

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»

УТВЕРЖДАЮ

Директор Таганрогского института
имени А.П. Чехова (филиала)
РГЭУ (РИНХ)

_____ Голобородько А.Ю.
« ____ » _____ 20__ г.

**Рабочая программа дисциплины
Физическая культура и спорт**

направление 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
направленность (профиль) 44.03.05.17 Русский язык и Литература

Для набора _____ года

Квалификация
Бакалавр

КАФЕДРА физической культуры**Распределение часов дисциплины по курсам**

| Курс Вид занятий | 1 | | Итого | |
|---------------------|----|----|-------|----|
| | уп | рп | | |
| Лекции | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Итого ауд. | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Контактная работа | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Сам. работа | 64 | 64 | 64 | 64 |
| Часы на контроль | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Итого | 72 | 72 | 72 | 72 |

ОСНОВАНИЕ

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 29.08.2023 протокол № 1.

Программу составил(и): канд. пед. наук, Зав. каф., Кибенко Елена Ивановна; канд. пед. наук, Доц., Бегун Ольга Валентиновна; канд. пед. наук, Доц., Сальный Роман Викторович; Доц., Хвалебо Галина Васильевна; Доц., Сыроваткина Ирина Анатольевна; Доц., Занина Татьяна Николаевна; Доц., Лебединская Ирина Герардовна

Зав. кафедрой: Кибенко Е. И. _____

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

| | |
|-----|--|
| 1.1 | Формирование физической культуры личности студента, способной целенаправленно использовать знания, умения и навыки в области физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности. |
|-----|--|

2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

УК-7.1: Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности

УК-7.2: Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности

УК-7.3: Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья

УК-7.4: Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- основы формирования физической культуры личности студента;
- средства и методы физического воспитания, профессионально-прикладной физической подготовки;
- формы занятий физическими упражнениями;
- правила и способы планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности;
- поддержание работоспособности, здорового образа жизни;
- способы проведения самостоятельных тренировочных занятий оздоровительной направленности;
- методы организации самоконтроля во время и после занятий физическими упражнениями и спортом;
- способы оценки и коррекции осанки, методики корригирующей гимнастики, способы проведения физкультурных пауз и физкультурных минуток, регуляции психических состояний человека

Уметь:

- рационально использовать средства и методы физического воспитания, профессионально-прикладной физической подготовки для повышения функциональных и двигательных возможностей;
- использовать простейшие методики, позволяющие оценить уровень физической подготовленности, состояние сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма;
- организовать самостоятельные занятия физкультурно-спортивной направленности;
- самостоятельно оценить роль приобретенных двигательных умений и навыков, для понимания их значимости при осуществлении образовательной и профессиональной деятельности;
- провести утреннюю гигиеническую гимнастику, направленную на сохранение и укрепление здоровья, поддержание работоспособности, здорового образа жизни;
- составить комплекс физических упражнений и провести физкультурную паузу или физкультурную минутку, направленные на снятие утомления после напряженного учебного труда;
- провести корригирующую гимнастику для профилактики, снятия утомления или повышения остроты зрения;
- регулировать свое психическое состояние с использованием методики психорегулирующей тренировки;
- работать в команде, поддерживая мотивацию к физкультурно-спортивной деятельности;
- планировать учебную деятельность и внеучебную для организации тренировочных занятий по избранному виду физкультурно-спортивной направленности

Владеть:

навыками:

- организации и проведения самостоятельных тренировочных занятий оздоровительной направленности;
- составления вариантов и проведения утренней гигиенической и корригирующей гимнастики;
- использования простейших форм контроля за состоянием здоровья и физической подготовленностью во время и после занятий физической культурой и спортом;
- проведения физкультурных пауз и физкультурных минуток;
- организации индивидуальных занятий различной целевой направленности связанной с физической культурой и спортом;
- профессионально-прикладной физической подготовки, направленной на сохранение и укрепление здоровья, на поддержание работоспособности;
- использования приобретенных форм и методов самоконтроля;
- межличностного общения, позволяющими поддерживать психологический климат при работе в учебной группе (команде) на занятиях физической культурой и спортом

