

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
"Российский государственный профессионально-педагогический университет"  
Институт гуманитарного и социально-экономического образования  
Кафедра спортивных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Б1.О.03.02 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

Направление подготовки: 44.03.04 Профессиональное обучение (по отраслям)

Профиль подготовки: Креативные технологии в индустрии моды и красоты (по  
элективным модулям)

Формы обучения: очная, заочная

Квалификация (степень) выпускника: Бакалавр

Объем: в зачетных единицах: 2 з.е.  
в академических часах: 72 ак.ч.

Проректор по образовательной  
деятельности

Л. К. Габышева

**Разработчики:**

Заведующий кафедрой спортивных дисциплин, кандидат биологических наук, доцент Сидоров Р. В.

Рабочая программа дисциплины (модуля) составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.04 Профессиональное обучение (по отраслям), утвержденного приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 №124, с учетом трудовых функций профессиональных стандартов: "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", утвержден приказом Минтруда России от 22.09.2021 № 652н; "Специалист в области проектирования текстильных изделий и одежды", утвержден приказом Минтруда России от 21.03.2022 № 151н; "Специалист по моделированию и конструированию швейных, трикотажных, меховых, кожаных изделий по индивидуальным заказам", утвержден приказом Минтруда России от 24.12.2015 № 1124н; "Специалист по предоставлению парикмахерских услуг", утвержден приказом Минтруда России от 25.12.2014 № 1134н; "Специалист по предоставлению визажных услуг", утвержден приказом Минтруда России от 22.12.2014 № 1080н.

## **1. Цель и задачи освоения дисциплины**

Цель освоения дисциплины - 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 профессиональной деятельности.

Задачи изучения дисциплины:

- Формирование у студентов широкого профессионального мировоззрения и интереса к проблемам физической культуры и спорта, стремление к всестороннему анализу и творческому усвоению изучаемого материала;
- Обеспечение усвоения студентами фундаментальных знаний в области теории физической культуры и спорта, целостного осмысления сути профессиональной деятельности, общих закономерностей, педагогических принципов, средств, методов, форм организации физической культуры, а также сформировать у них профессионально-педагогические умения и навыки.

## **2. Планируемые результаты обучения по дисциплине , соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

*Компетенции, индикаторы и результаты обучения*

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-7.1 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности

*Знать:*

УК-7.1/Зн1 Роль и место физической культуры и спорта в жизни и развитии человека

УК-7.1/Зн2 Средства, методы и принципы физической культуры и спорта

УК-7.1/Зн3 Общую и частную анатомию и физиологию человека, физиологию высшей нервной деятельности

УК-7.1/Зн5 Методики самооценки функционального состояния организма

УК-7.1/Зн6 Способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности

*Уметь:*

УК-7.1/Ум1 Проводить оценку уровня здоровья

УК-7.1/Ум2 Осуществлять самооценку физического развития, функционального состояния и физической подготовленности организма

*Владеть:*

УК-7.1/Нв1 Навыками сохранения, укрепления и развития здоровья, совершенствования физических качеств

УК-7.1/Нв2 Методиками оценки уровня здоровья

УК-7.2 Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья

*Знать:*

УК-7.2/Зн1 Основы организации и ведения здорового образа жизни

УК-7.2/Зн2 Основы организации самостоятельных занятий физической культурой

УК-7.2/Зн3 Основные методы обеспечения физического, психического и социального здоровья

*Уметь:*

УК-7.2/Ум1 Выстраивать индивидуальную программу сохранения, укрепления и развития здоровья с учетом индивидуально-типологических особенностей организма

УК-7.2/Ум2 Планировать и организовывать систему самостоятельных занятий физической культурой

УК-7.2/Ум3 Осуществлять подбор необходимых прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда

*Владеть:*

УК-7.2/Нв1 Методикой построения индивидуальных программ сохранения, укрепления и развития здоровья с учетом индивидуально-типологических особенностей организма

УК-7.2/Нв2 Основами планирования и организации системы самостоятельных занятий физической культурой

### **3. Место дисциплины в структуре ОП**

Дисциплин Б1.О.03.02 «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части образовательной программы и изучается в семестре(ах): очная форма обучения - 4, заочная форма обучения - 3, 4.

