Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»
Таганрогский институт имени А. П. Чехова (филиал) «РГЭУ (РИНХ)»

УТВЕРЖДАЮ
Директор филиала

А. Ю. Голобородько
«09» 06 2016г.

Рабочая программа дисциплины

Б1.Б.14 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Направление подготовки

09.03.03 «Прикладная информатика»

Профиль

09.03.03.01 «Прикладная информатика в менеджменте»

Уровень образования

бакалавриат

Таганрог
2016 г.

ФАКУЛЬТЕТ	1	физики, математики, информатики
КАФЕДРА	2	физической культуры
	(код)	(наименование)

ОБЩИЙ ОБЪЕМ* работы обучающихся в час.	уч. план 72	Очная форма	Заочная форма 4г 6 м	
Всего аудиторных занятий, час., в том числе:			**2**	
- лекций,			2	
по семестрам			2 (2)	
- лабораторные занятия,				
по семестрам				
- практические занятия,				
по семестрам				
В интерактивной форме, час				
Всего самостоятельной работы, час., в том числе:			**66**	
- контрольные работы по семестрам				
- курсовые работы по семестрам				
- курсовые проекты по семестрам				
- другое			66 (2)	
Изучено и переаттестовано, час.				
Зачеты, по семестрам, час			4 (2)	
Экзамены, по семестрам, час				
Всего ЗЕТ по учебному плану		2		

* Объем часов по всем видам работ переносится из учебного плана.

ОСНОВАНИЕ

ФГОС ВО по направлению подготовки направление 09.03.03 «Прикладная информатика» (квалификация «бакалавр») утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.03.2015 г. №207

Учебный план направления 09.03.03 «Прикладная информатика»профиль 09.03.03.01 «Прикладная информатика в менеджменте» одобрен Ученым советом вуза 31.05.2016 г. протокол № 11.

АВТОР (Ы) канд. пед. наук		Е. И. Кибенко	02.06.2016
(ученая степень, звание, должность)	(подпись)	(Ф.И.О.)	(дата)

ОБСУЖДАЛАСЬ И СОГЛАСОВАНА

Кафедрой физической культуры		Е. И. Кибенко	02.06.2016
	(подпись)	(Ф.И.О.)	(дата)
Факультет физики, математики, информатики		Донских С.А.	09.06.2016
(наименование)	(подпись)	(Ф.И.О.)	(дата)

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Цели освоения дисциплины: Целью учебной дисциплины «Физическая культура» является формирование физической культуры личности студента, способности целенаправленно использовать знания, умения и навыки в области физической культуры и спорта способствующие сохранению и укреплению здоровья, психофизической подготовке и самоподготовке к будущей профессиональной деятельности, что позволяет овладеть элементами следующих компетенций ОК-6; ОК-8.

1.2. **Задачи, направленные на достижение поставленной цели предусматривают решение следующих образовательных, воспитательных, развивающих и оздоровительных задач:**

– понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

– знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

– формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

– овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;

– обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;

– приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

2.1. **Цикл (раздел) ОП:** *Б1.Б.14 «Физическая культура» является базовой дисциплиной трудоёмкостью две зачётные единицы реализуется в объёме 72 ч. (2 з. е.) со студентами I – III курсов.*

2.2. **Связь с другими дисциплинами учебного плана**

Перечень предшествующих дисциплин	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Школьный курс предмета «Физическая культура»	«Элективные курсы по физической культуре» «Безопасность жизнедеятельности»

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Студент должен знать:

– основные средства и методы физического воспитания (ОК-8);

– простейшие методы самоконтроля за состоянием своего организма во время и после занятий физическими упражнениями и спортом (ОК-8);

– правила и способы планирования систем индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности (ОК-8);

– основы формирования физической культуры личности студента (ОК-6; ОК-8).

