

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Зекрин Фанави Уайбаламанович
Должность: Ректор
Дата подписания: 04.11.2023 17:59:32
Уникальный программный ключ:
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Теории и методики физической культуры спорта и безопасности
жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

« 27 » апреля 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (волейбол) (Б1.О.35)

| | |
|--|---|
| Направление подготовки | 49.03.04 Спорт |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | «Спортивная подготовка в единоборствах. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в сложно-координационных зимних видах спорта. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в хоккее. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» |
| Квалификация выпускника | Тренер по виду спорта. Преподаватель |
| Год начала подготовки (по учебному плану) | 2023 |
| Форма обучения, семестр | очная: 1-6 семестр |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану | зачётных единиц: часов: 328 |
| Промежуточная аттестация | Зачет |

Разработчик
рабочей программы:

Выскребенцев Е.А.,
преподаватель

Рабочая программа рассмотрена
на заседании кафедры
ТиМФКСиБЖД

Протокол от «11» апреля 2023
г. № 15.

Рабочая программа одобрена на
заседании УМС

Протокол от «26» апреля
2023 г. № 9.

Чайковский 2023

1 Цель и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины

Цель дисциплины – формирование физической культуры личности у обучающихся по направлению 49.03.04 Спорт способности направленного использования средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

1.2 Задачи дисциплины

- понимать роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

- формировать мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;

- освоить систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, развития и самосовершенствования психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;

- устранить функциональные отклонения и недостатки в физическом развитии, ликвидации остаточных явлений после заболеваний, развитии компенсаторных функций, повышении неспецифической устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды;

- развить основные физические качества, обучить двигательным навыкам;

2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» относится к обязательной части блока «Дисциплины».

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Процесс изучения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

| Формируемая компетенция | Индикаторы достижения компетенции |
|--|--|
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | УК-7.1 Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни. УК-7.2 Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности. УК-7.3 Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |

3 Объем дисциплины и виды учебной работы

3.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

| № | Виды учебной работы | Трудоемкость в часах | | | | | | Всего |
|-----|---|----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-------|
| | | 1 семестр | 2 семестр | 3 семестр | 4 семестр | 5 семестр | 6 семестр | |
| 1 | Контактная работа | 28 | 28 | 28 | 28 | 28 | 28 | 168 |
| 1.1 | Занятия лекционного типа | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1.2 | Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки | 28/0 | 28/0 | 28/0 | 28/0 | 28/0 | 28/0 | 168 |
| 2 | Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации | 26/0 | 26/0 | 26/0 | 26/0 | 26/0 | 30/0 | 160 |
| 3 | Промежуточная аттестация – зачет | + | + | + | + | + | + | + |
| 4 | Всего трудоемкость дисциплины: в академических часах | 54 | 54 | 54 | 54 | 54 | 58 | 328 |

4 Фонд оценочных средств:

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение №1 к рабочей программе дисциплины.

5 Структура и содержание дисциплины

5.1 Модульный тематический план

5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

| № темы | Темы дисциплины | Виды учебной работы и трудоемкость, в часах | | | | Трудоемкость, в часах |
|------------------|--|---|--|----------|------------------------|-----------------------|
| | | Контактная работа | | | Самостоятельная работа | |
| | | Занятия лекционного типа | Занятия семинарского типа. | | | |
| | | всего | в т.ч. в форме практической подготовки | | | |
| 1 семестр | | | | | | |
| 1 | «Волейбол», как дисциплина в системе физического воспитания высшего профессионального образования. Правила техники безопасности и элементарные правила игры. Основные элементы. | 0 | 28 | 0 | 26 | 54 |
| 1.1 | Правила игры в волейбол. Техника безопасности. Оборудование и виды инвентаря для игры в волейбол. | 0 | 2 | 0 | 2 | 4 |
| 1.2 | Обучение и совершенствование техники перемещений по площадке. Перемещение по зонам. | 0 | 4 | 0 | 4 | 8 |
| 1.3 | Обучение и совершенствование навыка принятия мяча сверху и снизу. | 0 | 6 | 0 | 6 | 12 |
| 1.4 | Освоение разновидностями подачи: верхняя, прямая, | 0 | 6 | 0 | 6 | 12 |

