

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Рукович Александр Владимирович
Должность: Директор
Дата подписания: 17.11.2021 10:15:21
Уникальный программный ключ:
f45eb7c44954саас05ea7d4f32eb8d7d6b3cb96ae6d9b4bda094afddaffb705f

Министерство науки и высшего образования и Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования
«СЕВЕРО-ВОСТОЧНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ М.К. АММОСОВА»
Технический институт (филиал) ФГАОУ ВО «СВФУ» в г. Нерюнгри

Кафедра общеобразовательных дисциплин

Рабочая программа дисциплины

Б1.О.05 Физическая культура и спорт

для программы бакалавриата по направлению подготовки
44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)»
Направленность программы: Дошкольное образование и начальное образование

Форма обучения: очная

Автор: Прокопенко Л.А., к.п.н. доцент кафедры общеобразовательных дисциплин, e-mail:
larisana4@mail.ru

РЕКОМЕНДОВАНО Представитель кафедры филологии _____ / Погуляева И.А. И.о. заведующего кафедрой филологии _____ / Погуляева И.А. протокол № <u>7</u> от « <u>21</u> » <u>04</u> 2020 г.	ОДОБРЕНО Представитель кафедры ПиМНО _____ / Шахмалова И.Ж. Заведующий кафедрой ПиМНО _____ / Мамедова Л.В. протокол № <u>7</u> от « <u>25</u> » <u>04</u> 2020 г.	ПРОВЕРЕНО Нормоконтроль в составе ОПОП пройден Специалист УМО _____/ Санникова С.Р. « <u>27</u> » <u>04</u> 2020 г.
Рекомендовано к утверждению в составе ОМ Председатель УМС _____ протокол УМС № <u>6</u> от « <u>27</u> » <u>04</u> 2020 г.	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ ОТДЕЛЕНИЯ МЕТОДИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТЕХНИЧЕСКОГО ИНСТИТУТА (ФИЛИАЛ) ФГАОУ ВО «СВФУ» в г. НЕРЮНГРИ И.А. Яковлева _____	Зав. библиотекой _____/ Зангеева А.Ю. « <u>27</u> » <u>04</u> 2020 г.

Нерюнгри 2020

АННОТАЦИЯ
к рабочей программе дисциплины
Б1.О.05 Физическая культура и спорт
Трудоемкость 2 з.е.

1.1. Цель освоения и краткое содержание дисциплины

Цель освоения: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Краткое содержание дисциплины:

1. Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
2. Биологические и социально-биологические основы физической культуры.
3. Физиологическая характеристика двигательной активности и формирования движений.
4. Общая и специальная физическая подготовка.
5. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
6. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и специалистов.

1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения программы (содержание и коды компетенций)	Наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине
Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7)	Обосновывает выбор здоровьесберегающей технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности (УК-7.1); планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности (УК-7.2); соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности (УК-7.3);	<p>Знать: научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни</p> <p>Уметь: использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p>Владеть (методиками): обучения физическим упражнениям, знает технику и методику выполнения базовых упражнений в избранном виде спорта</p> <p>Владеть практическими навыками: демонстрирует практические навыки выполнения базовых упражнений в избранном виде спорта, знает правила соревнований, участвует в судействе соревнованиях на уровне группы и института</p>

	<p>устанавливает соответствие выбранных средств и методов укрепления здоровья, физического самосовершенствования показателям уровня физической подготовленности (УК-7.4);</p> <p>определяет готовность к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (УК-7.5).</p>	
--	--	--

1.3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Индекс	Наименование дисциплины (модуля), практики	Семестр изучения	Индексы и наименования учебных дисциплин (модулей), практик	
			на которые опирается содержание данной дисциплины (модуля)	для которых содержание данной дисциплины (модуля) выступает опорой
Б1.О.05	Физическая культура и спорт	1-2	Знания, умения и компетенции, полученные в среднем общеобразовательном учебном заведении.	Б1.О.04 Безопасность жизнедеятельности Б1.В.ДВ.02.01 Здоровьесберегающие образовательные технологии Б1.В.ДВ.02.02 Физическое воспитание детей дошкольного возраста Б1.В.ДВ.01.01 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (настольный теннис) Б1.В.ДВ.01.02 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (физическая культура для студентов)