Студент должен уметь:

– рационально использовать средства и методы физического воспитания для повышения своих функциональных и двигательных возможностей (ОК-6, ОК-8);
– использовать знания и практические умения, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья человека (ОК-6, ОК-8);
– организовать самостоятельные занятия физкультурно-спортивной деятельностью (ОК-6, ОК-8);
– применять простейшие формы контроля за состоянием здоровья и физической подготовленностью во время и после занятий физической культурой (ОК-6; ОК-8).
Студент должен владеть навыками:
– использования профессионально-прикладной физической подготовки (ОК-6);
– самоконтроля за состоянием своего организма во время и после занятий физическими упражнениями и спортом (ОК-6, ОК-8);
– межличностного общения, толерантного отношения к окружающим, различными типами коммуникаций (ОК-6).
У студента должны быть сформированы элементы следующих компетенций:
– способностью работать в коллективе, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия (ОК-6);
– способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Аудиторные занятия − заочная форма обучения

Неделя	Кол. час	в том числе в интерактивной форме, час	Вид занятия, модуль, тема и краткое содержание	Формируемые компетенции
43 - 44	***6***		**2 семестр (сессия 3)**	
44	***2***		**Лекции**	ОК-6, ОК-8
43	*2*		*Тема:* Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке бакалавров. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Современное состояние физической культуры и спорта в Российской Федерации. Государственная политика в области физической культуры и спорта в Российской Федерации. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО). Физическая культура в формировании личности. Самовоспитание и самосовершенствование средствами физической культуры и спорта. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления, повышения эффективности учебного труда.	ОК-6, ОК-8
44	*4*		**Зачет**	ОК-6, ОК-8

4.2. **Самостоятельная работа студента – заочная форма обучения**

Неделя	Кол. час	Темы, разделы, вынесенные на самостоятельную подготовку, тематика рефератной работы, контрольных работ, рекомендации по использованию литературы, ЭВМ и др.	Формируемые компетенции
1-42	***66***	**1 курс**	ОК-6, ОК-8
1-2	*4*	**Тема 1 «Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов»** 1. Дать анализ современному состоянию физической культуры и спорта в России. 2. Изучить закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».	
3-4	*4*	**Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры.** 1. Рассмотреть естественнонаучные основы физической культуры. 2. Ознакомиться с понятиями: «гомеостаз», «саморегуляция», «организм» и др. 6. Раскрыть содержание понятий «гипокинезия» и «гиподинамия»	
5-6	*4*	**Тема 3 «Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья».** 1. Дать определение понятиям: «здоровье», «здоровый образ жизни», «рациональное питание» и др. 2. Заполнить таблицу; «Удельный вес факторов, определяющий риск для здоровья»	
7-8	*4*	**Тема 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности** 1. Знать объективные и субъективные показатели контроля позволяющие выявить степень утомления занимающегося физическими упражнениями. 2. Выделить наиболее значимые симптомы степени переутомления при умственном труде.	
8-10	*4*	**Тема 5. Общая физическая, специальная и спортивная подготовка в системе физического воспитания.** 1. Рассмотреть общие социальные принципы воспитательной стратегии общества. 2. Изучить средства и методы физического воспитания, основы обучения движениям. 3. Определить составляющие кондиционной и координационной подготовки человека (воспитание физических качеств: быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости).	
11-12	*4*	**Тема 6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.** 1. Определить субъективные факторы, влияющие на формирование мотивов у человека побуждающих к самостоятельным занятиям физической культурой или спортом.	ОК-6, ОК-8

