

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования "Российский государственный профессионально-
педагогический университет"

Институт физической культуры, спорта и здоровья

Кафедра теории и методики физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.О.06.01 ТЕОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Направление подготовки: 44.03.04 Профессиональное обучение (по отраслям)

Профиль подготовки: Современные фитнес-технологии

Формы обучения: очная, заочная

Квалификация (степень) выпускника: Бакалавр

Объем:

в зачетных единицах: 9 з.е.

в академических часах: 324 ак.ч.

Проректор
по образовательной
деятельности

Л. К. Габышева

Разработчики:

Заведующий кафедрой теорий и методик физической культуры, кандидат педагогических наук, доцент
Андрюхина Т. В.

Доцент кафедры теории и методики физической культуры,
кандидат педагогических наук, доцент Кетриш Е. В.

1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины - формирование общепрофессиональных и профессиональных компетенций через усвоение студентами знаний и овладение умениями и навыками в области физического совершенствования человека.

Задачи изучения дисциплины:

- Формирование понимания социально–философской и культурологической значимости ценностей в области физической культуры;
- Овладение знаниями общих основ теории физической культуры и спорта;
- Формирование общепрофессиональных и профессиональных компетенций в области образовательной, рекреационной, организационно-управленческой, научно-исследовательской и культурно-просветительской деятельности.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Компетенции, индикаторы и результаты обучения

ПК-2 Способен разрабатывать, обновлять программное и учебно-методическое обеспечение учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практик и планировать занятия

ПК-2.1 Разрабатывает рабочие программы по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям), практикам для среднего профессионального образования, профессионального обучения и дополнительного профессионального образования

Знать:

ПК-2.1/Зн1 Содержание и методика реализации дополнительных программ, в том числе современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания

ПК-2.1/Зн2 Теория и практика среднего профессионального образования, профессионального обучения и (или) дополнительного профессионального образования по соответствующим направлениям подготовки, специальностям, профессиям и (или) видам профессиональной деятельности, в том числе научные исследования и опыт

ПК-2.1/Зн3 Основные технические средства обучения, включая ИКТ, возможности их использования на занятиях и условия выбора в соответствии с целями и направленностью образовательной программы (занятия)

ПК-2.1/Зн4 Требования федеральных государственных образовательных стандартов среднего профессионального образования, содержание примерных (типовых) программ

ПК-2.1/Зн5 Основные характеристики, методы педагогической диагностики и развития ценностно-смысловой, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной, интеллектуальной, коммуникативной сфер обучающихся различного возраста

ПК-2.1/Зн6 Требования профессиональных стандартов по соответствующему виду профессиональной деятельности

ПК-2.1/Зн7 Специальные условия, необходимые для дополнительного образования лиц с ограниченными возможностями здоровья, специфика инклюзивного подхода в образовании (при их реализации)

ПК-2.1/Зн8 Требования к учебно-методическому обеспечению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ среднего профессионального образования, профессионального обучения и (или) дополнительных профессиональных программ, методические основы его разработки

ПК-2.1/Зн9 Современное состояние области науки и (или) профессиональной деятельности, соответствующей преподаваемым учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям), практикам

ПК-2.1/Зн10 Структуру общих и профессиональных компетенций, формируемых в процессе обучения и воспитания рабочих (специалистов), а также характеристики воспитательных отношений: ценности, культуру обучающихся

ПК-2.1/Зн11 Законодательство Российской Федерации в сфере образования и законодательство Российской Федерации в области персональных данных

ПК-2.1/Зн12 Локальные нормативные акты, регламентирующие организацию образовательного процесса, разработку программно-методического обеспечения, ведение и порядок доступа к учебной и иной документации, в том числе документации, содержащей персональные данные

ПК-2.1/Зн13 Возможности использования ИКТ для ведения документации

ПК-2.1/Зн14 Правила заполнения и совместного использования электронных баз данных, содержащих информацию об участниках образовательного процесса и порядке его реализации, создания установленных форм и бланков для предоставления сведений уполномоченным должностным лицам

Уметь:

ПК-2.1/Ум1 Находить, анализировать возможности использования и использовать источники необходимой для планирования профессиональной информации (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы)