				спецмедгруппы) Б1.В.ДВ.01.03 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (фитнес) Б1.В.ДВ.01.04 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (легкая атлетика) Б1.В.ДВ.01.05 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (волейбол) Б1.В.ДВ.01.06 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (пауэрлифтинг) Б1.В.ДВ.01.07 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (футбол)
--	--	--	--	---

1.4. Язык преподавания: русский

2. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Выписка из учебного плана (гр. БА-ПО-20):

Код и название дисциплины по учебному плану	Б1.О.05 Физическая культура и спорт	
Курс изучения	1	
Семестр(ы) изучения	1-2	
Форма промежуточной аттестации (зачет/экзамен)	Зачет/зачет	
Контрольная работа, семестр выполнения	-	
Трудоемкость (в ЗЕТ)	2 ЗЕТ	
Трудоемкость (в часах) (сумма строк №1,2,3), в т.ч.:	72	
№1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (КР), в часах:	Объем аудиторной работы, в часах	В т.ч. с применением ДОТ или ЭО ¹ , в часах
Объем работы (в часах) (1.1.+1.2.+1.3.):	34/30	-
1.1. Занятия лекционного типа (лекции)	17/15	-
1.2. Занятия семинарского типа, всего, в т.ч.:	-	-
- семинары (практические занятия, коллоквиумы и т.п.)	17/15	-
- лабораторные работы	-	-
- практикумы	-	-
1.3. КСР (контроль самостоятельной работы, консультации)	-	-
№2. Самостоятельная работа обучающихся (СРС) (в часах)	2/6	
№3. Количество часов на экзамен (при наличии экзамена в учебном плане)	-	

¹Указывается, если в аннотации образовательной программы по позиции «Сведения о применении дистанционных технологий и электронного обучения» указан ответ «да».

3. Содержание дисциплины, структурированное по темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

3.1. Распределение часов по разделам и видам учебных занятий 1, 2 семестры

Раздел	Всего часов	Контактная работа, в часах									Часы СРС
		Лекции	из них с применением ЭО и ЛОТ	Семинары (практические занятия, коллоквиумы)	из них с применением ЭО и ЛОТ	Лабораторные работы	из них с применением ЭО и ЛОТ	Практикумы	из них с применением ЭО и ЛОТ	КСР (консультации)	
<i>Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов (тема 1)</i>	12	6	-	6	-	-	-	-	-	-	-
<i>Биологические и социально-биологические основы физической культуры (тема 2)</i>	12	6	-	6	-	-	-	-	-	-	-
<i>Физиологическая характеристика двигательной активности и формирования движений (тема 3)</i>	12	5	-	5	-	-	-	-	-	-	2 (ПР)
Всего за 1 семестр	36	17		17							2
<i>Общая и специальная физическая подготовка (тема 4)</i>	12	6	-	6	-	-	-	-	-	-	-
<i>Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями (тема 5)</i>	12	6	-	6	-	-	-	-	-	-	-
<i>Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и специалистов (тема 6)</i>	12	3	-	3	-	-	-	-	-	-	6 (ПР)
Всего за 2 семестр	36	15	-	15	-	-	-	-	-	-	6

Примечание: ПР-подготовка к практическим занятиям

3.2. Содержание тем программы дисциплины

Тема 1. Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Физическая культура и спорт как социальный феномен современного общества. Средства и основные составляющие физической культуры. Физическая культура в профессиональной подготовке студента

Тема 2. Биологические и социально-биологические основы физической культуры.

Биологические основы физической культуры. Социально-биологические основы физической культуры.

Тема 3. Физиологическая характеристика двигательной активности и формирования движений.