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/ | Семестр / Курс | Часов | Компетенции | Литература |
|-------------|--|----------------|-------|-----------------------------|---|
| | Раздел 1. Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Физическая культура в обеспечении здоровья. Основы техники выполнения гимнастических упражнений | | | | |
| 1.1 | Современное состояние физической культуры и спорта. Основы законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте. Роль спорта и физической культуры в студенческой среде. Российский студенческий спортивный союз, его цели и задачи. Студенческие спортивные клубы их цели и задачи. Физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – 6-я ступень. Средства и методы физического воспитания. Строевые упражнения. Статические упражнения. Стретчинг. Динамические упражнения. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Упражнения ОФП, СФП. Гимнастическая терминология и требования предъявляемые к ней. Средства общеразвивающих видов гимнастики. Прикладные виды гимнастики. Спортивные виды гимнастики. Общеразвивающие упражнения для овладения правильным дыханием. Классификация физических упражнений. Классический и динамический стретчинг. Способы составления вариантов утренней гигиенической и корригирующей гимнастики, направленные на сохранение и укрепление здоровья, на поддержание работоспособности, здорового образа жизни. Планирование индивидуальных (самостоятельных) занятий физическими упражнениями различной целевой направленности /Лек/ | 1 | 2 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4 | Л1.1 Л1.5 Л1.1 Л1.20Л2.17 |
| 1.2 | Здоровье человека как ценность и факторы его определяющие. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни. Средства и методы физического воспитания. Формы занятий физическими упражнениями. Методика организации и проведения учебной и внеучебной деятельности в Таганрогском институте имени А. П. Чехова (филиале) «РГЭУ (РИНХ)». Общая и специальная физическая подготовка их цели и задачи. Правила и способы планирования индивидуальных (самостоятельных) занятий физическими упражнениями различной целевой направленности /Ср/ | 1 | 4 | УК-7.1 УК-7.2 | Л1.1 Л1.5 Л1.11 Л1.1 Л1.20Л2.8 Л2.17 |
| 1.3 | Формирование личности студента средствами физической культуры и спорта. Личность и межличностные отношения во время занятий физкультурно-спортивной деятельностью. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. Физическая культура в профессиональной подготовке человека. Взаимосвязь физической и умственной деятельности человека. Взаимосвязь физкультурно-спортивной деятельности и общекультурного развития студентов. Структура жизнедеятельности студентов и ее отражение в образе жизни. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Основные требования к организации здорового образа жизни. Критерии эффективности здорового образа жизни /Ср/ | 1 | 2 | УК-7.1 УК-7.2 | Л1.1 Л1.5 Л1.1 Л1.10Л2.7 Л2.8 Л2.17 |
| 1.4 | Определение понятия «осанка». Основные заболевания позвоночника. Методы оценки и коррекции осанки. Физические упражнения, направленные на формирование правильной осанки. Корригирующая гимнастика для позвоночника. Близорукость и дальнозоркость – причины возникновения. Методы восстановления и укрепления зрения. Корригирующая гимнастика для профилактики, снятия утомления и повышения остроты зрения. Правила составления комплекса физических упражнений, для организации утренней гигиенической гимнастики. Составление комплексов оздоровительной гимнастики, направленных на сохранение и укрепление здоровья, поддержание работоспособности /Ср/ | 1 | 6 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 | Л1.1 Л1.5 Л1.10 Л1.20Л2.1 Л2.7 Л2.8 Л2.17 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|-----------------------------|---|
| 1.5 | Физическая культура в режиме трудового дня. Динамика работоспособности в течение трудового дня. Методика проведения производственной гимнастики. Методика проведения физкультурной паузы и физкультурной минутки. Методика составления комплексов физических упражнений для проведения физкультурных пауз и физкультурных минуток, направленных на профилактику, повышение работоспособности, снятия утомления после напряженного учебного труда /Ср/ | 1 | 6 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4 | Л1.1 Л1.1 Л1.5 Л1.10 Л1.20 Л2.9 Л2.11 Л2.17 |
| Раздел 2. Физическая подготовка как процесс целенаправленного формирования двигательных умений и навыков, развития физических качеств. Роль подвижных игр при организации занятий физической культурой и спортом. Формы и содержание самостоятельных занятий | | | | | |
| 2.1 | Подвижные игры, направленные на обучение и совершенствование двигательных действий, на развитие и совершенствование физических качеств. Игры аттракционы. Игровые учебные занятия с целью развития коммуникативных навыков и навыков межличностного общения. Подвижные игры сюжетные и бессюжетные. Применение подвижных игр во время спортивной подготовки. Подвижные игры как упражнения общего физического развития, оказывающие существенное влияние на формирование личности занимающегося. Роль подвижных игр для формирования ценных для жизни черт и качеств характера человека /Ср/ | 1 | 2 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4 | Л1.1 Л1.5 Л1.6 Л1.1 Л1.21 Л2.14 |
| 2.2 | Физическая подготовка в системе физического воспитания. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи. Специальная физическая подготовка, ее цели и задачи. Формы занятий физическими упражнениями. Кондиционные и координационные способности человека. Методы воспитания физических способностей и контроль за уровнем их развития /Ср/ | 1 | 2 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 | Л1.1 Л1.5 Л1.1 Л2.9 Л2.17 |
| 2.3 | Физическое воспитание в вузе. Структура и направленность учебно-тренировочных занятий. Особенности использования основных средств физической культуры для повышения эффективности учебного труда. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности. Планирование и управление самостоятельными занятиями. Особенности самостоятельных занятий для женщин /Ср/ | 1 | 6 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4 | Л1.1 Л1.5 Л1.1 Л2.7 Л2.10 |
| 2.4 | Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента. Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы, ее определяющие. Основные причины психофизического состояния студентов в период экзаменационной сессии, критерии нервно-эмоционального и психофизического утомления. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления студентов, повышения эффективности учебного труда /Ср/ | 1 | 2 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 | Л1.5 Л1.1 Л2.11 Л2.13 |
| Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов. Легкая атлетика: обучение и совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств с использованием средств легкоатлетической направленности | | | | | |

