

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Есауленко Игорь Владимирович
Должность: Ректор
Дата подписания: 25.09.2023 14:22:47
Уникальный программный ключ:
691eebef92031be66ef61648f97525a2e2da8356

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Воронежский государственный медицинский университет имени Н.Н. Бурденко»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ
Декан лечебного факультета
д.м.н., профессор Жданов А.И.
«14» июня 2018 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре и спорту
по специальности 31.05.01 «Лечебное дело»
форма обучения очная
факультет лечебный
кафедра физической культуры и медицинской реабилитации
курс 1
семестр 1,2
лекции 4 часа
практические занятия 8 часов
курс 2
семестр 3,4
лекции 4 часа
практические занятия 8 часов
курс 3
семестр 5,6
лекции 4 часов
практические занятия 8 часов
самостоятельная работа 34
Зачет 6 семестр 2 часа

Всего часов (ЗЕ) 72 часа (2 ЗЕ)

Программа составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 9 февраля 2016 г. № 95 по специальности 31.05.01 Лечебное дело (уровень высшего образования специалитет), профессионального стандарта «Врач-лечебник (врач-терапевт участковый)», приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 293н от 21 марта 2017 г.

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры физической культуры и медицинской реабилитации 24 мая 2018 года протокол № 7

Рецензенты:

1. заведующий кафедрой нормальной анатомии человека, к.м.н. Алексеева Н.Т.
2. заведующий кафедрой патологической физиологии, профессор Болотских В.И.

Программа одобрена на заседании ЦМК по координации преподавания специальности «лечебное дело» от 14 июня 2018 года, протокол № 6

Цели освоения дисциплины.

Целями освоения учебной дисциплины «физическая культура и спорт» являются

- формирование физической культуры личности
- воспитание навыков направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья,
- психофизическая подготовка и самоподготовка к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- изучение научно- биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни,
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья,
- развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности,
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности,
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

3. Место учебной дисциплины в структуре ООП ВО

«Физическая культура и спорт» входит в блок 1 базовых дисциплин. Для изучения данной учебной дисциплины необходимы знания, умения и навыки обучающихся, формируемые в общеобразовательных учебных заведениях при изучении предмета «физическая культура».

4. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения учебной дисциплины.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

1. Знать: социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности.
2. Уметь: разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и лечения.
3. Владеть: методами физического самосовершенствования и самовоспитания.

Номер компетенций	Краткое содержание и характеристика порогового уровня сформированности компетенций	Номер компетенции
Общекультурные компетенции (ОК)		
<i>Знать</i> социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности. <i>Уметь</i> - разбираться в вопросах физической культуры, применяемых в целях профилактики и лечения больных; <i>Владеть</i> методами физического самосовершенствования и самовоспитания.	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ОК-6

4. Структура и содержание учебной дисциплины.

4.1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

№ п/п	Раздел учебной дисциплины	семестр	Виды учебной работы (в часах)		Формы текущего контроля и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	
1	Теория физического воспитания	1-3	6	12	Собеседование
2	Физиология и биохимия спорта.	4-6	10	18	Собеседование
3	Зачет	6		2	Собеседование, тест.

4.2. Тематический план лекций.

№ п/п	Тема	Цели и задачи	Содержание темы	Часы
	1 курс			4

1	Физическая культура и спорт в России. История спорта и олимпийского движения.	<i>Цели:</i> формирование ФК личности <i>Задачи:</i> понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности	Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Современное состояние физической культуры и спорта. Ценности физической культуры. ФК как учебная дисциплина ВПО и целостного развития личности.	2
2	Средства физической культуры в регулировании работоспособности.	<i>Цели:</i> формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре <i>Задачи:</i> знание научно-биологических и практических основ физической культуры;	Классификация и характеристика физических упражнений. Кривая физиологической нагрузки. Плотность тренировки. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе тренировки.	2
2 курс				4
1	Физиологические основы формирования и управления двигательными навыками.	<i>Цели:</i> воспитание навыков направленного использования средств ФК <i>Задачи:</i> знание научно-биологических и практических основ физической культуры;	Характеристика двигательных навыков. Физиология формирования двигательных навыков. Принципы и методы обучения двигательным навыкам.	2
2	Физические качества.	<i>Цели:</i> воспитание навыков направленного использования средств ФК для сохранения и укрепления здоровья <i>Задачи:</i> изучение научно-биологических и практических основ ФК	Физические качества, их характеристика, методики развития, мероприятия по профилактике травм и заболеваний при развитии физических качеств.	2
3 курс				8
1	Естественно-научные основы физического воспитания.	<i>Цели:</i> воспитание навыков направленного использования средств ФК для сохранения и укрепления здоровья <i>Задачи:</i> изучение научно-биологических и практических основ ФК	Изменения в организме при физических нагрузках. Закономерности развития отдельных систем в процессе тренировок. Утомление, восстановление и адаптация.	2
2	Гигиена физической культуры и спорта	<i>Цели:</i> воспитание навыков направленного использования средств ФК для сохранения и укрепления здоровья <i>Задачи:</i> изучение научно-биологических и практических основ ФК	Гигиена воздуха, воды, закаливания, питания. Гигиена спортивных сооружений. Гигиенические нормы физических нагрузок. Гигиеническое обеспечение спортивных тренировок.	2