ПК-2.1/Ум2 Анализировать примерные (типовые) программы (при наличии), оценивать и выбирать учебники, учебные и учебно-методические пособия, электронные образовательные ресурсы и иные материалы по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) среднего профессионального образования, профессионального обучения и (или) дополнительных профессиональных программ

ПК-2.1/Ум3 Разрабатывать и обновлять рабочие программы по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям), для среднего профессионального образования, профессионального обучения и (или) дополнительных профессиональных программ

ПК-2.1/Ум4 Разрабатывать и обновлять основные программы профессионального

обучения и (или) рабочие программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) основных программ профессионального обучения, обеспечивающих практическую подготовку, и (или) программ практики, обеспечивающей освоение квалификации рабочего, служащего, основных профессиональных образовательных программ

Владеть:

ПК-2.1/Нв1 Методикой создания учебно-программной документации

ПК-2.1/Нв2 Приемами работы в информационных системах по проектированию учебно-программной документации

3. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина (модуль) Б1.О.06.01 «Теория физической культуры и спорта» относится к обязательной части образовательной программы и изучается в семестре(ах): очная форма обучения - 4, 5, 6, заочная форма обучения - 2, 3, 5, 6.

Предшествующие дисциплины (практики) по связям компетенций:

Б1.О.04.01 Возрастная физиология и психофизиология;

Б1.О.07.01 Медико-биологические основы физической культуры и спорта;

Б1.В.ДВ.02.01 Организация досуговых и спортивно-массовых мероприятий;

ФТД.01 Основы вожатской деятельности;

Б1.В.ДВ.01.01 Основы здоровьесбережения;

Б1.О.04.03 Педагогика;

Б1.О.05.01 Педагогика профессионального образования;

Б1.О.05.02 Психология профессионального образования;

Б1.О.08.01 Современные фитнес-технологии;

Б1.В.ДВ.02.02 Теория и методика культурно-досуговых мероприятий;

Последующие дисциплины (практики) по связям компетенций:

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

Б1.О.05.05 Информационные технологии в профессионально-педагогической деятельности;

Б1.О.07.01 Медико-биологические основы физической культуры и спорта;

Б1.О.05.03 Методика профессионального обучения;

Б2.О.03(П) Научно-исследовательская работа;

ФТД.03 Организация воспитательной работы в образовательных организациях

различного уровня;

Б1.О.06.05 Основы маркетинга в фитнес-индустрии;

Б2.О.02(П) Педагогическая практика;

Б2.О.04(Пд) Преддипломная практика;

Б1.О.07.04 Принципы и методы планирования индивидуальных программ в фитнесе;

Б2.В.02(П) Профессионально-квалификационная практика;

Б1.О.05.02 Психология профессионального образования;

Б1.О.08.01 Современные фитнес-технологии;

Б1.О.08.02 Теория и методика обучения базовым видам спорта;

Б1.О.07.03 Теория и методика спортивной тренировки;

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	108	3	48	32	16	51	Экзамен (9)
Пятый семестр	108	3	34	18	16	65	Курсовая работа Экзамен (9)
Шестой семестр	108	3	36	12	24	63	Экзамен (9)
Всего	324	9	118	62	56	179	27

Заочная 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)
Первый триместр	36	1	2	2		34	
Второй триместр	72	2	10	4	6	53	Контрольная работа зфо Экзамен (9)
Третий триместр	108	3	10	4	6	89	Контрольная работа зфо Экзамен (9)
Четвертый триместр	108	3	10	4	6	89	Курсовая работа Экзамен (9)
Всего	324	9	32	14	18	265	27

5. Содержание дисциплины

5.1. Разделы, темы дисциплины и виды занятий

Очная форма обучения

Наименование раздела, темы	Всего	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа
Раздел 1. Общие основы теории физической культуры и спорта	198	50	32	116
Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры и спорта	10	4	2	4
Тема 1.2. Теория физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты ее становления	12	4	2	6

