278924)

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

Интернет-ресурсы

№ п/п	Наименование дисциплины	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	Физическая культура и спорт	http://window.edu.ru/admin/login	Краткая история физической культуры и спорта	Свободный доступ
2.	Физическая культура и спорт	http://www.infosport.ru	Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»	Свободный доступ
3.	Физическая культура и спорт	http://www.libsport.ru/	Российская спортивная энциклопедия	Свободный доступ
4.	Физическая культура и спорт	http://www.teoriya.ru/journals/	Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры»	Свободный доступ
5.	Физическая культура и спорт	http://www.olympic.org/	Международный олимпийский комитет	Свободный доступ
6.	Физическая культура и спорт	http://www.olympic.ru	Российский олимпийский комитет	Свободный доступ
7.	Физическая культура и спорт	http://olympic.org/uk/organisation/if/index_uk.asp	Международные спортивные федерации	Свободный доступ

8.	Физическая культура и спорт	https://russian.rt.com/tag/mezhdunarodnyi-paralimpiiskii-komitet	Международный паралимпийский комитет	Свободный доступ
9.	Физическая культура и спорт	https://paralymp.ru/	Российский паралимпийский комитет	Свободный доступ
10.	Физическая культура и спорт	https://sport.ulgov.ru/	Министерство физической культуры и спорта Ульяновской области	Свободный доступ

Электронные библиотечные системы (ЭБС), с которыми сотрудничает «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»

№	Название ЭБС	№, дата договора	Срок использования	Количество пользователей
1	«ЭБС ZNANIUM.COM»	Договор № 2304 от 19.05.2017	с 31.05.2017 по 31.05.2018	6 000
2	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Договор № 1010 от 26.07.2016	с 22.08.2016 по 21.11.2017	6 000

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

В соответствии с учебным планом соответствующей дисциплины «Физическая культура и спорт» изучается студентами в 5-ти семестрах.

Успешное изучение курса требует от студентов посещения практических занятий активной работы на них, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с основными учебниками, основной и дополнительной литературой.

Практические занятия – важнейшая форма самостоятельной работы студентов над учебной и периодической литературой. Именно на практическом занятии каждый студент имеет возможность проверить свои физические кондиции, уровень физических качеств и теоретических знаний. Участие в соревновательной деятельности позволяет студенту соединить полученные теоретические знания с решением конкретных практических задач в области физической культуры.

Практические занятия в равной мере направлены на совершенствование индивидуальных физических качеств и решения теоретических заданий, выработку навыков индивидуальной работы для самосовершенствования, а также ведения здорового образа жизни. Конкретные задачи разных видов работы в группе, а также способы их оценки, определяются преподавателем, ведущим занятия.

Основным методом обучения является самостоятельная работа студентов с учебно-методическими материалами, научной литературой.

Основной формой итогового контроля и оценки знаний студентов по дисциплине «Физическая культура и спорт» является зачет во втором, четвертом и пятом семестрах.

Подготовка к **устному докладу**.

Доклады делаются по каждой теме с целью проверки теоретических знаний обучающегося, его способности самостоятельно приобретать новые знания, работать с информационными ресурсами и извлекать нужную информацию.

Доклады заслушиваются в начале практических занятий. Продолжительность доклада не должна превышать 5 минут. Тему доклада студент выбирает по желанию из предложенного списка.

При подготовке доклада студент должен изучить теоретический материал, используя основную и дополнительную литературу, обязательно составить план доклада (перечень рассматриваемых им

вопросов, отражающих структуру и последовательность материала), подготовить раздаточный материал или презентацию. План доклада необходимо предварительно согласовать с преподавателем.

Выступление должно строиться свободно, убедительно и аргументировано. Преподаватель следит, чтобы выступление не сводилось к простому воспроизведению текста, не допускается простое чтение составленного конспекта доклада. Выступающий также должен быть готовым к вопросам аудитории и дискуссии.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Образовательный процесс обеспечивается достаточной информационно-библиографической базой, современными техническими средствами, информационными и коммуникационными технологиями.

В процессе проведения учебных занятий могут быть использованы мультимедийные технологии, аудиоаппаратура, видеоаппаратура.