| | | | | | | |
|------------------|---|----------|------------|----------|------------|------------|
| | боковая и нижняя, подача в прыжке. | | | | | |
| 1.5 | Обучение и совершенствование элементу волейбола — нападающему удару. | 0 | 6 | 0 | 6 | 12 |
| 1.6 | Обучение и совершенствование техники блокирования мяча после нападающего удара. | 0 | 4 | 0 | 2 | 6 |
| | ИТОГО | 0 | 28 | 0 | 26 | 54 |
| 2 семестр | | | | | | |
| 2 | Обучение игровому взаимодействию в защите | 0 | 28 | 0 | 26 | 54 |
| 2.1 | Индивидуальные действия. | 0 | 6 | 0 | 6 | 12 |
| 2.2 | Групповые действия. | 0 | 6 | 0 | 6 | 12 |
| 2.3 | Взаимодействие игроков передней линии и задней линии при приеме нападающих ударов при блокировании и страховке. | 0 | 6 | 0 | 6 | 12 |
| 2.4 | Система игры в защите углом вперед и углом назад. | 0 | 10 | 0 | 8 | 18 |
| | ИТОГО | 0 | 28 | 0 | 26 | 54 |
| 3 семестр | | | | | | |
| 3 | Обучение игровому взаимодействию в нападении | 0 | 28 | 0 | 26 | 54 |
| 3.1 | Тактика нападения. | 0 | 8 | 0 | 8 | 16 |
| 3.2 | Индивидуальные действия. Групповые действия. | 0 | 8 | 0 | 8 | 16 |
| 3.3 | Взаимодействие игроков передней линии, задней линии. | 0 | 8 | 0 | 8 | 16 |
| 3.4 | Групповые упражнения в тройках. Групповые упражнения в парах. | 0 | 4 | 0 | 2 | 6 |
| | ИТОГО | 0 | 28 | 0 | 26 | 54 |
| 4 семестр | | | | | | |
| 4 | Развитие специальных двигательных качеств волейболистов для успешного овладения техникой. | 0 | 28 | 0 | 26 | 54 |
| 4.1 | Развитие скоростно-силового компонента пояса верхних конечностей. | 0 | 8 | 0 | 8 | 16 |
| 4.2 | Развитие скоростно-силовых показателей пояса нижних конечностей. | 0 | 8 | 0 | 8 | 16 |
| 4.3 | Развитие прыжковой выносливости. | 0 | 8 | 0 | 8 | 16 |
| 4.4 | Развитие координационной выносливости. | 0 | 4 | 0 | 2 | 6 |
| | ИТОГО | 0 | 28 | 0 | 26 | 54 |
| 5 семестр | | | | | | |
| 5 | Игровые комбинации в нападении | 0 | 28 | 0 | 26 | 54 |
| 5.1 | Нападение с передней линии «Прострел», «Эшелон». | 0 | 8 | 0 | 8 | 16 |
| 5.2 | Нападение с передней линии «Крест», «Скрытый шаг». | 0 | 6 | 0 | 6 | 12 |
| 5.3 | Нападение с передней линии «Взлёт», «Метр». | 0 | 8 | 0 | 8 | 16 |
| 5.4 | Нападение с задней линии «Высокая диагональ» «Пайп». | 0 | 6 | 0 | 4 | 10 |
| | ИТОГО | 0 | 28 | 0 | 26 | 54 |
| 6 семестр | | | | | | |
| 6 | Игровые комбинации в защите | 0 | 28 | 0 | 30 | 58 |
| 6.1 | Игра в защите с либеро и без либеро. | 0 | 6 | 0 | 7 | 13 |
| 6.2 | Игра в защите «углом вперед». | 0 | 8 | 0 | 8 | 16 |
| 6.3 | Игра в защите «углом назад». | 0 | 8 | 0 | 8 | 16 |
| 6.4 | Блокирование нападающего удара и выход из под блока игроков не участвующих в блокировании. | 0 | 6 | 0 | 7 | 13 |
| | ИТОГО | 0 | 28 | 0 | 30 | 58 |
| | ВСЕГО | 0 | 168 | 0 | 160 | 328 |

Особенности проведения занятий, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья отражены в Положении об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

