

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Есауленко Игорь Эдуардович
Должность: Ректор
Дата подписания: 30.05.2023 12:24:38
Уникальный программный ключ:
691eebef92031be66ef61648f97525a2e2da8356

ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко Минздрава РФ

УТВЕРЖДАЮ
Директор института стоматологии
Харитонов Д.Ю.
«_31_» __мая__2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

*по физической культуре и спорту
по специальности 31.05.03 «Стоматология»
форма обучения очная
факультет стоматологический
кафедра физической культуры и медицинской реабилитации
курс 1
семестр 1,2
лекции 12 часа
практические занятия 26 часов
самостоятельная работа 32 часа
Зачет 2 семестр 2 часа*

Всего часов (ЗЕ) 72 часа (2 ЗЕ)

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО 3++ для дисциплины «Физическая культура и спорт» по специальности 31.05.03 «*Стоматология*»

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры физической культуры и медицинской реабилитации «_25_»_мая___2022_г., протокол №_13_.

Заведующий кафедрой С.Б. Короткова

Рецензенты:

1. заведующий кафедрой патологической физиологии, профессор Болотских В.И.

2. заведующий кафедрой нормальной анатомии, д.м.н. Алексеева Н.Т.

Программа одобрена на заседании ЦМК по координации преподавания специальности 31.05.03 «стоматология» от_31.05.2022_ , протокол № __5__.

1. 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 ФК в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- изучение научно- биологических и практических основ ФК и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к ФК, 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.

2. 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».

3. 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.

| Результаты образования | Категория компетенций | Код и наименование компетенции | Код и наименование индикатора достижений |
|---|--------------------------------|--|--|
| | | Универсальные компетенции (УК) | |
| <i>Знать</i> - социальную роль ФК в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности. <i>Уметь</i> - применять методы ФК для улучшения здоровья, работоспособности и хорошего самочувствия <i>Владеть</i> - системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья. | Самоорганизация и саморазвитие | УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | ИД-1 – понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику заболеваний ИД-2 – выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры ИД 3 – оценивает свои ресурсы и их пределы, оптимально их использует для успешного выполнения порученного задания |
| | | Общепрофессиональные компетенции - ОПК | |

| | | | |
|---|----------------------|---|--|
| <p><i>Знать</i>- социальную роль ФК в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности.</p> <p><i>Уметь</i>- применять методы ФК для улучшения здоровья, работоспособности и хорошего самочувствия</p> <p><i>Владеть</i>- системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.</p> | Здоровый образ жизни | ОПК-4. Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике инфекционных и неинфекционных заболеваний у детей, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения | ИД1 – имеет научное представление о здоровом образе жизни, владеет умениями и навыками физического самосовершенствования ИД3 – определяет потребность населения по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению ИД4 – осуществляет разработку, утверждение и реализацию мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения. |
|---|----------------------|---|--|

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 |
|-------|-------------------------------|---------|-------------------------------|----|----|--|
| | | | Л | ПЗ | СР | |
| 1 | Теория физического воспитания | 1 | 6 | 12 | 14 | Собеседование |
| 2 | Физиология и биохимия спорта. | 2 | 6 | 14 | 16 | Собеседование |
| 3 | Зачет | 2 | | 2 | | Собеседование, тест. |

4.2. Тематический план лекций.

| № п/п | Тема | Цели и задачи | Содержание темы | Часы |
|------------------|---|--|---|----------|
| 1 семестр | | | | 6 |
| 1 | Физиологические основы мышечной деятельности. | <i>Цели:</i> формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре <i>Задачи:</i> знание научно-биологических и практических основ физической культуры; | Строение мышцы, характеристика мышечных структур, передача нервного импульса, фазы сокращения, двигательные единицы и их строение. | 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 |
| 3 | Биохимические основы спортивной работоспособности | <i>Цели:</i> формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре <i>Задачи:</i> знание научно-биологических и практических основ физической культуры; | Пути ресинтеза АТФ, понятие аэробная и анаэробная работоспособность, характеристика спортивной работоспособности, факторы лимитирующие спортивную работоспособность. | 2 |
| 2 семестр | | | | 6 |
| 1 | Физиологические основы | <i>Цели:</i> воспитание навыков | Характеристика двигательных | 2 |

| | | | | |
|---|--|---|---|---|
| | формирования и управления двигательными навыками. | направленного использования средств ФК <i>Задачи:</i> знание научно-биологических и практических основ физической культуры; | навыков. Физиология формирования двигательных навыков. Принципы и методы обучения двигательным навыкам. | |
| 2 | 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 |
| 3 | Основы гигиены 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 |

