

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)
ФГБОУ (РИНХ)
Голобородько А.Ю.
« 30 » _____ 20 21 г.

Рабочая программа дисциплины
Элективные курсы по физической культуре и спорту

направление 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
направленность (профиль) 44.03.05.18 Иностранный язык (английский) и Иностранный
язык (немецкий)

Для набора 2017 года

Квалификация
Бакалавр

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

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		Итого	
Неделя	18 2/6		17 4/6		19		14 2/6		18 2/6		17			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	72	72	54	54	36	36	54	54	36	36	76	76	328	328
Итого ауд.	72	72	54	54	36	36	54	54	36	36	76	76	328	328
Контактная работа	72	72	54	54	36	36	54	54	36	36	76	76	328	328
Итого	72	72	54	54	36	36	54	54	36	36	76	76	328	328

ОСНОВАНИЕ

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 30.08.2021 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, способной целенаправленно использовать приобретенные знания, умения и навыки в области физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, повышения адаптационных возможностей организма, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности, обладающей практическими навыками межличностного общения, способной к коммуникации, толерантному отношению к окружающим.
-----	--

2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

ОК-5:способностью работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия
ОК-6:способностью к самоорганизации и самообразованию
ОК-8:готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность
ОПК-6:готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:
основы формирования физической культуры личности студента; средства и методы физического воспитания; формы занятий физическими упражнениями; правила и способы планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности; способы составления вариантов утренней гигиенической и корригирующей гимнастики, направленной на сохранение и укрепление здоровья, на 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; методику корригирующей гимнастики для глаз; способы проведения физкультурных пауз и физкультурных минуток; способы регуляции психических состояний человека; способы решения конфликтных ситуаций во время занятий физической культурой и спортом.
Уметь:
планировать учебную и внеучебную деятельность для организации тренировочных занятий по избранному виду физкультурно-спортивной направленности; организовать самостоятельные занятия физкультурно-спортивной направленности; самостоятельно оценить роль приобретенных умений и навыков, компетенций для понимания их значимости в образовательной и профессиональной деятельности; составить комплекс физических упражнений и провести утреннюю гигиеническую гимнастику, направленную на сохранение и укрепление здоровья, поддержание работоспособности, здорового образа жизни; использовать простейшие методики, позволяющие оценить уровень физической подготовленности, состояние сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма человека занимающегося физической культурой или спортом; рационально использовать средства и методы физического воспитания для повышения функциональных и двигательных возможностей; 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 и повышения остроты зрения; регулировать психическим состоянием с использованием методики психорегулирующей тренировки; толерантно воспринимать личностные различия; работать в команде, поддерживая мотивацию к физкультурно-спортивной деятельности.
Владеть:
организации индивидуальных занятий физическими упражнениями направленными на сохранение и укрепление здоровья, на поддержание работоспособности, здорового образа жизни; использования профессионально-прикладной физической подготовки; составления вариантов и проведения утренней гигиенической и корригирующей гимнастики; организации и проведения самостоятельных тренировочных занятий оздоровительной направленности; 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; самоконтроля за состоянием своего организма во время физической нагрузки; межличностного общения, толерантного отношения к окружающим, позволяющими поддерживать психологический климат при работе в команде (группе) 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 общественной и профессиональной подготовке студентов. Роль физической культуры в процессе формирования и становления личности, ее значение для повышения работоспособности и улучшения качества жизни				