Тема 1.3. Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта	14	4	2	8
Тема 1.4. Общая характеристика физической культуры	14	4	2	8
Тема 1.5. Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности	13	4	2	7
Тема 1.6. Средства и методы формирования физической культуры личности человека	12	4	2	6
Тема 1.7. Методика обучения двигательным действиям	12	4	2	6
Тема 1.8. Методика воспитания кондиционных физических качеств	12	4	2	6
Тема 1.9. Методика воспитания силы	22	4	4	14
Тема 1.10. Методика воспитания быстроты	22	4	4	14
Тема 1.11. Методика воспитания выносливости	22	4	4	14
Тема 1.12. Методика воспитания гибкости	18	4	2	12
Тема 1.13. Координационные способности, особенности их формирования и оценки	15	2	2	11
Раздел 2. Теория и методика спортивной подготовки	99	12	24	63
Тема 2.1. Общая характеристика спорта	14	2	4	8
Тема 2.2. Нормативно-правовая регуляция спортивной деятельности	16	2	4	10
Тема 2.3. Теория и методика подготовки спортсменов	18	2	4	12
Тема 2.4. Средства и методы спортивной тренировки	18	2	4	12
Тема 2.5. Периодизация спортивной тренировки	18	2	4	12
Тема 2.6. Теория спортивных соревнований	15	2	4	9
Итого	297	62	56	179

Заочная форма обучения

Наименование раздела, темы	Всего	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа
Раздел 1. Общие основы теории физической культуры и спорта	198	10	12	176
Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры и спорта	12	2		10
Тема 1.2. Теория физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты ее становления	12			12
Тема 1.3. Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта	12			12
Тема 1.4. Общая характеристика физической культуры	10	2		8
Тема 1.5. Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности	8			8
Тема 1.6. Средства и методы формирования физической культуры личности человека	10	2		8
Тема 1.7. Методика обучения двигательным действиям	11		2	9
Тема 1.8. Методика воспитания кондиционных физических качеств	12		2	10
Тема 1.9. Методика воспитания силы	12		2	10
Тема 1.10. Методика воспитания быстроты	24	2		22
Тема 1.11. Методика воспитания выносливости	24	2		22
Тема 1.12. Методика воспитания гибкости	24		4	20
Тема 1.13. Координационные способности, особенности их формирования и оценки	27		2	25

Раздел 2. Теория и методика спортивной подготовки	99	4	6	89
Тема 2.1. Общая характеристика спорта	17	2		15
Тема 2.2. Нормативно-правовая регуляция спортивной деятельности	14			14
Тема 2.3. Теория и методика подготовки спортсменов	17	2		15
Тема 2.4. Средства и методы спортивной тренировки	17		2	15
Тема 2.5. Периодизация спортивной тренировки	17		2	15
Тема 2.6. Теория спортивных соревнований	17		2	15
Итого	297	14	18	265

5.2. Содержание разделов, тем дисциплин и формы текущего контроля

Раздел 1. Общие основы теории физической культуры и спорта

Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры и спорта

Физическая культура и спорт как органические части культуры общества и личности. Понятийный аппарат теории физической культуры; основные формы физической культуры. Вводная характеристика направлений, форм и социальных функций физической культуры и спорта. Исходные понятия: физические (двигательные) качества, двигательные навыки, физическое развитие, физическая подготовленность, физическое совершенство, физическая культура (ФК), физическое воспитание (ФВ). Соотношение понятий «физическая культура» и «физическое воспитание». Современное представление о структуре физической культуры. Характеристика форм физической культуры: базовая, профессионально-прикладная, оздоровительно-реабилитационная, фоновая и спортивная.

Тема 1.2. Теория физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты ее становления

Теория физической культуры и спорта как научная дисциплина и учебный предмет. Связь теории физической культуры и спорта с другими научными дисциплинами. Основные этапы и источники развития теории физической культуры и спорта. Интегративная роль теории физической культуры и спорта в системе профилирующих дисциплин.

Тема 1.3. Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта

Цель и задачи функционирования физической культуры в обществе. Формы построения занятий физическими упражнениями. Исторические аспекты становления теории и методики физического воспитания. Социальные функции физического воспитания. Сущность оздоровительной, образовательной и воспитательной задач.

Тема 1.4. Общая характеристика физической культуры

Основные документы, определяющие идейную основу физической культуры физического воспитания в России: «Закон о физической культуре и спорте в Российской Федерации»; «Закон об образовании». Программно-нормативные основы физической культуры физического воспитания: спортивная классификация; программы по физическому воспитанию в образовательных учреждениях. Характерные черты современных организационных форм системы физической культуры.

