|  |  |
| --- | --- |
| **Название предмета** | **Физическая культура и Спорт** |
|  |  |
| **ФИО преподавателя** | **Иерей Константин Васильевич Волков** |
|  |  |
| **Электронная почта преподавателя** | **kazanskyi2017@inbox.ru** |
|  |  |

ТЕКУЩИЕ ЛЕКЦИИ

**Тема лекции**

**Тема 1. Духовное осознание Физической культуры и Спорта.**

Основные источники по теме. Понятие Спорта и Физической культуры. Духовное осознание Спорта, как социального явления. Духовное осознание физических упражнений. Спорт и Физическая культура, вред или польза.

**Тема 2. ПСФР (повышение собственной физической работоспособности), практическое занятие.**

Разработка профилактического комплекса физических упражнений, направленного на предупреждение хронических заболеваний, связанных с деятельностью священнослужителя.

**Литература для подготовки**

1. «История физической культуры» // В.К. Пельменев, Е.В. Конеева. Изд:. ЛГУ. М., 2000.
2. «Нужен ли христианам спорт» // Овчинников А.А. Изд:. Данилов благовестник. М., 2002.

**Задание по текущей аттестации**

*Подготовить эссе на тему: «Полезен ли спорт христианину?».*

НА ПРЕДСТОЯЩИЙ СЕМЕСТР

**Тематический план семестра**

**Тема 1. Духовное осознание Физической культуры и Спорта.**

Основные источники по теме. Понятие Спорта и Физической культуры. Духовное осознание Спорта, как социального явления. Духовное осознание физических упражнений. Спорт и Физическая культура, вред или польза.

**Тема 2. ПСФР (повышение собственной физической работоспособности), практическое занятие.**

Разработка профилактического комплекса физических упражнений, направленного на предупреждение хронических заболеваний, связанных с деятельностью священнослужителя.

**Тема 3. Аддикции (зависимости) при занитиями физическими упражнениями.**

Виды аддикций. Спортивные аддикции. Профилактика аддиктивности.

**Тема 4. Виды спорта и их влияние на формирование личности.**

История видов спорта. Вред и польза при занятиях тем или иным видом спорта. Духовное осознание проблемы.

**Литература для подготовки**

**Первоисточники:**

1. «История физической культуры» // В.К. Пельменев, Е.В. Конеева. Изд:. ЛГУ. М., 2000.
2. «Нужен ли христианам спорт» // Овчинников А.А. Изд:. Данилов благовестник. М., 2002.
3. «Психология зависимостей (аддиктология)» Спортивные аддикции (зависимость от упражнений). Мандель Б.Р. 2008.

**Форма аттестации**

Дифференцированный зачет.

Вопросы к зачету / экзамену

Реферат

1. История возникновения данного вида спорта.
2. Христианское осознание данного вида спорта (Польза и вред, совместим ли с христианским сознанием).
3. Выводы.