4.3. Тематический план практических занятий.

| № п\п | Тема | Цели и задачи | Содержание | Обучающ. должен знать | Обучающ. должен уметь | Ч |
|-------|---|---|---|---|--|-----------|
| | 1 семестр | | | | | 12 |
| 1 | Физическая культура как дисциплина в системе высшего профессионального образования | Цель: формирование физической культуры личности <i>Задачи:</i> понимание социальной роли ФК в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности | 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 |
| 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 характеристику. | Разбираться в вопросах ФК как компонента ЗОЖ. | 2 |
| 3 | Общеразвивающие упражнения. | <i>Цели:</i> воспитание навыков направленного использования средств ФК для сохранения и укрепления здоровья <i>Задачи:</i> изучение научно-биологических и практических основ ФК | Гимнастические упражнения и их виды. Классификация и характеристика ОРУ. Терминология ОРУ. Характеристика строевых упражнений. Правила и формы записи упражнений. | Классификацию и характеристику ФУ | Использовать разнообразные средства ФК и спорта для сохранения и укрепления здоровья | 2 |
| 4 | Утренняя гигиеническая гимнастика. Физкультурная пауза в режиме труда и отдыха | <i>Цели:</i> воспитание навыков направленного использования средств ФК для сохранения и укрепления здоровья <i>Задачи:</i> изучение научно-биологических и | Физкультурная пауза: физиологические эффекты, структура комплекса и правила | Научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни | Использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения | 2 |

| | | | | | | |
|------------------|---|---|--|--|---|-----------|
| | студентов-медиков. | практических основ ФК | оформления. Цели и задачи УГГ. Физиологические мех-мы, структура комплекса, правила оформления. | | жизненных и профессиональных целей | |
| 5 | Оздоровительные технологии аэробной направленности | <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 аэробная работа, виды аэробных нагрузок, характеристика аэробных технологий. | Научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни | Использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей | 2 |
| 6 | Оздоровительные технологии анаэробной направленности | <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 анаэробная работа, виды анаэробных нагрузок, характеристика анаэробных технологий. | Научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни | Использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей | 2 |
| 2 семестр | | | | | | 14 |
| 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, методы и факторы при развитии скорости, силы и выносливости. | Использовать физкультурно-спортивную 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 | Характеристику, методы и факторы при развитии гибкости и координации | Использовать физкультурно-спортивную 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 физической культуры и здорового образа жизни. | Использовать ФК 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 ФК деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей | 2 |
| 5 | Гигиенические требования к занятиям | <i>Цели:</i> воспитание навыков направленного использования средств ФК для сохранения и | Общие принципы гигиены ФК и спорта, гигиена сооружений, | Научно-биологические и практические основы физической | Использовать физкультурно-спортивную | 2 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|--|---|---|
| | разными видами спорта | укрепления здоровья <i>Задачи:</i> изучение научно-биологических и практических основ ФК | одежды, обуви, питание. Особенности гигиены в различных видах спорта. | культуры и здорового образа жизни; | деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей | |
| 6 | Профессионально-прикладная подготовка. | <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 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 |
| 7 | Адаптивная физическая культура | <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, 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 |
| | Зачет | | | | | 2 |

4.4. Самостоятельная работа обучающихся.

| Тема | Самостоятельная работа | | | |
|---|------------------------|---|---|---|
| | Форма | Цель и задачи | Метод. обеспечение | Ч |
| Олимпийское движение: история, достижения спортсменов СССР и России. | Индивиду | 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 |
| Спортивная тренировка. Нагрузка и отдых как компоненты тренировочного процесса | Индивиду | 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. | 8 |
| Студенческий спорт: история, этапы развития. Спортивная подготовка в медицинских вузах. | Индивиду | 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. | 8 |
| Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями | Индивиду | 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 |

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

| Темы/разделы дисциплины | Количество часов | Компетенции | | |
|-------------------------|------------------|-------------|-------|------------------|
| | | УК- 7 | ОПК-4 | Общее количество |

| | | | | |
|-------------------------------|-----------|---|---|-------------|
| | | | | компетенций |
| Теория физического воспитания | 32 | + | + | 2 |
| Физиология и биохимия спорта. | 38 | + | + | 2 |
| Зачет | 2 | + | + | 2 |
| Итого | 72 | + | + | 2 |

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При реализации учебной работы по дисциплине «Физическая культура и спорт» используются 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 по дисциплине «Физическая культура и спорт».*