		2. Изучить формы самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.	
13-14	*4*	**Тема 7. Студенческий спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физического воспитания** 1. Рассмотреть особенности организации и планирования спортивной подготовки в вузе. 2. Изучить теоретико-методологические основы соревновательного процесса. Рассмотреть спортивные соревнования как средство и метод общей физической, профессионально-прикладной, спортивной подготовки студентов.	ОК-6, ОК-8
15-16	*4*	**Тема 8. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений** 1. Определить мотивационные варианты и обосновать индивидуальный выбор вида спорта. 2. Подобрать виды спорта направленные на: укрепление здоровья, коррекцию недостатков физического развития и телосложения; повышение функциональных возможностей организма; активный отдых; психофизическую подготовку к будущей профессиональной деятельности и овладение жизненно необходимыми умениями и навыками; для достижения наивысших спортивных результатов.	ОК-6, ОК-8
17-19	*4*	**Тема 9. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом** 1. Ознакомиться с основами врачебно-педагогического контроля. 2. Научиться определять ЧСС, артериальное давление. Знать простейшие методы самоконтроля: пробу Штанге; пробу Генчи; индекс Руфье - Диксона; тест Купера и др.	ОК-6, ОК-8
20-23	*4*	**Тема 10. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.** 1. Дать определение понятию «профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)». Выявить цели и задачи ППФП. 2. Изучить основные факторы, определяющие ППФП будущего бакалавра данного профиля; дополнительные факторы, оказывающие влияние на содержание ППФП по избранной профессии; основное содержание ППФП будущего бакалавра; прикладные виды спорта и их элементы.	ОК-6, ОК-8
24-26	*4*	**Тема 11. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра.** 1. Выявить особенности физической культуры бакалавра (различных направлений). 2. Подобрать средства, методы и формы организации ППФП для занимающихся физической культурой и спортом в вузе.	ОК-6, ОК-8
27-28	*4*	**Тема 12. Психологические основы эффективности тренировочного процесса. Спортивная форма как проявление высшей готовности к соревнованию.** 1. Провести анализ эмоциональной сферы занимающихся физической культурой и спортом, выявить формы её проявления. 2. Рассмотреть понятия: «мёртвая точки», «второе дыхание» и др. 3. Определить психологические основы эффективности тренировочного процесса.	ОК-6, ОК-8
29-32	*4*	**Тема 13. Личность и её формирование в процессе занятий физической культурой и спортом. Общение в спорте как социально-психологическое явление. Психология конфликтов в спортивных**	ОК-6, ОК-8

		коллективах. 1. Определить критерии формирования личности в процессе занятий спортом. 2. Выявить особенности общения до и во время физкультурно-спортивной деятельности занимающихся: место межличностных отношений в системе жизнедеятельности людей; формирование толерантных установок на уровне личности; критерии толерантности.	
33-35	*4*	**Тема 14. Влияние коллектива на формирование личности занимающего физической культурой и спортом. Лидерство и его влияние на успешность физкультурно-спортивной деятельности коллектива.** 1. Определить структурные особенности малых социальных групп. Рассмотреть спортивные команды как малые группы и коллективы. Провести анализ и выявить признаки «малой группы». Дать определение понятию «референтные группы».	ОК-6, ОК-8
36-38	*4*	**Тема 15. Общая характеристика оздоровительной физической культуры. Содержательные основы оздоровительной физической культуры.** 1. Дать общую характеристику оздоровительной физической культуре. 2. Рассмотреть содержательные основы оздоровительной физической культуры. 3. Дать определение понятиям: «адаптивная физическая культура», «базово-пролонгирующая физическая культура», «гигиеническая физическая культура», «рекреативная физическая культура», «оздоровительно-реабилитационная физическая культура», «базовый спорт»..	ОК-6, ОК-8
39-41	*6*	**Тема 16. Основы построения оздоровительной тренировки. Характеристика средств оздоровительной направленности. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой. Дневник самоконтроля.** 1.Освоить основы построения оздоровительной тренировки. 2. Изучить организацию и проведение круговой оздоровительной тренировки. 3. Составить комплекс оздоровительных упражнений для коррекции осанки.	ОК-6, ОК-8
	66	**Общая трудоемкость самостоятельной работы (час)**	ОК-6, ОК-8

5. ФОНД ОЧЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Контрольные вопросы и задания для зачета по физической культуре

1. Формы и методы организации физического воспитания в вузе.
2. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
3. Как определить нарушения осанки? Назовите несколько упражнений, направленных на формирование правильной осанки.
4. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.
5. Средства и методы развития силы. Методы контроля уровня развития силы (привести пример).
6. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
7. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. Для каких целей используют пробы с задержкой дыхания?