Тема 1.5. Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности

Принципы, их роль в регламентации физического воспитания. Общие педагогические принципы и требования к их реализации в физическом воспитании (сознательности и активности; наглядности; систематичности; постепенности и последовательности;

доступности и индивидуальности). Современные общепедагогические принципы (природосообразности и культуросообразности), их роль и место в физическом воспитании. Специфические принципы физического воспитания, их характеристика. Принципы непрерывности процессов физического воспитания; постепенного наращивания развивающих и тренирующих воздействий; циклического построения системы занятий, возрастной адаптивности направлений физического воспитания.

Тема 1.6. Средства и методы формирования физической культуры личности человека

Общепедагогические средства, их значение для физического воспитания. Физическое упражнение – основное специфическое средство физической культуры. Техника физических упражнений. Виды техники. Части и фазы техники. Классификация физических упражнений. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты, определяющие эффективность физического упражнения. Типы интервалов отдыха. Гигиенические факторы и естественные силы природы, их роль в повышении эффективности физического воспитания. Понятие о методах, их классификация по различным признакам. Особенности использования в физическом воспитании групп методов: стимулирования и мотивации; организации и осуществления педагогического процесса; контроля и самоконтроля. Методы наглядного восприятия и вербальные методы. Специфические методы обучения и развития в физическом воспитании. Строго регламентированные и частично регламентированные методы, их характеристика. Особенности регламентации при обучении двигательным действиям и развитии физических качеств. Идеомоторный и аутогенный методы, их место в физическом воспитании.

Тема 1.7. Методика обучения двигательным действиям

Двигательные умения, навыки, двигательные умения высшего порядка как результат обучения; закономерности их формирования. Этапы обучения двигательным действиям: начального разучивания, углубленного разучивания, совершенствования. Задачи, средства и методы, применяемые на различных этапах. Современные представления об обучении двигательным действиям. Теория поэтапного овладения действиями (П.Я. Гальперин) и обучение двигательным действиям (на основе формирования ориентировочной основы действий (ООД) и основных опорных точек (ООТ)). Метод предписаний алгоритмического типа, его сущность и применение при обучении действиям. Содержание обучающих программ.

Тема 1.8. Методика воспитания кондиционных физических качеств

Общая характеристика кондиционных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, гибкость). Взаимосвязь между физическими качествами. Возрастные особенности развития кондиционных физических качеств.

Тема 1.9. Методика воспитания силы

Силовые способности, их характеристика. Основные условия, средства и методы развития собственно силы и скоростной силы. Тестовые методики для оценки уровня развития силы.

Тема 1.10. Методика воспитания быстроты

Быстрота, основные формы ее проявления. Особенности средств и методов развития различных форм проявления быстроты. Развитие быстроты при выполнении локомоторных действий. Тестовые методики для оценки уровня развития быстроты.

Тема 1.11. Методика воспитания выносливости

Выносливость, ее характеристики. Различные подходы к классификации выносливости. Особенности средств и методов развития выносливости. Аэробные и анаэробные механизмы обеспечения выносливости. Сочетание различных видов воспитания выносливости; система занятий. Тестовые методики для оценки уровня развития выносливости.

Тема 1.12. Методика воспитания гибкости

Гибкость, ее характеристики. Пассивная и активная гибкость, особенности средств и методов развития. Тестовые методики для оценки уровня развития гибкости.

Тема 1.13. Координационные способности, особенности их формирования и оценки

Координационные способности, их обусловленность. Современные представления о комплексном составе координационных способностей. Соотношение понятий: координационные способности и ловкость. Основные разновидности координационных способностей, средства и методические подходы к их формированию. Тестовые методики для оценки уровня развития координационных способностей.

Раздел 2. Теория и методика спортивной подготовки

Тема 2.1. Общая характеристика спорта

Определение основных понятий: «спорт», «спортивное движение», «подготовка спортсмена», «подготовленность спортсмена», «спортивная тренировка», «тренированность», «система спортивных соревнований». Социальная сущность спорта. Социальные функции современного спорта. Классификация видов спорта. Общая классификация видов спорта (связанные: с проявлением высокой двигательной активности, с управлением техническими средствами, с конструированием и изготовлением моделей, с лимитированием условий поражения цели, с абстрактно-логическим обыгрыванием). Классификация видов спорта, связанных с проявлением высокой двигательной активности по специфическим требованиям соревновательных упражнений. Классификация видов спорта по социальной направленности (ординарный спорт и спорт высших достижений). Система соревнований. Классификация соревнований: по специфическим признакам соревнований (собственно-спортивные и субспортивные соревнования); по целевому назначению соревнований (подготовительные, контрольные, подводящие, отборочные, главные); по форме организации (закрытые, открытые, товарищеские); по условиям зачета; в зависимости от масштаба и от возраста.