1.1	Здоровье и двигательная активность человека. Гигиена физических упражнений. В основе гигиенических требований к оздоровительным физическим упражнениям лежат общие принципы непрерывности, комплексности, адекватности. Формирование профессионально важных психических качеств средствами физической культуры и спорта. Средства и методы физического воспитания. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Планирование самостоятельных занятий. Основные формы организации самостоятельных занятий. Особенности самостоятельных занятий женщин. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений. Спорт в жизни студента. Основы врачебного контроля и самоконтроля. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления /Пр/	1	36	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.1 Л1.2 Л1.5 Л1.1Л2.21 Л2.24
	Раздел 2. Основы техники гимнастических упражнений. Способы овладения жизненно необходимыми умениями и навыками. Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности				
2.1	Средства физической культуры в обеспечении высокого уровня умственной и физической работоспособности. Определение и оценка двигательных способностей человека. Методика коррекции осанки и плоскостопия. Методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятий с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью. Гигиеническая гимнастика: задачи, средства, методические особенности ее проведения. Методические особенности проведения зарядки (гигиенической гимнастики) с предметом и без предмета. Атлетическая гимнастика. Физические упражнения для профилактики и коррекции нарушения ОДА. Методика освоения различных типов дыхания. Дыхательная гимнастика К. Бутейко и парадоксальная дыхательная гимнастика А. Стрельниковой. Простейшие методики самооценки работоспособности. Субъективные и объективные показатели самоконтроля. Схема оценки степени утомления (по С. Н. Кучкину и В. М. Ченегину, 1981) /Пр/	1	36	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.1 Л1.2 Л1.5 Л1.1 Л1.1 Л2.24 Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.9
2.2	Зачет /Зачёт/	1	0	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.1 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11 Л1.1 Л1.12 Л1.13 Л1.1 Л1.1 Л1.14 Л1.1 Л1.15 Л1.16 Л1.17 Л1.18 Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.17 Л2.19 Л2.20 Л2.21 Л2.23 Л2.24 Л2.25 Л2.26 Л2.27 Л2.28
	Раздел 3. Физическая подготовка как процесс целенаправленного формирования двигательных умений и навыков, развития физических качеств. Подвижные игры				

3.1	Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе. Методические основы составления комплексов физических упражнений разной целевой направленности: оздоровительной, рекреационной, восстановительной, тренирующей, корригирующей и др. Методика использования средств физической культуры для самостоятельных занятий физическими упражнениями. Подвижные игры в жизни человека. Оздоровительная, образовательная и воспитательная роль подвижных игр. Подвижные игры, направленные на обучение и совершенствование двигательных умений и навыков, развитие и совершенствование физических качеств. Сюжетные и бессюжетные подвижные игры. Игровые учебные занятия с целью развития коммуникативных навыков и навыков межличностного общения. Разработка плана-конспекта для проведения подвижной игры (определенной целевой направленности) /Пр/	2	26	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.1 Л1.2 Л1.6 Л1.1 Л2.21 Л1.16 Л1.1Л2.4 Л2.13 Л2.24
	Раздел 4. Методика использования средств физической культуры для самостоятельных занятий физическими упражнениями. Легкая атлетика: основы техники бега на короткие, средние и длинные дистанции; техника прыжков в длину с места и с разбега. Методика воспитания физических качеств с использованием средств легкоатлетической направленности				
4.1	Методика воспитания физических качеств с использованием средств легкоатлетической направленности: быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости. Основы техники бега на короткие дистанции: низкий старт, стартовый разбег, бег по дистанции, финиширование. Основы техники бега на средние и длинные дистанции: старт, стартовый разбег, бег по дистанции, особенности бега по виражу, финиширование. Тактическое построение бега на средние и длинные дистанции. Кроссовая подготовка, ее цель и задачи. Эстафетный бег. Техника эстафетного бега. Особенности тренировки эстафетных команд. Передача эстафетной палочки. Спортивная ходьба. Особенности техники спортивной ходьбы. Финишный спурт. Тактическое построение ходьбы по дистанции. Основы техники прыжков в длину с места и с разбега /Пр/	2	28	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.4 Л1.5 Л1.1 Л1.1 Л1.14Л2.14 Л2.20
4.2	Зачет /Зачёт/	2	0	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.1 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11 Л1.1 Л1.12 Л1.13 Л1.1 Л1.1 Л1.16 Л1.17 Л1.18 Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.17 Л2.19 Л2.20 Л2.21 Л2.23 Л2.25 Л2.26 Л2.27 Л2.28
	Раздел 5. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Студенческий спорт. Спортивные игры, знакомство с наиболее востребованными игровыми видами спорта в вузе				