8. Средства и методы тренировки оздоровительной направленности.
9. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы) (привести пример).
10. Формирование личности студента средствами физической культуры и спорта.
11. Методика контроля уровня развития выносливости.
12. Личность и межличностные отношения во время занятий физкультурно-спортивной деятельностью.
13. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
14. Средства и методы развития гибкости. Методы контроля уровня развития гибкости (привести пример).
15. Физическая культура в профессиональной подготовке будущего педагога.
16. Средства и методы развития ловкости. Методы контроля уровня развития ловкости (привести пример).
17. Субъективные и объективные показатели самоконтроля. Оценка степени утомления.
18. Методика построения самостоятельного тренировочного занятия оздоровительной направленности.
19. Гипокинезия и гиподинамия, их неблагоприятное влияние на организм.
20. Дайте определение понятию «осанка». Как определить нарушения осанки? Методы коррекции осанки.
21. Средства и методы развития быстроты. Методы контроля уровня развития быстроты (привести пример).
22. Личность и ее формирование в процессе занятий физической культурой и спортом.
23. Особенности рационального использования «малых форм» физической культуры в режиме учебного труда студентов.
24. Назовите простейшие методики для самооценки работоспособности.
25. Методика составления и проведения физкультурных минуток, пауз активного отдыха.
26. Взаимосвязь физкультурно-спортивной деятельности и общекультурного развития студентов.
27. В каком порядке рекомендуется располагать общеразвивающие упражнения в комплексе утренней гигиенической гимнастики? Какое количество упражнений входит в комплекс?
28. Методика проведения круговой тренировки.
29. Социальные функции спорта.
30. Составьте и проведите утреннюю гигиеническую гимнастику, используя различные типы дыхания. Объясните, какие упражнения были использованы и почему.
31. Методика корригирующей гимнастики для профилактики, снятия утомления и повышения остроты зрения.
32. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимые условия здорового образа жизни.
33. Подберите физические упражнения для проведения физкультурной минутки с учащимися начальной школы с учётом того, что занятие будет проводиться на ограниченном участке.
34. Степень влияния факторов физиологического, физического, психического характера на работоспособность студентов.
35. Назовите типы дыхания, дайте характеристику каждому.
36. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов в период экзаменационной сессии.
37. Общая и специальная физическая подготовка, их цели и задачи.
38. Основные формы проведения производственной гимнастики. Назовите план-схему комплекса физических упражнений вводной гимнастики для профессий, связанных с умственным трудом.

39. Кондиционные и координационные способности человека.
40. Формирование спортивного характера с помощью видов спорта, направленных преимущественно на развитие выносливости (на примере одного из видов спорта).
41. Каких правил следует придерживаться при проведении самомассажа? В какой последовательности рекомендуется проводить общий самомассаж?

Примерные темы рефератов по дисциплине «Физическая культура»