Предшествующие дисциплины (практики) по связям компетенций:

Б1.О.04.01 Возрастная физиология и психофизиология;

Б1.О.03.04 Элективные курсы по физической культуре и спорту;

Последующие дисциплины (практики) по связям компетенций:

Б3.01(Д) Выполнение и защита выпускной квалификационной работы;

Б2.О.06(Пд) Преддипломная практика;

Б1.О.03.04 Элективные курсы по физической культуре и спорту;

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и образовательной программой.

#### 4. Объем дисциплины и виды учебной работы

##### Очная форма обучения

| Период обучения   | Общая трудоемкость (часы) | Общая трудоемкость (ЗЕТ) | Контактная работа (часы, всего) | Лекционные занятия (часы) | Практические занятия (часы) | Самостоятельная работа (часы) | Промежуточная аттестация (часы) |
|-------------------|---------------------------|--------------------------|---------------------------------|---------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------|
| Четвертый семестр | 72                        | 2                        | 18                              | 10                        | 8                           | 50                            | Зачет (4)                       |
| Всего             | 72                        | 2                        | 18                              | 10                        | 8                           | 50                            | 4                               |

##### Заочная форма обучения

| Период обучения   | Общая трудоемкость (часы) | Общая трудоемкость (ЗЕТ) | Контактная работа (часы, всего) | Лекционные занятия (часы) | Самостоятельная работа (часы) | Установочные лекционные занятия (часы) | Промежуточная аттестация (часы) |
|-------------------|---------------------------|--------------------------|---------------------------------|---------------------------|-------------------------------|--|---------------------------------|
| Третий семестр    | 36                        | 1                        |                                 |                           | 32                            | 4                                      |                                 |
| Четвертый семестр | 36                        | 1                        | 6                               | 6                         | 30                            |  | Зачет                           |
| Всего             | 72                        | 2                        | 6                               | 6                         | 62                            | 4                                      |                                 |

#### 5. Содержание дисциплины

##### 5.1. Разделы, темы дисциплины и виды занятий

##### Очная форма обучения

| Наименование раздела, темы   |       |                    |                      |
|--|-------|--------------------|----------------------|
|  | Всего | Лекционные занятия | Практические занятия |
| Раздел 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов | 4     | 2                  | 2                    |

|   |           |          |          |          |
|---|-----------|----------|----------|----------|
| Тема 1.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов  | 4         | 2        |          | 2        |
| <b>Раздел 2. Социально-биологические основы физической культуры</b>   | <b>4</b>  | <b>2</b> |          | <b>2</b> |
| Тема 2.1. Социально-биологические основы физической культуры  | 4         | 2        |          | 2        |
| <b>раздел 3. Основы здорового образа жизни студента. физическая культура в обеспечении здоровья</b>   | <b>8</b>  | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>4</b> |
| Тема 3.1. Основы здорового образа жизни студента. физическая культура в обеспечении здоровья  | 8         | 2        | 2        | 4        |
| <b>Раздел 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. средства физической культуры в регулировании работоспособности</b> | <b>4</b>  | <b>2</b> |          | <b>2</b> |
| Тема 4.1. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. средства физической культуры в регулировании работоспособности        | 4         | 2        |          | 2        |
| <b>Раздел 5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания</b>   | <b>6</b>  |          | <b>2</b> | <b>4</b> |
| Тема 5.1. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания  | 6         |          | 2        | 4        |
| <b>Раздел 6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями</b>   | <b>10</b> | <b>2</b> |          | <b>8</b> |
| Тема 6.1. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями  | 10        | 2        |          | 8        |
| <b>Раздел 7. Спорт. индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений</b>  | <b>8</b>  |          | <b>2</b> | <b>6</b> |