5.1	Студенческий спорт, его организационные особенности. Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями оздоровительной или тренировочной направленности. Методика проведения учебно-тренировочного занятия. Выбор видов спорта и упражнений для повышения функциональных возможностей организма. 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. Развитие коммуникативных навыков и навыков межличностного общения в процессе тренировочных занятий волейболом. Баскетбол. Основные приемы техники спортивной игры баскетбол: стойка баскетболиста, перемещения, остановки; держание мяча, 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. Освоение правил спортивной игры. Приобретение навыков межличностного общения, толерантного отношения к окружающим в процессе занятий спортивной игрой баскетбол /Пр/	3	16	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.1 Л1.5 Л1.9 Л1.11 Л1.1Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.25 Л2.27
	Раздел 6. Характеристика возможностей влияния избранного вида спорта (системы физических упражнений) на физическое развитие, функциональную подготовленность, психические качества и свойства личности. Участие в соревновательной деятельности. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО)»				
6.1	Теория и методика избранного вида спорта. Освоение простейших правил судейства, с целью приобретения знаний, умений и навыков для проведения соревнований по избранному виду спорта. Знакомство с нормативными требованиями и методикой выполнения физических упражнений-тестов 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.) /Пр/	3	20	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.3 Л1.7 Л2.6 Л1.9 Л1.1 Л2.24Л2.11 Л2.12 Л1.1 Л1.1
	Раздел 7. Основы техники гимнастических упражнений. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра				
7.1	Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Динамические и статические упражнения. Упражнения ОФП, СФП. Общеразвивающие упражнения для мышц рук, туловища, ног, для развития силы, гибкости, быстроты, выносливости, ловкости, выполняемые из различных исходных положений: стоя, лежа, сидя, в висах и упорах. Упражнения, направленные на совершенствование функций вестибулярного аппарата. Освоение методики выполнения самостоятельной разминки в соответствии с поставленными задачами. Методика самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки с использованием методов самоконтроля. Методика самоконтроля работоспособности, усталости и утомления при занятиях физической культурой и спортом. Методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые при занятиях физической культурой и спортом /Пр/	4	54	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.1 Л1.2 Л1.5 Л1.1 Л1.1 Л2.24Л2.2 Л2.3 Л2.21

7.2	Зачет /Зачёт/	4	0	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.1 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11 Л1.1 Л1.12 Л1.13 Л1.1 Л1.1 Л1.14 Л1.1 Л1.15 Л1.16 Л1.17 Л1.18 Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Л2.9 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.14 Л2.15 Л2.17 Л2.19 Л2.20 Л2.21 Л2.23 Л2.25 Л2.26 Л2.28
	Раздел 8. Базовое физическое воспитание. Физическая культура студента				
8.1	Место и роль физической культуры и спорта в социальных институтах общества. Федеральный закон о физической культуре и спорте в Российской Федерации". Массовая физкультурно-оздоровительная и спортивная работа в вузе. Комплексная оценка физического здоровья. Методы самоконтроля за уровнем физического здоровья. Ведение дневника самоконтроля /Пр/	5	10	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.1 Л1.2 Л1.5Л2.24 Л1.1
8.2	Содержание и методика проведения тренировочного занятия оздоровительной направленности. Программа оздоровительного бега Н. М. Амосова. Программа оздоровительного бега К. Купера. Методика и принципы разработки индивидуальной программы оздоровительного бега /Пр/	5	10	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.1 Л1.2 Л1.5 Л2.21 Л1.1Л1.1 Л2.20 Л2.28
8.3	Роль физической культуры и спорта в формировании здорового стиля жизни студентов. Оценка гибкости. Методика выполнения физических упражнений на растягивание. Методика проведения занятий по развитию силовых способностей и общей выносливости. Методические основы составления комплексов физических упражнений для использования в режиме дня. Средства физической культуры в обеспечении высокого уровня умственной и физической работоспособности. Планирование объема и интенсивности физических упражнений с учетом умственной учебной нагрузки. Методика использования средств физической культуры для самостоятельных занятий физическими упражнениями. Методические основы составления комплексов физических упражнений для снятия утомления, повышения работоспособности в учебное время /Пр/	5	16	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.1 Л1.2 Л1.5 Л2.21 Л2.24Л1.1 Л1.1 Л1.1
	Раздел 9. Личная и социально-экономическая необходимость специальной физической подготовки человека к труду. Место профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) в системе физического воспитания				