Основы здорового образа жизни студентов. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных функциональных систем и организма в целом под воздействием направленной физической нагрузки или тренировки

Тема 4. *Общая и специальная физическая подготовка.*

Общая физическая подготовка (ОФП). Специальная физическая подготовка. Интенсивность физических нагрузок при физической подготовке. Значение мышечной релаксации (расслабления). Организация и методика учебно-тренировочных занятий.

Тема 5. *Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.*

Основные методические положения самостоятельных занятий. Формы, средства и основное содержание самостоятельных занятий. Врачебный, педагогический контроль и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями и спортом.

Тема 6. *Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и специалистов.*

Общие положения профессионально-прикладной физической подготовки студентов. Методические основы производственной физической культуры. Влияние условий труда и быта специалиста на выбор форм, методов и средств ПФК. Физическая культура и спорт в свободное время специалистов. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

3.3. Формы и методы проведения занятий, применяемые учебные технологии

В процессе преподавания дисциплины используются традиционные технологии наряду с активными и интерактивными технологиями.

Метод кооперативного обучения «Учение через обучение» реализуется при изучении новой темы, педагог распределяет материал малыми дозами между студентами (4-5 чел.), которые готовятся к его объяснению с использованием презентаций, доносят материал до обучающихся, по ходу задавая вопросы на понимание материала и обобщая работу, проводят экспресс-тестирование. Данный метод позволяет научить студентов учиться и передавать свои знания, повысить активность обучающихся, осознанность полученных знаний, определить какой материал (фрагменты) были освоены лучше (тема «Основы здорового образа жизни студентов»).

Метод «Ротация» организуется в малых группах в нескольких рабочих зонах, по мере выполнения задания происходит ротация по рабочим зонам и в конце подводится итог проделанной работы. В результате активизируется деятельность студентов, материал интенсивно прорабатывается (тема «Определение индивидуального уровня здоровья»).

Метод кооперативного обучения «Пазл» для выполнения проверочной работы реализуется через создание экспертов по 3 человека в группе, которые самостоятельно вне аудитории готовят материал по трем смысловым фрагментам, затем встречаются в аудитории, обсуждают подобранный материал в своей группе, затем обмениваются мнениями по своим смысловым фрагментам с экспертами других групп, возвращаются в свою группу и дорабатывают проверочную работу, обогащая ее новыми сведениями. Благодаря этому методу студенты учатся работать в команде, повышается позитивная ответственность, углубленное изучение материала, обогащение его разнообразными сведениями (тема «Комплекс мероприятий оздоровительно-профилактической направленности с учетом будущей профессии»).

4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы² обучающихся по дисциплине Содержание СРС

1 семестр

№	Наименование раздела (темы) дисциплины	Вид СРС	Трудо-емкость (в часах)	Формы и методы контроля
1	<i>Физиологическая характеристика</i>	Подготовка к практическому	2	Анализ теоретического материала, выполнение

² Самостоятельная работа студента может быть внеаудиторной (выполняется студентом самостоятельно без участия преподавателя – например, подготовка конспектов, выполнение письменных работ и др.) и аудиторной (выполняется студентом в аудитории самостоятельно под руководством преподавателя – например, лабораторная или практическая работа).

	<i>двигательной активности и формирования движений (тема 3)</i>	занятию		практических заданий , зачет
	Всего часов		2	

2 семестр

№	Наименование раздела (темы) дисциплины	Вид СРС	Трудо-емкость (в часах)	Формы и методы контроля
1	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями (тема 5)	Подготовка к практическому занятию	2	Анализ теоретического материала, выполнение практических заданий , зачет
2	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и специалистов (тема 6)	Подготовка к практическому занятию	4	Анализ теоретического материала, выполнение практических заданий , зачет
	Всего часов		6	

Работа на практическом занятии

В период освоения дисциплины студенты посещают лекционные занятия, самостоятельно изучают дополнительный теоретический материал к практическим занятиям. Критериями оценки работы на практических занятиях является: владение теоретическими положениями по теме, выполнение практических заданий, знание терминологии. Самостоятельная работа студентов включает проработку конспектов лекций, обязательной и дополнительной учебной литературы в соответствии с планом занятия; выполнение практических работ. Основной формой проверки СРС является устный фронтальный опрос на практическом занятии.