|  |           |           |          |           |
|--|-----------|-----------|----------|-----------|
| Тема 7.1. Спорт. индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений            | 8         |           | 2        | 6         |
| <b>Раздел 8. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений</b> | <b>6</b>  |           |          | <b>6</b>  |
| Тема 8.1. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений        | 6         |           |          | 6         |
| <b>Раздел 9. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом</b>                  | <b>10</b> |           | <b>2</b> | <b>8</b>  |
| Тема 9.1. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом                         | 10        |           | 2        | 8         |
| <b>Раздел 10. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ппфп) студентов</b>            | <b>8</b>  |           |          | <b>8</b>  |
| Тема 10.1. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ппфп) студентов                   | 8         |           |          | 8         |
| <b>Итого</b>   | <b>68</b> | <b>10</b> | <b>8</b> | <b>50</b> |

*Заочная форма обучения*

| Наименование раздела, темы  | Всего    | Лекционные занятия | Самостоятельная работа | Установочные лекционные занятия |
|---|----------|--------------------|------------------------|---------------------------------|
| <b>Раздел 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов</b> | <b>7</b> | <b>1</b>           | <b>5</b>               | <b>1</b>                        |
| Тема 1.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов        | 7        | 1                  | 5                      | 1                               |
| <b>Раздел 2. Социально-биологические основы физической культуры</b>                           | <b>6</b> |                    | <b>6</b>               |                                 |

|   |          |          |          |          |
|---|----------|----------|----------|----------|
| Тема 2.1. Социально-биологические основы физической культуры  | 6        |          | 6        |          |
| <b>раздел 3. Основы здорового образа жизни студента. физическая культура в обеспечении здоровья</b>   | <b>9</b> | <b>2</b> | <b>6</b> | <b>1</b> |
| Тема 3.1. Основы здорового образа жизни студента. физическая культура в обеспечении здоровья  | 9        | 2        | 6        | 1        |
| <b>Раздел 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. средства физической культуры в регулировании работоспособности</b> | <b>7</b> |          | <b>7</b> |          |
| Тема 4.1. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. средства физической культуры в регулировании работоспособности        | 7        |          | 7        |          |
| <b>Раздел 5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания</b>   | <b>7</b> | <b>1</b> | <b>6</b> |          |
| Тема 5.1. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания  | 7        | 1        | 6        |          |
| <b>Раздел 6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями</b>   | <b>9</b> | <b>2</b> | <b>6</b> | <b>1</b> |
| Тема 6.1. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями  | 9        | 2        | 6        | 1        |
| <b>Раздел 7. Спорт. индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений</b>  | <b>5</b> |          | <b>5</b> |          |
| Тема 7.1. Спорт. индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений   | 5        |          | 5        |          |
| <b>Раздел 8. Особенности занятий избранным видом спорта или системой</b>  | <b>8</b> |          | <b>7</b> | <b>1</b> |



|   |           |          |           |          |
|---|-----------|----------|-----------|----------|
| <b>физических упражнений</b>  |           |          |           |          |
| Тема 8.1. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений | 8         |          | 7         | 1        |
| <b>Раздел 9. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом</b>           | 7         |          | 7         |          |
| Тема 9.1. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом                  | 7         |          | 7         |          |
| <b>Раздел 10. Профессионально-прикладная физическая подготовка (пфп) студентов</b>      | 7         |          | 7         |          |
| Тема 10.1. Профессионально-прикладная физическая подготовка (пфп) студентов             | 7         |          | 7         |          |
| <b>Итого</b>  | <b>72</b> | <b>6</b> | <b>62</b> | <b>4</b> |

## 5. Содержание разделов, тем дисциплин

### ***Раздел 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов***

#### ***Тема 1.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов***

Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Современное состояние физической культуры и спорта. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Физическая культура личности. Деятельностная сущность физической культуры в различных сферах жизни. Ценности физической культуры. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и целостного развития личности. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту. Основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении.

### ***Раздел 2. Социально-биологические основы физической культуры***

#### ***Тема 2.1. Социально-биологические основы физической культуры***

Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека. Средства физической культуры и спорта в управлении совершенствованием функциональных возможностей организма в целях обеспечения умственной и физической деятельности. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки. Двигательная функция и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.