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. Общеразвивающие упражнения (ОРУ): определение, классификация, исходные положения и основные движения. Техника выполнения упражнений.
6. Спортивная тренировка: задачи, принципы. Периоды и циклы подготовки спортсменов.
7. Предстартовое состояние: виды и характеристика. Понятие «мёртвая точка и второе дыхание».
8. Понятие «двигательный навык»: стадии формирования, физиологические и биомеханические особенности.
9. Двигательный навык: этапы формирования, отделы, участвующие в регуляции движений и краткая характеристика их функций.
10. Дидактические принципы организации занятий физкультурой и спортом. Методы обучения двигательным навыкам: метод расчлененного, целостного и сопряженного упражнения.
11. Формы организации и методы проведения практических занятий (равномерный, переменный, повторный): задачи, методические особенности, примеры.
12. Формы организации и методы проведения практических занятий (интервальный, круговой, соревновательный, комбинированный): задачи, методические особенности, примеры.
13. Понятие «физическое утомление»: определение, виды и их характеристика, стадии формирования и степени переутомления по К.К. Платонову.
14. Понятие «восстановление»: определение, виды и характеристика. Фазы восстановления.
15. Понятие «адаптация»: определение, виды, свойства, характеристика срочной адаптации.
16. Понятие «адаптация»: определение, виды, свойства, характеристика долговременной адаптации.
17. Физиология сердечно-сосудистой и дыхательной систем при выполнении физической нагрузки.
18. Физиология мышечного сокращения: характеристика внутриклеточных структур, передача нервного импульса, фазы мышечного сокращения.
19. Двигательные единицы: виды и характеристика.
20. Спортивная работоспособность: понятие, факторы, влияющие на работоспособность, аэробная работоспособность, количественные критерии аэробной производительности, примеры аэробных видов спорта.
21. Анаэробная спортивная работоспособность: виды, количественные критерии анаэробной производительности, примеры анаэробных видов спорта.
22. Характеристика циклической физической нагрузки максимальной и субмаксимальной мощности, факторы, влияющие на развитие утомления.
23. Характеристика циклической физической нагрузки большой и умеренной мощности, факторы, влияющие на развитие утомления.
24. Характеристика физического качества «гибкость»: определение, виды гибкости, упражнения для развития гибкости, методики определения гибкости.

25. Характеристика физического качества «координация»: определение, физиологическая характеристика, средства и методы развития координации.
26. Характеристика физического качества «сила»: определение, виды, факторы определяющие силовые качества, средства и методы развития силы, особенности силовой тренировки у женщин.
27. Характеристика физического качества «быстрота»: определение, факторы, влияющие на скоростные возможности человека, простые и сложные двигательные реакции и их роль в развитии скоростных качеств.
28. Характеристика физического качества «выносливость»»: виды, биохимические основы выносливости, средства и методы развития 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», биологическая роль кальция, фосфора, калия и магния в организме человека, продукты с большим содержанием данных элементов.
33. Определение понятия «микроэлементы», биологическая роль марганца, цинка и селена в организме человека, продукты с большим содержанием данных элементов.
34. Витамины А, Е, С: их биологическая роль в организме и участие в процессах обеспечения спортивной работоспособности, основные продукты.
35. Витамины группы В (В1,В2,В6,В12): их биологическая роль в организме и процессах обеспечения спортивной работоспособности, основные продукты.
36. Пантотеновая кислота (вит В5), пангамовая кислота (вит В15), фолиевая кислота: их биологическая роль в организме и процессах обеспечения спортивной работоспособности, основные продукты.
37. Утренняя гигиеническая гимнастика: цели, задачи, правила построения комплекса УГГ.
38. Гигиены физической культуры и спорта: задачи, виды. Гигиена спортивных сооружений.
39. Гигиенические требования к занятиям гимнастикой.
40. Гигиенические требования к занятиям плаванием.
41. Гигиенические требования к занятиям легкой атлетикой.
42. Современные оздоровительные методики (фитнесс-программы) аэробной направленности: скандинавская ходьба, степаэробика, танцевальная аэробика.
43. Современные оздоровительные методики (фитнесс-программы) анаэробной направленности: суперстронг, пампинг, фитболаэробика, слайдаэробика.
44. Определение профессионально-прикладной физической подготовки. Формы ППФП, методы подбора средств ППФП. Производственная гимнастика.
45. Адаптивное физическое воспитание: задачи, основные принципы и средства.
46. Организация АФК для слабослышащих и глухих: задачи, средства и методы.
47. Организация АФК для слабовидящих и слепых: задачи, средства и методы.
48. Адаптивное физическое воспитание для лиц с ограниченными возможностями опорно-двигательного аппарата.

5) Тесты для определения теоретической подготовленности (см. 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>
2. <http://lib.sportedu.ru>
3. 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.