4.4. Тематический план практических и семинарских занятий.

№ п\п	Тема	Цели и задачи	Содержание	Обучающийся должен знать	Обучающийся должен уметь	Часы
1 курс						8
1	Физическая культура как дисциплина в системе высшего профессиональн	Цель: формирование физической культуры личности Задачи: понимание социальной роли ФК в развитии личности и	Цели и задачи предмета, история ФК и спорта, виды ФК, физическое воспитание в вузе, студенческий спорт.	Цели, задачи, формы занятий ФВ, историю развития ФК и спорта.	Разбираться в вопросах ФК	2

	ого образования	подготовке к профессиональной деятельности				
2	Основы здорового образа жизни	<i>Цели:</i> формирование ЗОЖ; <i>Задачи:</i> понимание социальной роли и значимости ЗОЖ в развитии и формировании личности	Основы ЗОЖ: цели и задачи. Компоненты ЗОЖ. Особенности организации двигательного режима.	Компоненты ЗОЖ и их характеристики.	Разбираться в вопросах ФК как компонента ЗОЖ.	2
3	Физические упражнения – основное средство физического воспитания.	<i>Цели:</i> воспитание навыков направленного использования средств ФК для сохранения и укрепления здоровья <i>Задачи:</i> изучение научно-биологических и практических основ ФК	Понятие о средствах ФК. Классификация и характеристика ФУ, содержание, формы и техника ФУ.	Классификацию и характеристику ФУ	Использовать разнообразные средства ФК и спорта для сохранения и укрепления здоровья	2
4	Утренняя гигиеническая гимнастика	<i>Цели:</i> воспитание навыков направленного использования средств ФК для сохранения и укрепления здоровья <i>Задачи:</i> изучение научно-биологических и практических основ ФК	Основные понятия, влияние УГ на организм, методика построения комплекса УГ, основные ФУ.	Правила составления комплексов УГ	Составить комплекс УГ	2
2 курс						8
1	Физические качества: сила, скорость, выносливость	<i>Цель:</i> формирование физической культуры личности <i>Задачи:</i> развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности,	Общая характеристика ФК, методы развития силовых, скоростных качеств и выносливости, факторы влияющие на формирование и развитие ФК.	Характеристику, физиологию, средства и методы развития ФК	Использовать ФС деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей	2
2	Физические качества: гибкость и координация	<i>Цель:</i> формирование физической культуры личности <i>Задачи:</i> развитие и совершенствование психофизических способностей,	Общая характеристика гибкости и координации, методы развития, факторы влияющие на формирование ФК	Характеристику, физиологию, средства и методы развития ФК	Использовать ФС деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей	2
3	Методы и принципы организации занятий ФК и спортом.	<i>Цели:</i> воспитание навыков направленного использования средств ФК для сохранения и укрепления здоровья <i>Задачи:</i> изучение научно-биологических и практических основ ФК	Системы спортивной тренировки, средства, методы и методические правила, виды физической подготовки, периоды подготовки спортсмена.	Научно-биологические и практические основы ФК и ЗОЖ	Использовать ФС деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей	2
4	Врачебно-педагогический контроль на занятиях физической культурой и спортом.	<i>Цели:</i> воспитание навыков направленного использования средств ФК для сохранения и укрепления здоровья <i>Задачи:</i> изучение научно-биологических и практических основ ФК	Цели и задачи, виды, правила проведения ВПН, плотность занятия, кривая физиологической нагрузки.	Научно-биологические и практические основы ФК и ЗОЖ	Использовать ФС деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей	2
3 курс						14
1	Пробы для оценки функционального состояния основных систем организма	<i>Цели:</i> воспитание навыков направленного использования средств ФК для сохранения и укрепления здоровья <i>Задачи:</i> изучение научно-биологических и практических основ	Классификация проб, правила проведения и оценки, типы реакции на физическую нагрузку.	Научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового	Использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и	2