9.1	Физическая культура в режиме трудового дня. Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда. Производственная гимнастика и три ее формы (вида): вводная гимнастика, физкультпаузы, физкультминутки. Комплексы специальных физических упражнений, применяемых в режиме рабочего дня, для повышения общей и профессиональной работоспособности, а также с целью профилактики и восстановления организма человека. Методика проведения производственной гимнастики (вводной гимнастики). Схема проведения комплекса физических упражнений вводной гимнастики: ходьба; потягивание (с глубоким дыханием) с различными движениями руками; различные наклоны, повороты, подскоки, бег на месте или быстрые приседания с переходом на ходьбу; упражнения для плечевого пояса, рук и кистей; специальные упражнения, по напряжению мышц, амплитуде, характеру движений и темпу выполнения приближены к рабочим движениям. Методика проведения физкультурной паузы и физкультурной минутки. Методика психорегулирующей тренировки /Пр/	6	16	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.1 Л1.2 Л1.5 Л2.24Л2.11 Л1.1
9.2	Основные факторы, определяющие содержание ППФП студентов. Дополнительные факторы, определяющие содержание ППФП студентов. Производственная гимнастика. Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда. Физкультурные минутки и физкультурные паузы в течение рабочего дня, методика их проведения. Краткие занятия физическими упражнениями в обеденный перерыв. Разработка комплексов физических упражнений производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда. Физическая культура в быту трудящихся. Физическая культура в режиме трудового дня. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры /Пр/	6	30	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.1 Л1.2 Л1.5 Л1.1Л1.1 Л2.21 Л2.23 Л2.24
	Раздел 10. Спортивные соревнования как средство и метод общей физической и профессионально-прикладной физической подготовки студентов. Спортивные игры, знакомство с наиболее востребованными игровыми видами спорта в вузе. Профилактика травматизма средствами физической культуры				

10.1	Система студенческих спортивных соревнований. Общественные студенческие спортивные организации. Краткая психофизиологическая характеристика основных групп видов спорта и систем физических упражнений. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи. Личность и ее формирование в процессе занятий физической культурой и спортом. Вербальные (речь) и невербальные (паралингвистические) особенности воздействия на человека в процессе занятий физической культурой и спортом. Формирование толерантных установок на уровне личности во время занятий физической культурой и спортом. Футбол. Основные приемы техники спортивной игры: передвижения, передачи (короткие, длинные, «на ход»), ведение мяча, обводки соперника, удары по воротам. Освоение правил спортивной игры. Бадминтон. Основные приемы техники спортивной игры: стойка бадминтониста, прием подачи, подачи, удары (справа, слева, сверху, снизу, на уровне пояса). Освоение правил спортивной игры. Способы формирования навыков межличностного общения, толерантного отношения к окружающим с использованием спортивных игр. Методика составления индивидуальных программ оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленности с использованием игровых видов спорта. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий. Профилактика спортивного травматизма. Методы оказания первой помощи при наиболее распространенных спортивных травмах. Методика проведения самомассажа /Пр/	6	30	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.5 Л1.10 Л1.13 Л1.15 Л2.24Л2.15 Л2.17 Л2.19 Л2.23
	Раздел 11. Зачет				
11.1	Зачет /Зачёт/	6	0	ОК-5 ОК-6 ОК-8 ОПК- 6	Л1.1 Л1.2 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.8 Л1.9 Л1.12 Л1.1 Л1.14 Л1.1 Л1.15 Л1.17 Л1.18 Л1.1Л2.6 Л2.7 Л1.1 Л2.11 Л2.12 Л2.13 Л2.21 Л2.23 Л2.26 Л2.27 Л2.28

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
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

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.2	Чеснова Е. Л.	Физическая культура: учебное пособие	Москва: Директ-Медиа, 2013	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.3	Цимбалюк В. А., Девяткин Ю. П., Ковыршина Е. Ю., Цимбалюк Н. М.	Начальная подготовка баскетбольных судей: учебное пособие	Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2011	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228954 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	Рогов И. А., Гераськин А. А., Мишенькина В. Ф., Колупаева Т. А., Леонов Е. А.	Волейбол: Тестовые задания по изучению правил соревнований	Омск: Сибирская государственная академия физической культуры, 2002	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274902 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.8	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
Л1.9	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
Л1.10	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
Л1.11		Волейбол: теория и практика: учебник	Москва: Спорт, 2016	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.12	Елагин А. В., Еремин Д. А., Петров В. С., Савин А. В., Шкурин А. П., Яковлев В. А.	Футбол: энциклопедия	Москва: Человек, 2013	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461294 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.13	Беклемищев А. А., Елагин А. В., Еремин Д. А., Петров В. С., Савин А. В., Шкурин А. П.	Футбол: энциклопедия	Москва: Человек, 2013	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461295 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.14	Кравчук В. И.	Легкая атлетика: учебно-методическое пособие	Челябинск: ЧГАКИ, 2013	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=492142 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.15	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
Л1.16	Шалаев О. С., Мишенькина В. Ф., Эртман Ю. Н., Ковыршина Е. Ю.	Подвижные игры: учебное пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573661 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