1. Здоровье человека как ценность и факторы его определяющие.
2. Здоровый образ жизни и его составляющие.
3. Ценностные ориентации студентов на здоровый образ жизни.
4. Нарушения опорно-двигательного аппарата и его коррекция средствами физической культуры.
5. Роль физических упражнений в коррекции и профилактике остеохондроза позвоночника и при нарушениях осанки.
6. Двигательный режим – один из важнейших факторов сохранения и укрепления здоровья.
7. Врачебно-педагогический контроль, его содержание и задачи.
8. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.
9. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
10. Дневник самоконтроля. Субъективные и объективные показатели самоконтроля.
11. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие здорового образа жизни.
12. Определение нагрузки при занятиях физическими упражнениями.
13. Основные средства повышения общей и профессиональной работоспособности.
14. Особенности занятий физической культурой с людьми различных возрастных групп.
15. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра.
16. Физическая культура в научной организации труда.
17. Особенности физического развития и физической подготовленности лиц молодого и зрелого возраста.
18. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура.
19. Основные формы занятий физическими упражнениями.
20. Гигиенические требования к проведению самостоятельных занятий.
21. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.
22. Система студенческих спортивных соревнований. Общественные студенческие спортивные организации.
23. Возможные формы организации тренировки в вузе.
24. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий.
25. Медицинские показания и противопоказания к занятиям оздоровительной физической культурой.
26. Физическая культура в быту трудящихся.
27. Физическая культура в режиме трудового дня.
28. Физическое воспитание в старшем и пожилом возрасте.
29. Физическая подготовка и творческое долголетие человека.
30. Методика формирования физической активности студентов в домашних условиях.
31. Формы активного проведения досуга.
32. Соревнования спортивных семей.
33. Основы физического воспитания молодой семьи.
34. Правила составления комплекса утренней гигиенической гимнастики.
35. Роль производственной гимнастики в профессиональной деятельности.
36. Характеристика производственной физической культуры.

37. Физическая культура в рабочее и свободное время.
38. Профилактика бытового и профессионального травматизма.
39. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
40. Место ППФП в системе физического воспитания.
41. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
42. Простейшие методики самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями.
43. Методы оценки уровня здоровья занимающихся.
44. Использование дополнительных средств повышения общей и профессиональной работоспособности в процессе занятий физическими упражнениями.
45. Агитация и пропаганда ЗОЖ учителями-предметниками, активно занимающимися физической культурой и спортом, значение её в школьном коллективе.
46. Роль физкультурно-спортивной деятельности в развитии разных типов коммуникаций.
47. Личность и её формирование в процессе занятий физической культурой и спортом.
48. Общение в спорте как социально-психологическое явление.
49. Психология конфликтов в спортивных коллективах.
50. Личность как субъект и объект общественных отношений в спорте.
51. Психологический такт. Спортивная этика.
52. Психологический климат и успешность спортивной деятельности.
53. Лидерство и его влияние на успешность физкультурно-спортивной деятельности коллектива.
54. Влияние коллектива на формирование личности занимающего физической культурой и спортом.
55. Болельщики как социально-психологическое явление.

Объем реферата – 12-15 машинописных страниц.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Основная и дополнительная литература

№	Выходные данные	Количество экземпляров
	Основная литература	
1	Барчуков И. С. Физическая культура. М.: Академия, 2013.	10
2	Виленский М. Я. [и др.] Физическая культура студента / под ред. В. И. Ильинича. М.: Гайдарики, 2005.	1
3	Кузнецов В. С. Теория и методика физической культуры. М.: Академия, 2012.	10
4	Чумаков Н. А. Безопасность жизнедеятельности. Медицина катастроф. М.: Академия, 2012.	20
5	Мисюк М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. М.: Юрайт, 2011.	12
	Дополнительная литература	
1	Безопасность жизнедеятельности [С. А. Полиевский, А. А. Иванов, Э. А. Зорин, В. В. Церябина] / под ред. С. А. Полиевского. М.: Академия, 2013.	20
2	Ильин Е. П. Психология спорта. СПб: Питер, 2008.	2