### ***Раздел 3. Основы здорового образа жизни студента. физическая культура в обеспечении здоровья***

#### ***Тема 3.1. Основы здорового образа жизни студента. физическая культура в обеспечении здоровья***

Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни. 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, физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни. Критерии эффективности здорового образа жизни.

#### ***Раздел 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. средства физической культуры в регулировании работоспособности***

##### ***Тема 4.1. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. средства физической культуры в регулировании работоспособности***

Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента. Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы, ее определяющие. Основные причины изменения психофизического состояния студентов в период экзаменационной сессии, критерии нервно-эмоционального и психофизического утомления. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления студентов, повышения эффективности учебного труда.

#### ***Раздел 5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания***

##### ***Тема 5.1. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания***

Методические принципы физического воспитания. Методы физического воспитания. Основы обучения движениям. Основы совершенствования физических качеств. Формирование психических качеств в процессе физического воспитания. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи. Специальная физическая подготовка. Спортивная подготовка, ее цели и задачи. Структура подготовленности спортсмена. Зоны и интенсивность физических нагрузок. Значение мышечной релаксации. Возможность и условия коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте. Формы занятий физическими упражнениями. Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения физическим упражнениям. Структура и направленность учебно-тренировочного занятия.

#### ***Раздел 6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями***

##### ***Тема 6.1. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями***

Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности. Характер содержания занятий в зависимости от возраста. Особенности самостоятельных занятий для женщин. Планирование и управление самостоятельными занятиями. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности. Гигиена самостоятельных занятий. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. Участие в спортивных соревнованиях. Перспективное, текущее и оперативное планирование подготовки. Основные пути достижения необходимой структуры подготовленности занимающихся. Контроль за эффективностью тренировочных занятий. Специальные зачетные требования и нормативы по годам (семестрам) обучения по избранному виду спорта или системе физических упражнений. Календарь студенческих соревнований. Спортивная классификация и правила спортивных соревнований в избранном виде спорта.

#### ***Раздел 7. Спорт. индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений***

##### ***Тема 7.1. Спорт. индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений***

Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи. Спортивная классификация. Студенческий спорт. Особенности организации и планирования спортивной подготовки в вузе. Спортивные соревнования как средство и метод общей физической, профессионально-прикладной, спортивной подготовки студентов. Система студенческих спортивных соревнований. Общественные студенческие спортивные организации. Олимпийские игры и Универсиады. Современные популярные системы физических упражнений. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий. Краткая психофизиологическая характеристика основных групп видов спорта и систем физических упражнений.

#### ***Раздел 8. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений***

##### ***Тема 8.1. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений***

*упражнений*

Краткая историческая справка. Характеристика особенностей воздействия данного вида спорта (системы физических упражнений) на физическое развитие и подготовленность, психические качества и свойства личности. Модельные характеристики спортсмена высокого класса. Определение цели и задач спортивной подготовки (или занятий системой физических упражнений) в условиях вуза. Возможные формы организации тренировки в вузе.

### ***Раздел 9. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом***

#### ***Тема 9.1. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом***

Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Врачебный контроль, его содержание. Педагогический контроль, его содержание. Самоконтроль, его основные методы, показатели и дневник самоконтроля. Использование методов стандартов, антропометрических индексов, номограмм функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.

### ***Раздел 10. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ппфп) студентов***

#### ***Тема 10.1. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ппфп) студентов***

Общие положения профессионально-прикладной физической подготовки. 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 подготовки. Особенности ППФП студентов по избранному направлению подготовки или специальности. СХЕМА ИЗЛОЖЕНИЯ РАЗДЕЛА на каждом факультете: основные факторы, определяющие ППФП будущего специалиста данного профиля; дополнительные факторы, оказывающие влияние на содержание ППФП по избранной профессии; основное содержание ППФП будущего бакалавра и специалиста; прикладные виды спорта и их элементы. Зачетные требования и нормативы по ППФП по годам обучения (семестрам) для студентов факультета. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра. Производственная физическая культура. Производственная гимнастика. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Дополнительные средства повышения общей и профессиональной работоспособности. Влияние индивидуальных особенностей, географо-климатических условий и других факторов на содержание физической культуры специалистов, работающих на производстве. Роль будущих специалистов по внедрению физической культуры в производственном коллективе.