Критериями для оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются: уровень освоения учебного материала, умение использовать теоретические знания при выполнении проверочных работ, сформированность общеучебных умений, обоснованность и четкость изложения ответа.

Подготовка к практическому занятию

Подготовка к практическим занятиям предполагает проработку теоретических вопросов, составление конспекта.

Темы для практических (семинарских) занятий:

1 семестр

Тема 1. Особенности учебной деятельности студентов. Формы гигиенической гимнастики. Производственная гимнастика для профилактики утомления студента в режиме учебного дня.

Тема 2. Применение средств физической культуры и спорта в экзаменационный период и в свободное время студентов.

Тема 3. Действие самомассажа на системы организма, общие противопоказания к самомассажу и правила самомассажа.

Тема 4. Здоровье человека как индивида. Характеристика физического, психического и социального здоровья.

2 семестр

Тема 1. Структура физкультурного занятия. Задачи и содержание подготовительной, основной и заключительной частей занятия.

Тема 2. Классификация общеразвивающих упражнений. Гимнастическая терминология. Методика составления и проведения комплекса общеразвивающих упражнений.

Тема 3. Методы оценки осанки и телосложения. Средства коррекции осанки и телосложения студентов.

Тема 4. Характеристика профессии в связи с задачами профессионально-прикладной физической подготовки.

Требования: обоснованность и четкость изложения ответа, конспект содержит основной теоретический материал.

Критерии оценки подготовки к практическому занятию:

10 баллов - работа студента характеризуется смысловой цельностью, связностью, четкостью и последовательностью изложения, дается развернутый ответ на поставленные вопросы. Конспект содержит основной теоретический материал.

9 баллов – работа студента характеризуется смысловой цельностью; изложение материала недостаточно четко. Фактических ошибок, связанных с пониманием проблемы, нет. Конспект содержит основной теоретический материал.

7 баллов – ставится при условии, если студент допускает ошибки при объяснении смысла или содержания вопроса, недостаточно четкости и полноты изложения. Конспект содержит краткое освещение теоретического материала.

5 баллов – студент на заданные вопросы отвечает нечетко и неполно. Конспект содержит краткое освещение теоретического материала.

Проверочная работа

Проверочная работа проверяет знания студентов по изученной теме. Представляет собой задания, направленные на проверку знаний и навыков практического их применения.

1 семестр

Проверочная работа №1 «Средства и методы регулирования работоспособности студентов в отдельные периоды учебного года»

Проверочная работа № 2 «Комплекс упражнений самомассажа».

Проверочная работа № 3 «Комплекс упражнений мышечной релаксации».

Проверочная работа № 4 «Расчет двигательной активности и суточных энергозатрат».

Проверочная работа № 5 «Определение индивидуального уровня здоровья».

2 семестр

Проверочная работа № 6 «Конспект учебно-тренировочного занятия».

Проверочная работа № 7 «Методы оценки и коррекции телосложения».

Проверочная работа № 8 «Дневник самоконтроля».

Проверочная работа № 9 «Профессиограмма. Виды спорта и упражнения ППФП».

Проверочная работа № 10 «Комплекс мероприятий оздоровительно-профилактической направленности».

Требования к проверочной работе: правильность оформления, правильность выполнения задания; методическая грамотность в подборе физических упражнений, тестов, проб мероприятий; правильность методики проведения упражнений; точность математических расчетов; грамотность сделанных выводов.

Критерии оценки проверочной работы: 12 баллов – работа соответствует всем требованиям; 11 баллов – имеются неточности в оформлении работы; 8 баллов - имеются неточности в математическом расчете или отсутствуют выводы, допущены ошибки, выполнена не в полном объеме.