| | | | | | |
|-----|--|---|---|-----------------------------|---|
| 3.1 | <p>Основы техники бега на короткие дистанции. Низкий старт. Стартовый разбег. Бег по дистанции. Финиширование. Бег на средние и длинные дистанции. Старт, стартовый разбег. Бег по дистанции. Особенности бега по виражу. Финиширование. Тактическое построение бега на средние и длинные дистанции. Техника прыжка в длину с места. Основы техники прыжка: подготовка к отталкиванию, отталкивание, полет, приземление. Прыжки на дальность.</p> <p>Подготовка к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)»: бег 100 м (муж., жен.), прыжок в длину с места (муж., жен.), подтягивание на перекладине (муж.), поднимание туловища из положения лежа на спине (жен.), сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (муж.), сгибание и разгибание рук в упоре лежа с колен (жен.), поднимание ног к перекладине (муж.), подтягивание в висе лежа (перекладина на высоте 90 см) (жен.) /Ср/</p> | 1 | 6 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4 | Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.11 Л1.13 Л1.19Л2.7 Л2.10 Л2.17 |
| 3.2 | <p>Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Определение понятия ППФП, ее цели, задачи, средства. Место ППФП в системе физического воспитания студентов. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП. Методика подбора средств ППФП. /Ср/</p> | 1 | 2 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 | Л1.1 Л1.5 Л1.14Л2.9 Л2.10 Л2.11 |
| 3.3 | <p>Организация, формы и средства ППФП студентов в вузе. Контроль за эффективностью профессионально-прикладной физической подготовленности студентов. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время.</p> <p>Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Роль физической культуры в производственном коллективе /Ср/</p> | 1 | 2 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 | Л1.1 Л1.3 Л1.5 Л1.14Л2.7 Л2.9 Л2.10 |
| 3.4 | <p>Физическая культура в режиме трудового дня.</p> <p>Методика проведения производственной гимнастики. Методика проведения физкультурной паузы и физкультурной минутки.</p> <p>Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Методика построения самостоятельного тренировочного занятия оздоровительной направленности. Планирование и управление самостоятельными занятиями /Ср/</p> | 1 | 4 | | |
| | Раздел 4. Студенческий спорт. Спортивные игры: знакомство с наиболее востребованными игровыми видами студенческого спорта. Средства, методы и принципы спортивной тренировки | | | | |
| 4.1 | <p>Баскетбол. Основные технические приемы спортивной игры. Техника игры в нападении и защите: стойка баскетболиста, перемещения, остановки; ловля мяча двумя руками; передачи мяча двумя руками от груди, одной (правой, левой) от плеча, передачи в пол, передачи мяча с места и в движении; ведение мяча шагом, бегом в среднем темпе, броски мяча в корзину с близкой и средней дистанции. Освоение правил спортивной игры.</p> <p>Волейбол. Основные приемы техники спортивной игры волейбол: стойка волейболиста, перемещения, прием мяча, нижняя и верхняя подача мяча, нижняя боковая подача; верхние и нижние передачи мяча. Освоение правил спортивной игры.</p> <p>Футбол. Основные приемы техники спортивной игры: передвижения, передачи (короткие, длинные, «на ход»), ведение мяча, обводки соперника, удары по воротам. Освоение правил спортивной игры.</p> <p>Бадминтон. Основные приемы техники спортивной игры: стойка бадминтониста, прием подачи, подачи, удары (справа, слева, сверху, снизу, на уровне пояса). Освоение правил спортивной игры /Ср/</p> | 1 | 4 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4 | Л1.2 Л1.7 Л1.1 Л1.8 Л1.9 Л1.15 Л1.16 Л1.17 Л1.18Л2.5 Л2.6 Л2.15 Л2.16 |