		ФК		образа жизни;	профессиональных целей	
2	Основы гигиены спорта	<i>Цели:</i> воспитание навыков направленного использования средств ФК для сохранения и укрепления здоровья <i>Задачи:</i> изучение научно- биологических и практических основ ФК	Гигиенические требования к организации тренировочного процесса по гимнастике, плаванию, легкой атлетике и др.	Научно-биологическое и практические основы физической культуры и здорового образа жизни;	Использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей	2
3	Адаптивная физическая культура	<i>Цели:</i> психофизическая подготовка и самоподготовка к будущей профессиональной деятельности. <i>Задачи:</i> понимание социальной роли ФК в развитии и формировании личности	Цели, задачи, средства, методы и виды средств применяемые в адаптивной физической культуре. Параолимпийское движение.	Цели и задачи адаптивной ФК средства и методы.	Использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей	2
4	Профессионально-прикладная подготовка.	<i>Цели:</i> психофизическая подготовка и самоподготовка к будущей профессиональной деятельности. <i>Задачи:</i> обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности,	Понятие ППФП, цели, задачи, средства, режим труда и отдыха, ПГ, УГГ, ФП, ФМ.	Цели, задачи и средства ППФП.	Разбираться в вопросах ФК, применяемой в целях профилактики и лечения.	2

4.5. Самостоятельная работа обучающихся.

Тема	Самостоятельная работа			
	Форма	Цель и задачи	Метод. Обеспечение	Часы
Оздоровительные системы аэробной и анаэробной направленности	Индив	Цель: формирование физической культуры личности Задачи: понимание социальной роли ФК	Мандриков, В.Б. Курс методико- практических занятий по дисциплине « Физическая культура и спорт» для студентов медицинских и фармацевтических В.Б.Мандриков, И.А.Ушакова, Н.В.Замятина.- Волгоград: Волг ГМУ, 2019. -96 с. - ISBN9785965205530/ -URL:https://www/books-up/ru/ru/book/rurs-metodiko-prakiheskih-zanyatij-po-discipline-fiziheskaya-kultura-i-spor-9749830// - Текст: электронный.	8
Студенческий спорт	Индив	Цель: формирование физической культуры личности Задачи: понимание социальной роли ФК	Мандриков, В.Б. Курс методико- практических занятий по дисциплине « Физическая культура и спорт» для студентов медицинских и фармацевтических В.Б.Мандриков, И.А.Ушакова, Н.В.Замятина.- Волгоград: Волг ГМУ, 2019. -96 с. - ISBN9785965205530/ -URL:https://www/books-up/ru/ru/book/rurs-metodiko-prakiheskih-zanyatij-po-discipline-fiziheskaya-kultura-i-spor-9749830// - Текст: электронный.	4
Функциональна	Индив	Цель: формирование	Мандриков, В.Б. Курс методико- практических	4

я музыка		физической культуры личности Задачи: понимание социальной роли ФК	занятий по дисциплине « Физическая культура и спорт» для студентов медицинских и фармацевтических \\В.Б.Мандриков,И.А.Ушакова,Н.В.Замятина.- Волгоград:Волг ГМУ,2019. -96 с. - ISBN9785965205530/ -URL:https://www/books-up/ru/ru/book/rurs-metodiko-prakiheskih-zanyatij-po-discipline-fiziheskaya-kultura-i-spor-9749830// - Текст: электронный.	
Физическое воспитание студентов с отклонениями в состоянии здоровья	Индив	Цель: формирование физической культуры личности Задачи: понимание социальной роли ФК	Садовникова, Л. А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе / Л. А. Садовникова. – Санкт-Петербург : Лань, 2020 – 60 с. – ISBN978-5-8114-4177-8. –URL:https://e.lanbook.com/book/136161. – Текст:электронный.	6
Самостоятельные занятия физическими упражнениями	индивидуальная	Цель: формирование физической культуры личности Задачи: понимание социальной роли ФК	Садовникова, Л. А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе / Л. А. Садовникова. – Санкт-Петербург : Лань, 2020 – 60 с. – ISBN978-5-8114-4177-8. –URL:https://e.lanbook.com/book/136161. – Текст:электронный.	6
Занятия на тренажерных устройствах	индив	Цель: формирование физической культуры личности Задачи: понимание социальной роли ФК	Мандриков,В.Б. Курс методико- практических занятий по дисциплине « Физическая культура и спорт» для студентов медицинских и фармацевтических \\В.Б.Мандриков,И.А.Ушакова,Н.В.Замятина.- Волгоград:Волг ГМУ,2019. -96 с. - ISBN9785965205530/ -URL:https://www/books-up/ru/ru/book/rurs-metodiko-prakiheskih-zanyatij-po-discipline-fiziheskaya-kultura-i-spor-9749830// - Текст: электронный.	6