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Методические указания для помощи обучающимся в успешном освоении дисциплины в соответствии с запланированными видами учебной и самостоятельной работы обучающихся находятся в читальном зале ТИ (ф) СВФУ:

1. Прокопенко Л.А. Средства и методы регулирования работоспособности студентов в отдельные периоды учебного года // Методические рекомендации к выполнению заданий методико-практического раздела дисциплины «Физическая культура» студентов первого курса всех направлений и специальностей (очной формы обучения). - ТИ (ф) СВФУ, 2014. – 40 с. (к теме 1).

2. Хода Л.Д. Социально-биологические основы адаптации человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания // Методические рекомендации к

выполнению заданий методико-практического раздела дисциплины «Физическая культура» студентов первого курса (очной формы обучения). - ТИ (ф) СВФУ, 2013. – 44 с. (к теме 2).

3. Прокопенко Л.А. Методы оценки уровня здоровья и функционального состояния организма // Методические рекомендации для студентов высших учебных заведений к дисциплине «Физическая культура». - ТИ (ф) СВФУ, 2017. – 41 с. (к теме 3).

4. Хода Л.Д. Физкультурное занятие // Методические рекомендации к семинарским занятиям дисциплины «Физическая культура» для студентов очной формы обучения. - ТИ (ф) СВФУ, 2015. – 51 с. (к теме 4).

5. Прокопенко Л.А. Методы оценки и средства коррекции осанки и телосложения студентов // Методические рекомендации к выполнению проверочных работ по дисциплине «Физическая культура» для студентов высших учебных заведений (очная и заочная форма обучения). - ТИ (ф) СВФУ, 2017. – 47 с. (к теме 5).

6. Прокопенко Л.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов // Методические рекомендации к выполнению проверочных заданий дисциплины «Физическая культура» для студентов всех направлений и специальностей (очной и заочной формы обучения). - ТИ (ф) СВФУ, 2015. – 48 с. (к теме 6).

7. Хода Л.Д., Новичихина Е.В., Боровская Л.М. Физическая культура: учебно-методическое пособие. - ТИ (ф) СВФУ, 2011. – 90 с.

Методические рекомендации по выполнению практических работ и ФОС размещены в СДО Moodle: <http://moodle.nfygu.ru/course/view.php?id=9962>

Рейтинговый регламент по дисциплине:

1, 2 семестры

№	Вид выполняемой учебной работы (контролирующие материалы)	Количество баллов (min)	Количество баллов (max)
1	Подготовка к практическому занятию	4 x 5 б. = 20 б.	4 x 10б. = 40 б.
2	Проверочные работы на практических занятиях	5 x 8 б.= 40 б.	5 x 12 б.= 60 б.
	Количество баллов для получения зачета (min-max)	60	100

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

5.1. Показатели, критерии и шкала оценивания

1, 2 семестры

Коды оцениваемых компетенций	Показатель оценивания (по п.1.2.РПД)	Уровни освоения	Критерии оценивания (дескрипторы)	Оценка
УК-7.1; УК-7.2; УК-7.3; УК-7.4; УК-7.5	Знать: научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни Уметь: использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни Владеть (методиками): обучения физическим упражнениям, знает технику и методику выполнения базовых упражнений в избранном виде	Освоено	Демонстрирует знания по теме, дает развернутый ответ на поставленный вопрос, раскрывает основные методические положения вопросов на практических занятиях. Проверочные работы выполнены в соответствии с требованиями к их подготовке.	зачтено
		Не освоены	Ответы по теме имеют ошибки, изложение нелогично. Отсутствуют методические положения. <i>или</i> Отказ от ответа.	Не зачтено

	спорта Владеть практическими навыками: демонстрирует практические навыки выполнения базовых упражнений в избранном виде спорта, знает правила соревнований, участвует в судействе соревнованиях на уровне группы и института		Проверочные работы не выполнены или выполнены не в полном объеме.	
--	--	--	---	--

6.2. Типовые контрольные задания (вопросы) для промежуточной аттестации

В рамках дисциплины осуществляется промежуточный контроль в форме зачета (выставляется по итогам набранных баллов).