| | | | | | |
|------------------------|--|---|---|--------------------------------|---|
| 4.2 | Основные понятия, относящиеся к спорту. Классификация видов спорта. Основные направления в развитии спортивного движения. Система отбора и спортивной ориентации. Система спортивной тренировки. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи. Цели и задачи спортивной тренировки. Средства и методы спортивной тренировки. Студенческий спорт. Особенности организации и планирования спортивной подготовки в вузе. Спортивные соревнования как средство и метод общей физической, профессионально-прикладной, спортивной подготовки студентов. Система студенческих спортивных соревнований. Общественные студенческие спортивные организации. Универсиады и Олимпийские игры /Ср/ | 1 | 4 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.5Л1.1 Л1.1 Л1.1 Л1.1 |
| 4.3 | Средства, методы и принципы спортивной тренировки. Планирование самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. Участие в спортивных соревнованиях. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Врачебный контроль и его содержание. Педагогический контроль и его содержание. Самоконтроль, его основные методы. Дневник самоконтроля. Профилактика спортивного травматизма. Методы оказания первой помощи при наиболее распространенных спортивных травмах. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей самоконтроля /Лек/ | 1 | 2 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 | Л1.1 Л1.5 Л1.12 Л1.1Л2.10 |
| 4.4 | Сущность психорегулирующей тренировки. Методы регуляции психического состояния: фармакологический, гетерорегуляции, ауторегуляции (методы психической саморегуляции). Методика психорегулирующей тренировки. Знакомство с формулами успокаивающей части психорегулирующей тренировки /Ср/ | 1 | 4 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4 | Л1.1 Л1.5 Л1.1Л2.9 Л2.11 Л2.13 |
| 4.5 | Методика составления индивидуальных программ оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленности. Место межличностных отношений в системе жизнедеятельности людей. Формирование толерантных установок на уровне личности. Психологический климат и успешность спортивной деятельности. Психологический такт. Спортивная этика. Влияние коллектива на формирование личности занимающегося физической культурой и спортом /Ср/ | 1 | 8 | УК-7.1 | Л1.1 Л1.2 Л1.5 Л1.1 Л1.1Л2.9 Л2.11 Л2.13 |
| Раздел 5. Зачет | | | | | |
| 5.1 | Зачёт /Зачёт/ | 1 | 4 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.1 Л1.5 Л1.6 Л1.1 Л1.9 Л1.12 Л1.16 Л1.1Л2.1 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.11 Л2.13 Л2.15 Л2.16 Л2.17 |