Тема 2.2. Нормативно-правовая регуляция спортивной деятельности

Характеристика и содержание документов: «Единая спортивная классификация», «Календарь спортивных соревнований», «Положение о проведении соревнований», «Правила соревнований».

Тема 2.3. Теория и методика подготовки спортсменов

Общая характеристика системы подготовки спортсменов. Методика совершенствования различных сторон подготовленности спортсменов. Структура подготовки спортсменов. Характеристика физической, технической, тактической, психологической и теоретической сторон подготовки. Физическая подготовка: методика развития кондиционных физических качеств. Техническая подготовка: виды техники, роль техники в различных видах спорта. Тактическая подготовка, ее связь с технической подготовкой; основные аспекты овладения тактикой. Психологическая подготовка, ее роль в достижении спортивных результатов; характеристика мотивации и волевой подготовки в спорте.

Тема 2.4. Средства и методы спортивной тренировки

Характеристика соревновательных, специально-подготовительных и общеподготовительных средств. Роль гигиенических факторов и естественных сил природы в повышении эффективности спортивной тренировки. Характеристика строго регламентированных и частично регламентированных методов. Параметры регламентирования при овладении техникой и развитии кондиционных физических качеств. Идеомоторные и аутогенные методы, их значение в спортивной тренировке. Специфические принципы спортивной тренировки. Принципы направленности к высшим достижениям; единство общей и специальной подготовки, непрерывности, волнообразности и цикличности; их характеристики. Микро- и мезоциклы, их типы и правила построения. Типы микроциклов, правила построения микроциклов в зависимости от характера тренировочных воздействий, распределение нагрузки в микроцикле. Типы мезоциклов, правила построения мезоциклов, распределение нагрузки в мезоцикле. Особенности построения мезоциклов у девушек.

Тема 2.5. Периодизация спортивной тренировки

Спортивная форма и закономерности ее развития. Общая структура большого цикла тренировки. Особенности периодизации в различных видах спорта. Характеристика подготовительного, соревновательного и переходного периодов тренировки. Характеристика распределения нагрузки в большом цикле тренировки. Особенности построения

тренировочного процесса юных спортсменов. Спортивная тренировка как многолетний процесс Актуальность многолетнего планирования тренировочного процесса. Стадии и этапы спортивной подготовки. Стадия базовой подготовки (этапы предварительной и начальной подготовки). Стадия максимальной реализации спортивной подготовки (этап углубленного спортивного совершенствования и этап высших достижений). Стадия спортивного долголетия (этап сохранения достижений и этап поддержания тренированности).

Тема 2.6. Теория спортивных соревнований

Соревновательная деятельность и ее структура. Особенности соревновательной деятельности. Тенденции динамики спортивных достижений.

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 престаает 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. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник для вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 15-е изд., испр. - Москва : Академия, 2018. - 494 с. [и предыдущие издания]

Дополнительная литература

1. Волков, И. П. Теория и методика обучения в избранном виде спорта : учебное пособие для среднего специального образования [Гриф Минобразования Республики Беларусь] / И. П. Волков. - Минск : РИПО, 2015. - 195 с. - Режим доступа: <http://ibooks.ru/reading.php?productid=351480>.

2. Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / Т. Ю. Карась. — 2-е изд. — Комсомольск-на-Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 131 с. — ISBN 978-5-4497-0149-7. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/85832.html> (дата обращения: 08.07.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

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

Профессиональные базы данных

Не используются.

Ресурсы «Интернет»

1. <https://elibrary.ru/defaultx.asp> - Научная электронная библиотека eLIBRARY

2. <http://elar.rsvpu.ru/> - Электронный архив РГППУ

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

Информационные системы и платформы:

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

Перечень материально-технического обеспечения для реализации образовательного процесса по дисциплине:

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. Помещения для самостоятельной работы.