3	Трубников В. И., Трубникова Е. В. Популярные методы оздоровления человека. Таганрог: Изд-во Таганрог гос. пед. ин-та, 2004.	4
4	Михайлов С. С. Спортивная биохимия. М.: Советский спорт, 2004.	1
5	Самусев Р. П. Анатомия человека. М.: ООО Издательский дом «ОНИКС 21 век», 2004.	10
6	Гимнастика / под ред. М. Л. Журавина, Н. К. Меньшикова. М.: Академия, 2009.	12
7	Евсеев Ю. И. Физическая культура. Ростов н/Д: Феникс, 2008.	
8	Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности. М.: Советский спорт, 2005.	1
9	Физическая культура студента / Виленский М. Я. [и др.], под ред. В. И. Ильинича. М.: Гайдарики, 2005.	2
10	Макарова Г. А. Спортивная медицина. М.: Советский спорт, 2003.	1
Методические разработки		
1	Кибенко Е. И. Физическая культура: методико-практические занятия. Таганрог: Изд-во Таганрог. гос. пед. ин-та имени А.П. Чехова, 2014.	27
2	Кибенко Е. И. Баскетбол. Таганрог: Изд-во Таганрог. гос. пед. ин-та имени А.П. Чехова, 2014.	10
3	Трубникова Е. В. Олимпийское образование студенческой молодежи: пособие для преподавателей по внеаудитор. работе со студентами спорт.-оздоровит. цикла.Таганрог: Изд-во Таганрог. гос. пед. ин-та, 2003.	8
4	Быков Н. Д. Здоровье и самоконтроль функционального состояния студентов в педагогическом вузе: учеб.-метод. пособие для студентов пед. вузов по курсу «Физическая культура». Таганрог: Изд-во Таганрог. гос. пед. ин-та, 2009.	39
5	Зарубина Р. В Совместная деятельность преподавателя, врача и студента по воспитанию здорового образа жизни: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обучающихся по спец. 050720.65 «Физическая культура». Таганрог: Изд-во Таганрог. гос. пед. ин-та, 2010.	10

6.2. **Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

№	Выходные данные
1	Теория и практика физической культуры: www.teoriya.ru
2	Физическая культура в школе: www.shkola-press.ru
3	Физкультура и спорт: www.fismag.ru
4	Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: библиотека ТГПИ – http/tgpi.ru:8082/library/

6.3. **Перечень программного обеспечения**

№	Наименование программного обеспечения
1	Microsoft Office
2	
…	…

6.4. **Перечень информационно-справочных систем**

№	Наименование информационно-справочных систем
1	
…	…

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения. Для проведения лекционных занятий используется демонстрационное оборудование.
– спортивный зал – 24×12;
– спортивный зал – 18×9;
– мини-футбольная грунтовая площадка – 40×20;
– трасса «Здоровья» с естественным покрытием (круг 500 м.);
– беговая асфальтовая дорожка (круг 177 м.)

ТСО	Кол-во	Станки и оборудование	Кол-во	Инвентарь	Кол-во
Музыкальный центр	1	Ковер для занятий гимнастикой	2	Мячи:	
Компьютер	3	Мини-футбольные ворота	2	волейбольные	40
Принтер	2	Щиты баскетбольные	2	баскетбольные	35
Ксерокс	2	Стойки волейбольные	2	футбольные	20
		Стойки для бадминтона	2	Бадминтонные ракетки	20
		Скамейки гимнастические	6	Скакалки	50
		Шведская стенка	3	Обручи	40
		Шахматные часы	2	Наборы для настольного тенниса	6
		Столы для настольного тенниса	6	Дартс	5
		Конь	1	Секундомеры	8
		Козел	1	Гири	5
		Перекладина	1	Гимнастические палки	20
		Брусья р/в	1	Эстафетные палочки	6
		Гимнастическое бревно	1	Маты	6
		Мостик подкидной	1	Копье	4
		Колодки легкоатлетические	3	Гранаты	5
		Барьеры легкоатлетические	6	Медбольные мячи	10
				Шахматы	4
				Шашки	4
				Нарды	2
				Сетки:	
				волейбольные	3
				баскетбольные	8
				футбольные	2
				бадминтонные	2

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Лист переутверждения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2017 - 2018 учебном году на заседании кафедры физической культуры, протокол № 10 от «04» мая 2017 г.

Зав. кафедрой физической культуры Кибенко Е.И.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2017 - 2018 учебном году на заседании совета факультета физики, математики, информатики, протокол № 22 от «11» мая 2017 г.

Декан факультета физики, математики, информатики Донских С.А.