4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Структура и содержание фонда оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

| Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|---------------------|----------|-------------------|----------|
|---------------------|----------|-------------------|----------|

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|-------|--|---|---|---|
| Л1.1 | Барчуков И. С., Назаров Ю. Н., Кикоть В. Я., Егоров С. С., Мацур И. А., Кикоть В. Я., Барчуков И. С. | Физическая культура и физическая подготовка: учебник | Москва: Юнити, 2015 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.2 | Григорьева И. В., Волкова Е. Г., Водолазов Ю. С. | Физическая культура. Основы спортивной тренировки: учебное пособие | Воронеж: Воронежская государственная лесотехническая академия, 2012 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=142220 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.3 | Чеснова Е. Л. | Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: учебно-методическое пособие | Москва: Директ-Медиа, 2013 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210946 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.4 | Забелина Л. Г., Нечунаева Е. Е. | Легкая атлетика: учебное пособие | Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2010 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228993 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.5 | Евсеев Ю. И. | Физическая культура: учебное пособие | Ростов-на-Дону: Феникс, 2014 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271591 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.6 | Мишенькина В. Ф., Шалаев О. С., Колупаева Т. А., Кириченко В. Ф. | Подвижные игры: учебное пособие | Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2004 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274873 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.7 | Мишенькина В. Ф., Рогов И. А., Шалаев О. С., Карбанов Д. В. | Волейбол, гандбол, баскетбол. Организация и проведение соревнований по упрощенным правилам: учебное пособие | Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2004 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274903 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.8 | Мишенькина В. Ф., Эртман Ю. Н., Ковыршина Е. Ю., Кириченко В. Ф. | Волейбол. Баскетбол. Гандбол: Организация и проведение соревнований по спортивным играм: учебное пособие | Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429370 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.9 | Губа В. П., Лексаков А. В. | Теория и методика футбола: учебник | Москва: Спорт, 2015 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430456 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.10 | Пискунов В. А., Максиняева М. Р., Тупицына Л. П., Егорова Т. И., Айриян Э. В. | Здоровый образ жизни: учебное пособие | Москва: Прометей, 2012 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=437339 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|-------|---|--|---|---|
| Л1.11 | Гриднев В. А., Шпагин С. В. | Новый комплекс ГТО в ВУЗе: учебное пособие | Тамбов: Тамбовский государственный технический университет (ТГТУ), 2015 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=444640 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.12 | Белова Л. В. | Спортивная медицина: учебное пособие | Ставрополь: Северо- Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2016 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458915 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.13 | | Легкая атлетика: энциклопедия | Москва: Человек, 2012 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461469 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.14 | Зелинский Ф. И. | Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вуза: методические рекомендации: методическое пособие | Челябинск: ЧГАКИ, 2005 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=492756 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.15 | Турманидзе В. Г., Иванова Л. М., Ковтун Г. С., Кожин С. В., Майоркина И. В., Садугин А. В., Турманидзе А. В. | Спортивные игры: волейбол, баскетбол, бадминтон: учебное пособие | Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2018 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563142 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.16 | Сираковская Я. В., Завьялов А. В., Шкирева О. В. | Бадминтон: учебно-методическое пособие | Москва Берлин: Директ- Медиа, 2019 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572422 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.17 | Герасимов К. А., Климов В. М., Гусева М. А. | Физическая культура: баскетбол: учебное пособие | Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2017 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576215 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.18 | Гусева М. А., Герасимов К. А., Климов В. М. | Физическая культура: волейбол: учебное пособие | Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2019 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576645 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.19 | Кизько А. П., Забелина Л. Г., Тертычный А. В., Косарев В. А. | Легкая атлетика: учебное пособие | Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2018 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576711 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.20 | Алаева, Л. С., Клецов, К. Г., Зябрева, Т. И. | Гимнастика. Общеразвивающие упражнения: учебное пособие | Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017 | http://www.iprbookshop.ru/74262.html неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|---------------------------------------|---|---|---|---|