4.5 Матрица соотнесения тем/ разделов учебной дисциплины и формируемых в них ОК

Темы/разделы дисциплины	Количество часов	Компетенции	
		ОК- 6	Общее количество компетенций
Теория физического воспитания	32	+	1
Физиология и биохимия спорта.	38	+	1
Зачет	2	+	1
Итого	72	+	1

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При реализации учебной работы по дисциплине «Физическая культура и спорт» используется следующие образовательные технологии: модульная, игровая (ролевая и деловая), тренинг, дискуссия, программированное обучение.

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1) Вопросы к зачету

1. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования: определение, задачи. Основные понятия и разделы физической культуры: физическое воспитание, спорт, физическая рекреация, физическая подготовка.

2. История современных летних Олимпийских игр: Международный Олимпийский Комитет (МОК), первые Олимпийские игры, первый Олимпийский чемпион России. XXII летние Олимпийские игры.
3. История зимних Олимпийских игр: первые зимние Олимпийские игры. XXII зимние Олимпийские игры.
4. Физические упражнения – основное средство физического воспитания. Классификация и характеристика.
5. Спортивная тренировка: задачи, принципы, периоды подготовки спортсменов. Предстартовое состояние: виды и характеристика. Понятие «мёртвая точка и второе дыхание».
6. Понятие «двигательный навык»: стадии формирования, физиологические и биомеханические особенности.
7. Двигательный навык: этапы формирования, управление и регуляция двигательного навыка.
8. Дидактические принципы организации занятий физкультурой и спортом. Методы обучения двигательным навыкам: метод расчлененного, целостного и сопряженного упражнения.
9. Формы организации и методы проведения практических занятий (равномерный, переменный, повторный): задачи, методические особенности, примеры.
10. Формы организации и методы проведения практических занятий (интервальный, круговой, соревновательный, комбинированный): задачи, методические особенности, примеры.
11. Понятие «физическое утомление»: определение, его виды и их характеристика.
12. Физическое утомление: стадии формирования и степени переутомления по К.К. Платонову.
13. Понятие «восстановление»: определение, виды и характеристика. Фазы восстановления.
14. Понятие «адаптация»: определение, виды, характеристика и свойства.
15. Срочная и долговременная адаптация: характеристика, управление, закономерности и стадии формирования.
16. Физиология сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечной систем при выполнении физической нагрузки.
17. Двигательные единицы: виды и характеристика.
18. Спортивная работоспособность: понятие, факторы, влияющие на работоспособность, аэробная и анаэробная работоспособность.
19. Характеристика циклической физической нагрузки максимальной и субмаксимальной мощности.
20. Характеристика циклической физической нагрузки большой и умеренной мощности.
21. Характеристика физического качества «гибкость»: определение, виды гибкости, упражнения для развития гибкости, методики определения гибкости.
22. Характеристика физического качества «координация»: определение, физиологическая характеристика, основы развития координации, средства и методы.
23. Характеристика физического качества «сила»: определение, виды, физиологическая характеристика и факторы определяющие силовые качества, возрастная динамика развития силы.
24. Характеристика физического качества «сила»: методы, средства, используемые при развитии силы, особенности силовой тренировки девушек и женщин.
25. Характеристика физического качества «быстрота»: определение, физиологическая характеристика и факторы, влияющие на скоростные возможности человека, методы развития.
26. Характеристика физического качества «быстрота»: простые и сложные двигательные реакции, методы и упражнения для развития скоростных качеств.

