

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 45.03.02 Лингвистика
направленность (профиль) 45.03.02.02 Теория перевода и межъязыковая коммуникация
(английский, французский языки)

Для набора 2020 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 26.04.2022 протокол № 9/1.

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

ОК-8: способностью применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для своего интеллектуального развития, повышения культурного уровня, профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

| | |
|-----------------|--|
| Знать: | 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, направленных 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; методики корригирующей гимнастики для глаз; способы проведения физкультурных пауз и физкультурных минуток; способы регуляции психических состояний человека; способы решения конфликтных ситуаций при занятиях физической культурой и спортом; основы формирования физической культуры личности студента. |
| Уметь: | рационально использовать средства и методы физического воспитания 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 и повышения остроты зрения; регулировать свое психическое состояние с использованием методики психорегулирующей тренировки; толерантно воспринимать личностные различия; 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: | 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, толерантного отношения к окружающим, позволяющие поддерживать психологический климат при работе в 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 студента. Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. Методы самоконтроля при занятиях физическими упражнениями и спортом | | | | |

| | | | | | |
|---|--|---|---|------|--|
| 1.1 | <p>Здоровье человека как ценность и факторы его определяющие. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни. Роль спорта и физической культуры в жизни студентов. 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)». Правила и способы планирования индивидуальных (самостоятельных) занятий физическими упражнениями различной целевой направленности. Российский студенческий спортивный союз, его цели и задачи. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО)» – 6-я ступень. Простейшие методики самооценки работоспособности, утомления, переутомления и применение средств физической культуры для их направленной коррекции. Показатели функционального состояния организма. Субъективные и объективные показатели самоконтроля. Оценка степени утомления. Методы определения функционального состояния ССС по ЧСС. Профилактика травматизма. /Лек/</p> | 1 | 4 | ОК-8 | Л1.1 Л1.5 Л1.6 Л1.1 Л1.1 Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.7 Л2.15 |
| 1.2 | <p>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. Здоровый образ жизни и его составляющие. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Основные требования к организации здорового образа жизни. Критерии эффективности здорового образа жизни. /Ср/</p> | 1 | 4 | ОК-8 | Л1.1Л2.1 Л2.3 Л1.1 Л2.12 Л2.13 |
| Раздел 2. Психологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности | | | | | |
| 2.1 | <p>Психологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента. Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы, ее определяющие. Основные причины психологического состояния студентов в период экзаменационной сессии, критерии нервно-эмоционального и психологического утомления. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психологического утомления студентов, повышения эффективности учебного труда. /Ср/</p> | 1 | 6 | ОК-8 | Л1.6 Л1.1 Л1.10 Л1.1Л2.1 Л2.12 Л2.13 Л2.17 Л2.20 |
| Раздел 3. Основы физического воспитания. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. Кондиционные и координационные способности человека. Основы планирования самостоятельных занятий физическими упражнениями | | | | | |

| | | | | | |
|-----|--|---|----|------|---|
| 3.1 | <p>Общая физическая подготовка (ОФП), ее цели и задачи. Специальная физическая подготовка (СФП), ее цели и задачи. Формы занятий физическими упражнениями. Подвижные игры и их роль для занимающихся физической культурой и спортом. Кондиционные и координационные способности человека. Методы воспитания физических способностей и контроль за уровнем их развития. Физическое воспитание в вузе. Структура и направленность учебно-тренировочных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности. Методика построения самостоятельного тренировочного занятия оздоровительной направленности. Особенности самостоятельных занятий для женщин. Планирование и управление самостоятельными занятиями.</p> <p>/Ср/</p> | 1 | 14 | ОК-8 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.1 Л1.1 Л1.1 Л1.14 Л1.15Л2.1 Л2.4 Л2.9 Л1.1 Л2.22 |
| | Раздел 4. Спорт. Студенческий спорт. Социальные функции спорта. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки. Основы спортивной тренировки. Средства и методы спортивной тренировки. | | | | |
| 4.1 | <p>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. Основы технико-тактической подготовки по избранным видам спорта (баскетбол, волейбол, футбол, бадминтон). Спортивные соревнования как средство и метод общей физической, профессионально-прикладной, спортивной подготовки студентов.</p> <p>/Ср/</p> | 1 | 6 | ОК-8 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.1 Л1.11 Л1.1 Л1.12Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.8 Л2.9 Л2.16 Л2.19 Л2.21 |
| | Раздел 5. Основы профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) студентов | | | | |
| 5.1 | <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. Организация, формы и средства ППФП студентов в вузе. Контроль за эффективностью профессионально-прикладной физической подготовленности студентов.</p> <p>/Ср/</p> | 1 | 6 | ОК-8 | Л1.1 Л1.1Л2.4 Л2.12 Л2.15 Л2.16 Л1.1 |
| | Раздел 6. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом | | | | |
| 6.1 | <p>Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Самоконтроль, его основные методы. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы). Субъективные и объективные показатели самоконтроля. Оценка степени утомления. Дневник самоконтроля. Правила составления и ведения дневника самоконтроля, его воспитательная задача. Профилактика спортивного травматизма. Методы оказания первой помощи при наиболее распространенных спортивных травмах.</p> <p>/Ср/</p> | 1 | 10 | ОК-8 | Л1.5 Л1.10 Л1.1Л2.1 Л2.15 Л1.1 |
| | Раздел 7. Методы оценки и коррекции осанки. Методика корригирующей гимнастики для глаз. Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда | | | | |

| | | | | | |
|---|--|---|----|------|---|
| 7.1 | Определение понятия «осанка». Основные заболевания позвоночника. Методы оценки и коррекции осанки. Физические упражнения, направленные на формирование правильной осанки. Корректирующая гимнастика для позвоночника. Близорукость и дальнозоркость – причины возникновения. Методы восстановления и укрепления зрения. Корректирующая гимнастика для профилактики, снятия утомления и повышения остроты зрения. Физическая культура в режиме трудового дня. Методика проведения производственной гимнастики. Методика проведения физкультурной паузы и физкультурной минутки. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. /Ср/ | 1 | 10 | ОК-8 | Л1.1 Л2.4 Л1.6 Л1.14Л2.1 Л2.3 Л1.1 Л1.1 Л2.22 |
| Раздел 8. Методика психорегулирующей тренировки | | | | | |
| 8.1 | Сущность психорегулирующей тренировки. Методы регуляции психического состояния. Роль средств физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния человека. Психологические основы эффективности тренировочного процесса. Вербальное и невербальное воздействие на человека в процессе занятий физической культурой и спортом. Методика психорегулирующей тренировки. /Ср/ | 1 | 4 | ОК-8 | Л1.10 Л2.13 Л1.1 Л1.13Л2.1 Л2.3 Л2.4 |
| Раздел 9. Личность и ее формирование в процессе занятий физической культурой и спортом. Общение в спорте как социально-психологическое явление | | | | | |
| 9.1 | Место межличностных отношений в системе жизнедеятельности людей. Формирование толерантных установок на уровне личности. Характеристика общения в спорте. Психологический климат и успешность спортивной деятельности. Психологический такт. Спортивная этика. Влияние коллектива на формирование личности занимающегося физической культурой и спортом. /Ср/ | 1 | 4 | ОК-8 | Л2.17 Л2.20Л2.1 Л2.4 Л1.1 Л1.1 Л2.13 Л2.15 |
| Раздел 10. Подготовка к зачету | | | | | |
| 10.1 | Подготовиться к зачету: 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 корректирующей гимнастики, направленных 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. Методики корректирующей гимнастики для глаз. Способы проведения физкультурных пауз и физкультурных минуток. Способы регуляции психических состояний человека. Способы решения конфликтных ситуаций при занятиях физической культурой и спортом. Основы формирования физической культуры личности студента. /Зачёт/ | 1 | 4 | ОК-8 | Л1.1 Л2.2 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.8 Л1.1 Л1.11 Л1.12 Л1.13Л2.1 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.7 Л2.9 Л1.1 Л1.1 Л2.17 Л2.20 |

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 | 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 |
| Л1.2 | 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 |
| Л1.3 | 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 |
| Л1.4 | 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 |
| Л1.5 | 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 |
| Л1.6 | Пискунов В. А., Максинаева М. Р., Тупицына Л. П., и др. | Здоровый образ жизни: учебное пособие | Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2012 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363869 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.7 | Мишенькина В. Ф., Эртман Ю. Н., Ковырина 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 |
| Л1.8 | 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 |
| Л1.9 | 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 |
| Л1.10 | 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 |

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|-------|---|---|---|---|
| Л1.11 | 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 |
| Л1.12 | 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 |
| Л1.13 | Титаренко Е. В. | Психорегуляция в профессиональной подготовке будущих бакалавров: учебное пособие (курс лекций): курс лекций | Ставрополь: Северо- Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596412 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.14 | 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 |
| Л1.15 | 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 | 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 |
| Л2.2 | 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 |
| Л2.3 | Чертов Н. В. | Физическая культура: учебное пособие | Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2012 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241131 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.4 | 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 |

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|-------|---|--|--|---|
| 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 | 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 |
| Л2.7 | 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 |
| Л2.8 | | Легкая атлетика: энциклопедия | Москва: Человек, 2012 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461469 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.9 | 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 |
| Л2.10 | 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 |
| Л2.11 | 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 |
| Л2.12 | 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 |
| Л2.13 | Плотникова М. В. | Психофизиология профессиональной деятельности: учебное пособие | Тюмень: Тюменский государственный университет, 2016 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=571514 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.14 | 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 |

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
|-------|---|--|---|---|
| Л2.15 | Гребенникова Ю. В., Ковыляева Н. А., Сантьева Е. В., Рыжова Н. С. | Физическая культура: учебное пособие | Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2019 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572859 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.16 | 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 |
| Л2.17 | 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 |
| Л2.18 | Кизько А. П., Забелина Л. Г., Кизько Е. А. | Физическая культура: теоретический курс: учебное пособие | Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2016 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576350 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.19 | Каткова А. М., Храмцова А. И. | Физическая культура и спорт: учебное пособие | Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2018 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=598981 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.20 | Пшеничнова Л. М., Ротарь Г. Г. | Психология общения: учебное пособие | Воронеж: Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2019 | http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=601573 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л2.21 | 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 |
| Л2.22 | 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 (24х12; 18х9) 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.