5.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Амосова Т. Ю.	Дыхательная гимнастика по Стрельниковой: научно-популярное издание	Москва: РИПОЛ классик, 2008	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=54534 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.2	Котешева И. А.	Гимнастика для женщин: научно-популярное издание	Москва: Владос-Пресс, 2015	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=56603 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.3	Мелихов В. В.	Силовая гимнастика для студентов, занимающихся адаптивным физическим воспитанием в специальных медицинских группах: учебное пособие	Елец: Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2007	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272210 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.4	Мишенькина В. Ф., Рогов И. А., Гераськин А. А., Шалаев О. С.	Подвижные игры во внеклассной работе общеобразовательной школы: учебное пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2003	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274874 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.5	Поваляева Г. В., Сыромятникова О. Г.	Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика: для подготовки к практическим занятиям: учебно-методическое пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274888 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.6	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
Л2.7	Адейеми Д. П., Сулейманова О. Н.	Баскетбол: основы обучения техническим приемам игры в нападении: учебно- методическое пособие	Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2014	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275631 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.8	Фомин Е. В., Булыкина Л. В.	Волейбол: начальное обучение: учебное пособие	Москва: Спорт, 2015	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430415 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.9	Фохтин В. Г.	Атлетическая гимнастика без снарядов: научно-популярное издание	Москва: Директ-Медиа, 2016	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436074 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.10	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
Л2.11	Усаков В. И.	Физическая подготовка юношей к службе в армии: учебное пособие	Москва Берлин: Директ-Медиа, 2016	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=452842 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.12	Денисенко В. С., Курысь В. Н., Смышнов К. М., Яцынин А. И.	Физическая подготовка студента учебного заведения сферы физической культуры: монография	Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2014	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457246 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.13	Рыбакова Е. В., Голомысова С. Н.	Подвижные игры в тренировке волейболистов: учебно-методическое пособие	Йошкар-Ола: Поволжский государственный технологический университет, 2016	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459507 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.14	Врублевский Е. П.	Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах): учебное пособие	Москва: Спорт, 2016	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459995 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.15	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
Л2.16		Легкая атлетика: энциклопедия	Москва: Человек, 2013	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461472 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.17	Андреев С. Н., Кардозо С.	Техника дриблинга и финтов в мини-футболе (футзале): учебное пособие	Москва: Спорт, 2016	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471209 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.18	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
Л2.19	Тимофеева Л. Л.	Парциальная программа «Бадминтон для дошкольников»: планирование и конспекты занятий: методическое пособие	Москва: Русское слово — учебник, 2017	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=485779 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.20	Кравчук В. И.	Легкая атлетика: учебно-методический комплекс	Челябинск: ЧГАКИ, 2004	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=492140 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.21	Эммерт М. С., Фаина 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
Л2.22	Турманидзе В. Г., Иванова Л. М., Ковтун Г. С., Кожин С. В., Майоркина И. В., Салугин 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

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.23	Гриднев В. А., Комендантов Г. А., Рязанов А. А., Шпичко А. М.	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов непрофильных вузов средствами футбола: учебное электронное издание: учебное пособие	Тамбов: Тамбовский государственный технический университет (ТГТУ), 2018	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=570438 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.24	Завьялов А. В., Абраменко М. Н., Щербаков 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
Л2.25	Соловьева Е. В., Соловьев С. В.	Физическая культура: учебно-тренировочные занятия (элективный курс «Волейбол»): учебно-методический комплекс. Рабочая программа для студентов 1-2 курсов очной формы обучения всех направлений подготовки ФГБОУ ВО Тюменского государственного университета: учебно-методический комплекс	Тюмень: Тюменский государственный университет, 2016	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574028 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.26	Тверских В. В.	Физическая культура: учебно-тренировочные занятия (элективный курс «Общая физическая подготовка»): учебно-методический комплекс. Рабочая программа для студентов 1-2 курсов очной формы обучения всех направлений подготовки: учебно-методический комплекс	Тюмень: Тюменский государственный университет, 2016	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574256 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.27	Чернякова С. Н.	Физическая культура: учебно-тренировочные занятия (элективный курс «Баскетбол»): учебно-методический комплекс. Рабочая программа для бакалавров 1-2 курсов очной формы обучения всех направлений подготовки Тюменского государственного университета: учебно-методический комплекс	Тюмень: Тюменский государственный университет, 2016	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574727 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.28	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
Л2.29	Коротких И. А., Прасалов Н. Д., Иванников В. Г.	Физическая культура студента: учебное пособие	Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2005	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=600357 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 необходимым для проведения учебно-практических занятий.

2. Учебные аудитории для проведения лекционных 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.