Для подготовки к учебным занятиям используются университетский библиотечный фонд, кафедральная библиотека, современные информационные и коммуникационные технологии (Интернет).

Лицензионные программы

- Архиватор 7-Zip,
- Антивирус ESET Endpoint Antivirus for Windows,
- Операционная система Windows Pro 7 RUS Upgrd OLP NL Acdmc,
- Офисный пакет программ Microsoft Office Professional 2013 OLP NL Academic,
- Программа для просмотра файлов формата DjVuWinDjView,
- Программа для просмотра файлов формата PDF AdobeReader XI,
- Браузер Google Chrome.

12.Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1	**Легкоатлетический манеж**	Посадочных мест – 70 Стол ученический двухместный –15 штук Стул ученический – 20 штук Шкаф двухстворчатый закрытый – 3 штуки Стеллаж открытый – 1 штука Шкаф книжный закрытый – 1 штука Баннер – 2 штуки Доска однотворчатая – 1 штука
		Шведская стенка -31 штука 2880х825, материал бук, сосна
		Кольцо баскетбольное с амортизатором – 4 штуки
		Скамья в спортивный зал – 10 штук

		Скамья для жима лежа – 1 штука
		Табло универсальное – 1 штука
		Щит баскетбольный игровой, оргстекло – 4 штуки
		Сетка заградительная – 2 штуки
		Вышка судейская волейбольная – 1 штука
		Ворота для мини-футбола – 1 штука
		Стол для настольного тенниса – 4 штуки
		Стол теннисный – 1 штука
		Тренажер для жима ногами + гакк машина GLPH 1100 – 1 штука
		Тренажер беговая дорожка – 2 штуки
		Комплект дисков для штанги – 1 штука
		Гриф для штанги – 1 штука
		Большие маты поролоновые в чехлах ПВХ 2,0х1, 0х5мм – 4 штуки
		Телевизор LED Filips-40 PTF 4100/60 (черный) – 1 штука
		Музыкальный центр
		Скамья многофункциональная – 1 штука
		Велотренажер
		Колодки стартовые – 4 штуки
		Мяч волейбольный – 5 штук
		Обручи – 20 штук
		Конусы сигнальные – 10 штук
		Скакалки – 20 штук
		Маты гимнастические – 15 штук
		Мяч для мини-футбола – 15 штук
		Мяч для баскетбола – 10 штук
		Ракетка для большого тенниса – 3 штуки
		Ракетка для бадминтона – 8 штук
		Ракетка для настольного тенниса – 10 штук
		Сетка для настольного тенниса – 5 штук
		Сетка для бадминтона – 1 штука

Лист согласования рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа элективная дисциплины «Физическая культура и спорт для лиц с ограниченными возможностями».

Составитель: С.Н. Ключникова – Ульяновск: УлГПУ, 2017. - 22 с.

Программа составлена с учетом федерального государственного образовательного стандарта высшего образования для всех специальностей и направлений подготовки очной формы обучения, утверждённых Министерством образования и науки Российской Федерации, и в соответствии с учебным планом.

Составители _____ С.Н. Ключникова
личная подпись *расшифровка подписи*

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена на заседании кафедры спортивных дисциплин и физического воспитания
"28" августа 2017 г., протокол № 1
Заведующий кафедрой
_____/С.Н. Ключникова/ 28.08. 2017 г.
личная подпись *расшифровка подписи* *дата*

Рабочая программа учебной дисциплины (практики) согласована с библиотекой
Сотрудник библиотеки
_____/ Марсакова Ю.Б. /_____
личная подпись *расшифровка подписи* *дата*

Программа утверждена на заседании ученого совета физической культуры и спорта "28" августа 2017 г., протокол № 11
Председатель ученого совета факультета физической культуры и спорта
_____/ Илькин А.Н. /_____
личная подпись *расшифровка подписи* *дата*

Программа согласована с учебным управлением
"___" _____ 20__г., протокол № ____
Начальник учебного управления.
_____/ Кокин В.А. /_____
личная подпись *расшифровка подписи* *дата*

Программа зарегистрирована в университетском редакционно-издательском отделе
Начальник РИО
_____/ Шмакова А.П. /_____
личная подпись *расшифровка подписи* *дата*