## **6. Рекомендуемые образовательные технологии**

Для изучения дисциплины используются различные образовательные технологии:

1. Технологии проведения занятий в форме диалогового общения, которые переводят образовательный процесс в плоскость активного взаимодействия обучающегося и педагога. Обучающийся занимает активную позицию и перестает быть просто слушателем семинаров или лекций. Технологии представлены: групповыми дискуссиями, конструктивный совместный поиск решения проблемы, тренинг (микрообучение и др.), ролевые игры (деловые, организационно-деятельностные, инновационные, коммуникативные и др.).
2. Технология обучения в сотрудничестве применяются при проведении семинарских, практических и лабораторных занятий, нацелены на совместную работу в командах или группах и достижение качественного образовательного результата.

3. Для организации процесса обучения и самостоятельной работы используются информационно-коммуникационные образовательные технологии, представленные в виде педагогических программных средств и электронной информационно-образовательной среды (ЭИОС). Технологии расширяют возможности образовательной среды, как разнообразными программными средствами, так и методами развития креативности обучаемых. К числу таких программных средств относятся моделирующие программы, поисковые, интеллектуальные обучающие, экспертные системы, программы для проведения деловых игр.

При реализации образовательной программы с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения:

- состав видов контактной работы по дисциплине (модулю), при необходимости, может быть откорректирован в направлении снижения доли занятий лекционного типа и соответствующего увеличения доли консультаций (групповых или индивидуальных) или иных видов контактной работы;
- информационной основой проведения учебных занятий, а также организации самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) являются представленные в электронном виде методические, оценочные и иные материалы, размещенные в электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) университета, в электронных библиотечных системах и открытых Интернет-ресурсах;
- взаимодействие обучающихся и педагогических работников осуществляется с применением ЭИОС университета и других информационно-коммуникационных технологий (видеоконференцсвязь, облачные технологии и сервисы, др.);
- соотношение контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю) может быть изменено в сторону увеличения последней, в том числе самостоятельного изучения теоретического материала.

## **7. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины**

### **7.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы**

#### *Основная литература*

1. Занятия лекционного типа по дисциплине «Физическая культура и спорт» / . - Волгоград: ВолгГМУ, 2023. - 248 - 978-5-9652-0847-0. - Текст: электронный. // : [сайт]. - URL: <https://e.lanbook.com/book/338297> (дата обращения: 09.11.2023). - Режим доступа: по подписке

2. Каткова,, А. М. Физическая культура и спорт: учебное наглядное пособие / А. М. Каткова,, А. И. Храмова,. - Физическая культура и спорт - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2018. - 64 с. - 978-5-4263-0617-2. - Текст: электронный. // IPR SMART: [сайт]. - URL: <https://www.iprbookshop.ru/79030.html> (дата обращения: 28.06.2023). - Режим доступа: по подписке

3. Мезенцева, В. А. Физическая культура и спорт: учебное пособие / В. А. Мезенцева, С. С. Петрова. - Самара: СамГАУ, 2023. - 240 - 978-5-88575-709-6. - Текст: электронный. // : [сайт]. - URL: <https://e.lanbook.com/book/348065> (дата обращения: 09.11.2023). - Режим доступа: по подписке

#### *Дополнительная литература*

1. Янова, М. Г. Здоровый образ жизни обучающихся в вузе: валеологические аспекты: учеб. пособие / М. Г. Янова, Т. А. Мартиросова, Е. Д. Кондрашова. - Красноярск: КГПУ им. В.П. Астафьева, 2020. - 280 - 978-5-00102-420-0. - Текст: электронный. // : [сайт]. - URL: <https://e.lanbook.com/book/184203> (дата обращения: 09.11.2023). - Режим доступа: по подписке