В соответствии с п. 5.13 Положения о балльно-рейтинговой системе в СВФУ (утвержденный приказом ректором СВФУ от 21.02.2018 г.), зачет «ставится при наборе 60 баллов». Таким образом, процедура зачета не предусмотрена.

В каждом семестре студент должен подготовить конспекты по темам лекционного материала, выполнить 5 письменных проверочных работ на семинарских (практических) занятиях. Учитывается активность на занятиях и посещаемость занятий.

6.3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания 1, 2 семестры

Характеристики процедуры	
Вид процедуры	зачет по БРС
Цель процедуры	выявить степень сформированности компетенции УК-7.1; УК-7.2; УК-7.3; УК-7.4; УК-7.5
Локальные акты вуза, регламентирующие проведение процедуры	Положение о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся СВФУ, версия 3.0, утверждено ректором СВФУ 19.02.2019 г. Положение о балльно-рейтинговой системе в СВФУ, версия 4.0, утверждено 21.02.2018 г.
Субъекты, на которых направлена процедура	студенты 1 курса бакалавриата
Период проведения процедуры	Зимняя экзаменационная сессия / Летняя экзаменационная сессия
Требования к помещениям и материально-техническим средствам	-
Требования к банку оценочных средств	-
Описание проведения процедуры	процедура зачета не предусмотрена
Шкалы оценивания результатов	шкала оценивания результатов приведена в п.6.1. РПД
Результаты процедуры	Для получения зачета студент должен набрать не менее 60 баллов.

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины³

№	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной литературы, вид и характеристика иных информационных ресурсов	Наличие грифа, вид грифа	Библиотека ТИ (ф) СВФУ, кол-во экземпляров	Электронные издания: точка доступа к ресурсу (наименование ЭБС, ЭБ СВФУ)	Количество студентов
Основная литература⁴					
1	Физическая культура студента и жизнь: учебник / В.И. Ильинич. - М.: Гардарики, 2010	УМО РФ	17	-	20
2	Чертов Н.В. Физическая культура и спорт: учебное пособие. - Ростов: Изд-во Южного федерального университета, 2012	-		http://biblioclub.ru/index.php?page=book_read&id=241131&sr=1	20
Дополнительная литература					
1	Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник. 2009.		1	-	20
2	Солодков А.С., Сологуб Е.Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная. Учебник. 2012.	УМО РФ	1		20
3	Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания. 2009.		1		20

³ Для удобства проведения ежегодного обновления перечня основной и дополнительной учебной литературы рекомендуется размещать раздел 7 на отдельном листе, с обязательной отметкой в Учебной библиотеке.

⁴ Рекомендуется указывать не более 3-5 источников (с грифами).

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее сеть-Интернет), необходимых для освоения дисциплины

1) Электронная информационно-образовательная среда «Moodle»:

<http://moodle.nfygu.ru/course/view.php?id=9962>

2) Образовательный портал на платформе «Открытое образование», курс «Физическая культура» <https://openedu.ru/course/#query>

9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Виды учебных занятий*	Наименование аудиторий, кабинетов, лабораторий и пр.	Перечень оборудования
1.	Лекционные и семинарские занятия	Мультимедийный кабинет	интерактивная доска, ноутбук, мультимедийный проектор
2.	Подготовка к СРС	Кабинет для СРС № 402	Компьютер, доступ к интернет

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

10.1. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используются следующие информационные технологии:

- использование на занятиях электронных изданий (чтение лекций с использованием слайд-презентаций, электронного учебного пособия), видео- и аудиоматериалов (через Интернет);
- организация взаимодействия с обучающимися посредством электронной почты и СДО Moodle.

10.2. Перечень программного обеспечения

- MS WORD, MS PowerPoint.

10.3. Перечень информационных справочных систем

Не используются.