| Л1.21 | Шалаев, О. С., Мишенькина, В. Ф., Эртман, Ю. Н., Ковырина, Е. Ю. | Подвижные игры: учебное пособие | Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019 | http://www.iprbookshop.ru/95631.html неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| 5.2. Дополнительная литература | | | | |
| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
| Л2.1 | Куропаткина М. В. | Лечение болезней глаз: Коррекция зрения: Оптика: научно-популярное издание | Москва: РИПОЛ классик, 2010 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86892 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.2 | Гришина Ю. И. | Общая физическая подготовка: Знать и уметь: учебное пособие | Ростов-на-Дону: Феникс, 2010 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271497 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.3 | Харисова Л. М. | Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности: учебное пособие | Кострома: Костромской государственный университет (КГУ), 2011 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275636 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.4 | Жуков Р. С. | Основы спортивной тренировки: учебное пособие | Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278415 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.5 | Марков К. К. | Техника современного волейбола: монография | Красноярск: Сибирский федеральный университет (СФУ), 2013 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364063 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.6 | Губа В. П. | Теория и методика мини-футбола (футзала): учебник | Москва: Спорт, 2016 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461299 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.7 | Алаева Л. С., Клецов К. Г., Зябрева Т. И. | Гимнастика: общеразвивающие упражнения: учебное пособие | Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483271 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.8 | Ерёмина Л. В. | Атлетическая гимнастика: учебное пособие | Челябинск: ЧГАКИ, 2011 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=491926 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|---|--|---|---|---|
| Л2.9 | Кравчук В. И. | Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов музыкальных специальностей вуза культуры и искусств: учебное пособие | Челябинск: ЧГАКИ, 2014 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=492143 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.10 | Эммерт М. С., Фадина О. О., Шевелева И. Н., Мельникова О. А. | Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов: учебное пособие | Омск: Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2017 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493420 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.11 | Хасанова Г. Б. | Психофизиология профессиональной деятельности: учебное пособие | Казань: Казанский научно-исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2017 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500950 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.12 | Завьялов А. В., Абраменко М. Н., Щербачев И. В., Евсеева И. Г. | Физическая культура и спорт в вузе: учебное пособие | Москва Берлин: Директ-Медиа, 2020 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572425 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.13 | Капустина В. А. | Психология общения: учебное пособие | Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2018 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576325 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.14 | Скороходова Н. Н., Магун Т. Я. | Подвижные игры, эстафеты, игровые упражнения с элементами игры в волейбол: учебно-методическое пособие | Липецк: Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2018 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577153 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.15 | Мавроматис, В. Д. | Применение бадминтона в оздоровительной физической культуре студентов строительных вузов: учебное пособие | Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2012 | http://www.iprbookshop.ru/19029.html неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.16 | Мишенькина, В. Ф., Эртман, Ю. Н., Кириченко, В. Ф., Ковыршина, Е. Ю. | Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм: учебное пособие | Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014 | http://www.iprbookshop.ru/65000.html неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.17 | Мудриевская, Е. В. | Общеразвивающие гимнастические упражнения: классификация, терминология, примеры: учебное пособие | Саратов: Вузовское образование, 2021 | http://www.iprbookshop.ru/107083.html неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| 5.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы | | | | |
| Консультант + | | | | |
| 5.4. Перечень программного обеспечения | | | | |
| Microsoft Office | | | | |

5.5. Учебно-методические материалы для студентов с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости по заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья учебно-методические материалы предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации. Для лиц с нарушениями зрения: в форме аудиофайла; в печатной форме увеличенным шрифтом. Для лиц с нарушениями слуха: в форме электронного документа; в печатной форме. Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в форме электронного документа; в печатной форме.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1. Два спортивных зала (24x12; 18x9) оснащенных спортивным инвентарем и специальным оборудованием.
2. Учебные аудитории для проведения лекционных учебных занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.