27. Характеристика физического качества «выносливость»: биохимические основы выносливости, средства и методы развития выносливости, методы контроля и средства профилактики травм.
28. Характеристика физического качества «выносливость»: психологическая и физиологическая характеристика, виды, факторы, влияющие на развитие выносливости.
29. Врачебный контроль: задачи, методы, этапы. Врачебно-педагогическое наблюдение. Самоконтроль.
30. Определение «здоровый образ жизни» и его компонент. Физическая активность, уровни физической активности и роль физкультуры как важного элемента здорового образа жизни современного человека.
31. Понятие «рациональное питание», основные принципы, сбалансированность, суточная потребность в белках, жирах и углеводах.
32. Определение понятий «макроэлементы» и «микроэлементы», их биологическая роль в организме, основные продукты.
33. Витамины группы В: их биологическая роль в организме, основные продукты.
34. Утренняя гигиеническая гимнастика: цели, задачи, правила построения комплекса УГГ.
35. Гигиены физической культуры и спорта: задачи, виды. Гигиена спортивных сооружений.
36. Гигиенические требования к занятиям гимнастикой.
37. Гигиенические требования к занятиям плаванием.
38. Гигиенические требования к занятиям легкой атлетикой.
39. Современные оздоровительные методики (фитнесс-программы) аэробной направленности: скандинавская ходьба, степаэробика, танцевальная аэробика.
40. Современные оздоровительные методики (фитнесс-программы) анаэробной направленности: суперстронг, пампинг, фитболаэробика, слайдаэробика.
41. Определение профессионально-прикладной физической подготовки. Формы ППФП, методы подбора средств ППФП. Производственная гимнастика.
42. Адаптивное физическое воспитание: задачи, основные принципы и средства.
43. Организация АФК для слабослышащих и глухих: задачи, средства и методы.
44. Организация АФК для слабовидящих и слепых: задачи, средства и методы.
45. Адаптивное физическое воспитание для лиц с ограниченными возможностями опорно-двигательного аппарата.
46. Функциональные пробы. Характеристика проб для оценки состояния сердечно-сосудистой и дыхательной системы.
47. Функциональные пробы. Характеристика проб для оценки состояния дыхательной системы.
48. Функциональные пробы. Характеристика проб для оценки состояния вегетативной нервной системы (проба Данини-Ашнера, ортостатическая проба).

2) Тесты для определения теоретической подготовленности (электронное дистанционное обучение - moodle)

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

а) основная литература:

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва : Спорт, 2021. – 521 с. – ISBN 978-5-907225-59-6. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/739883>. – Текст: электронный.
2. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник (для вузов физической культуры и спорта) / Л. П. Матвеев. – 7-е изд., стер. – Москва : Спорт, 2020. –

345 с. – ISBN 978-5-906132-50-5. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/727768>. – Текст: электронный.

б) дополнительная литература:

1. Алаева, Л. С. Гимнастика: общеразвивающие упражнения : учебное пособие / Л. С. Алаева, К. Г. Клецов, Т. И. Зябрева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2017. – 73 с. : ил. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/640925>. – Текст: электронный.

2. Воронин, С. М. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов : учебное пособие / С. М. Воронин, Л. Ю. Шалайкин, Е. В. Нуждина ; Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова. – Ярославль : ЯрГУ, 2009. – 118 с. – ISBN 978-5-8397-0649-1. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/237555>. – Текст: электронный.

3. Естественно-научные основы физической культуры и спорта : учебник / под редакцией А. В. Самсонова, Р. Б. Цаллагова. – Москва : Советский спорт, 2014. – 464 с. – ISBN 978-5-9718-0697-4. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/279259>. – Текст: электронный.

4. Мандриков, В. Б. Курс лекций по дисциплине «Физическая культура и спорт» : для студентов медицинских и фармацевтических вузов / В. Б. Мандриков, И. А. Ушакова, Н. В. Замятина. – Волгоград : ВолгГМУ, 2019 – 288 с. – ISBN 9785965205523 – URL: <https://www.books-up.ru/ru/book/kurs-lekcij-po-discipline-fizicheskaya-kultura-i-sport-9749563/>. – Текст: электронный.

5. Маргазин, В. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник / В. А. Маргазин, О.Н. Семенова, Е. Е. Ачкасов. – 2-е, доп. изд. – Санкт-Петербург : СпецЛит, 2013 – 255с. – ISBN 9785299005455 – URL: <https://www.books-up.ru/ru/book/gigiena-fizicheskoy-kultury-i-sporta-3065843/>. – Текст: электронный.

в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

1. <http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov set>

2. <http://sportlaws.infosport.ru>

3. <http://lib.sportedu.ru>

4. e-library

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1. Спортивный зал главного корпуса – 274,5 м²

2. Уч. комнаты №201,203, 203а, 14,16 общ.пл.– 121,2 м²

3. Лекционные аудитории № 173, 326, 501,502, 6,4.