2. Казантинова, Г. М. Методическое обеспечение учебного процесса по дисциплинам: «Физическая культура и спорт» и «Элективные дисциплины» для студентов, занимающихся в группе ЛФК («освобожденные» студенты): учебно-методическое пособие / Г. М. Казантинова. - Волгоград: Волгоградский ГАУ, 2022. - 72 - Текст: электронный. // : [сайт]. - URL: <https://e.lanbook.com/book/339314> (дата обращения: 09.11.2023). - Режим доступа: по подписке

3. Казантинова, Г. М. Оздоровительные комплексы физических упражнений при заболеваниях внутренних органов и обмена веществ: учебное пособие / Г. М. Казантинова, Т. А. Чарова. - Волгоград: Волгоградский ГАУ, 2018. - 212 - Текст: электронный. // : [сайт]. - URL: <https://e.lanbook.com/book/119921> (дата обращения: 09.11.2023). - Режим доступа: по подписке

4. Каткова, А. М. Справочник по гимнастической терминологии строевых и общеразвивающих упражнений: Учебно-методическое пособие / А. М. Каткова, А. И. Храмцова. - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2016. - 64 - 978-5-4263-0438-3. - Текст: электронный. // : [сайт]. - URL: <https://www.iprbookshop.ru/72514.html> (дата обращения: 09.11.2023). - Режим доступа: по подписке

5. Казантинова, Г. М. Физическая культура студента / Г. М. Казантинова, Т. А. Чарова, Л. Б. Андрищенко. - Волгоград: Волгоградский ГАУ, 2017. - 304 - 978-5-4479-0046-5. - Текст: электронный. // : [сайт]. - URL: <https://e.lanbook.com/book/100838> (дата обращения: 09.11.2023). - Режим доступа: по подписке

6. Физическая культура. Педагогический контроль студентов в процессе профессионально-прикладной физической подготовки: учебное пособие / Т. Н. Поборончук,, Т. А. Трифоненкова,, О. В. Лимаренко,, Т. А. Мартиросова,. - Физическая культура. Педагогический контроль студентов в процессе профессионально-прикладной физической подготовки - Красноярск: Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева, 2021. - 122 с. - 2227-8397. - Текст: электронный. // IPR SMART: [сайт]. - URL: <https://www.iprbookshop.ru/116652.html> (дата обращения: 28.06.2023). - Режим доступа: по подписке

7. Гилев, Г. А. Физическое воспитание студентов: Учебник / Г. А. Гилев, А. М. Каткова. - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2018. - 336 - 978-5-4263-0574-8. - Текст: электронный. // : [сайт]. - URL: <https://www.iprbookshop.ru/75830.html> (дата обращения: 09.11.2023). - Режим доступа: по подписке

## **7.2. Профессиональные базы данных и ресурсы «Интернет», к которым обеспечивается доступ обучающихся**

*Профессиональные базы данных*  
Не используются.

*Ресурсы «Интернет»*

1. <http://www.rsl.ru> - Российская национальная библиотека

2. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - Научная электронная библиотека

## **7.3. Программное обеспечение и информационно-справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

Информационные системы и платформы:

Подготовлено в системе 1С:Университет (000002689)

Страница 13 из 14

1. Система дистанционного обучения «Moodle».
2. Информационная система «Таймлайн».
3. Платформа для организации и проведения вебинаров «Mirapolis Virtual Room».

*Перечень программного обеспечения*

*(обновление производится по мере появления новых версий программы)*

Не используется.

*Перечень информационно-справочных систем*

*(обновление выполняется еженедельно)*

Не используется.

#### **7.4. Специальные помещения, лаборатории и лабораторное оборудование**

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа.
  2. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского (практического) типа, проведения групповых и индивидуальных консультаций, проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.
  3. Спортивный зал.
  4. Помещения для самостоятельной работы.
- Спортивный зал  
Спортивный зал (корпус 11)