5.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

5.2.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

| Разделы, темы | Содержание |
|------------------|--|
| <i>1 семестр</i> | |
| 1 | Раздел «Волейбол», как дисциплина в системе физического воспитания высшего профессионального образования. Правила техники безопасности и элементарные правила игры. Основные элементы. |
| | <i>Тема Правила игры в волейбол. Техника безопасности. Оборудование и виды инвентаря для игры в волейбол.</i> |
| 1.1 | <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 1-2.</i> Общие основы игры в волейбол. Влияние на организм. Виды мячей, технические характеристики. Основное оборудование при игре в волейбол.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Зарисовать и записать технические характеристики волейбольной площадки, волейбольного мяча, волейбольной сетки.</p> |
| 1.2 | <p style="text-align: center;"><i>Тема Обучение и совершенствование техники перемещений по площадке. Перемещение по зонам.</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 3-5.</i> Основные стойки при приёме снизу, сверху. Перемещение по зонам горизонтально и вертикально.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Зарисовать виды стоек, записать способы падения у женщин и мужчин</p> |
| 1.3 | <p style="text-align: center;"><i>Тема Обучение и совершенствование навыка принятия мяча сверху и снизу.</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 6-8.</i> Обучение и совершенствование верхнего и нижнего приёма. Постановка и работа ног, постановка и работа туловища, постановка и работа рук.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подобрать и записать 5-6 упражнений направленных на совершенствование приёма снизу, приёма сверху.</p> |
| 1.4 | <p style="text-align: center;"><i>Тема Освоение разновидностями подачи: верхняя, прямая, боковая и нижняя, подача в прыжке.</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 9-11.</i> Обучение и совершенствование различной технике подачи мяча. Работа руки во время подачи, правильное подкидывание мяча.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработать по 3 упражнения для совершенствования верхней прямой, верхней прямой в прыжке, планер.</p> |
| 1.5 | <p style="text-align: center;"><i>Тема Обучение и совершенствование элементу волейбола — нападающему удару.</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 12-14.</i> Обучение и совершенствование разбегу и стопорящему шагу. Обучение и совершенствование отталкиванию и фазы полёта (положение туловища). Обучение и совершенствование удара по мячу в прыжке. Приземление.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составить сравнительную таблицу прыжка в волейболе и баскетболе, сходство и различие.</p> |
| 1.6 | <p style="text-align: center;"><i>Тема Обучение и совершенствование техники блокирования мяча после нападающего удара.</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 15-17.</i> Обучение и совершенствование постановки блока при нападающем ударе. Постановка рук при блоке.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Расписать технику выполнения одиночного блокирования после перемещения.</p> |
| <i>2 семестр</i> | |
| 2 | Обучение игровому взаимодействию в защите. |
| 2.1 | <p style="text-align: center;"><i>Тема Индивидуальные действия</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 18-20.</i> Индивидуальные действия при обработке мяча после нападающего удара или скидке. Приём мяча в падении.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Записать фазы приёмы мяча в падении «Рыбка».</p> |
| 2.2 | <p style="text-align: center;"><i>Тема Групповые действия</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 21-23.</i> Групповые действия в защите при блокирование или нападающем ударе. Страховка блокирующего.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Записать способ выполнения тройного блокирования.</p> |
| 2.3 | <p style="text-align: center;"><i>Тема Взаимодействие игроков передней линии и задней линии при приеме нападающих ударов при блокировании и страховке.</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 24-28.</i> Взаимодействие игроков передней линии и задней линии при приёме нападающего удара, при блокировании.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Зарисовать схематически способы выхода защитников из под блока.</p> |
| 2.4 | <p style="text-align: center;"><i>Тема Система игры в защите углом вперед и углом назад.</i></p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 29-32.</i> Система игры в защите «углом вперёд» и «углом назад».</p> |

| | |
|------------------|---|
| | <i>Самостоятельная работа.</i> Записать в каком случае применяется защита «углом вперёд» и «углом назад» Указать сильные и слабые стороны каждой защиты. |
| <i>3 семестр</i> | |
| 3 | Обучение игровому взаимодействию в нападении. |
| | <i>Тема Тактика нападения.</i> |
| 3.1 | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 33-36.</i> Тактика нападения. Атака после передачи мяча из 3 и 2 зоны. Игра в одного и в два связующих. <i>Самостоятельная работа.</i> Разработка плана-конспекта заключительной части занятия, включающей игры, которые соответствуют теме занятия. |
| | <i>Тема Индивидуальные действия. Групповые действия.</i> |
| 3.2 | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 37-40.</i> Индивидуальные действия. Виды атакующих ударов. <i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить план-конспект заключительной части занятия, включающий игры, которые соответствуют теме занятия. Изучение наглядных и учебных пособий. |
| | <i>Тема Взаимодействие игроков передней линии, задней линии.</i> |
| 3.3 | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 41-42.</i> Взаимодействие игроков передней линии и задней линии. <i>Самостоятельная работа.</i> Изучить обманные удары и скидки. |
| | <i>Тема Групповые упражнения в тройках. Групповые упражнения в парах.</i> |
| 3.4 | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 43-46.</i> Групповые взаимодействия в тройках, групповые взаимодействия в парах. Участие со связующим. Передача-атака-приём-нападающий удар. <i>Самостоятельная работа.</i> Составить комплекс из 7-8 упражнений для совершенствования нападающего удара в составе тройки. |
| <i>4 семестр</i> | |
| 4 | Раздел Развитие специальных двигательных качеств волейболистов для успешного овладения техникой |
| | <i>Тема Развитие скоростно-силового компонента пояса верхних конечностей.</i> |
| 4.1 | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 47-50.</i> Развитие скоростно-силового компонента пояса верхних конечностей: Различные разгибания предплечья с внешним отягощением. Подъёмы внешнего отягощения над головой из различных положений. Скручивание грифа «Обезьяний хват», скручивание специализированных тренажёров для улучшения и мощности движения кисти. <i>Самостоятельная работа.</i> Составить комплекс из 5 упражнений с собственным весом. |
| | <i>Тема Развитие скоростно-силовых показателей пояса нижних конечностей.</i> |
| 4.2 | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 51-54.</i> Развитие скоростно-силовых показателей пояса нижних конечностей: Выпрыгивание вверх с внешним отягощением из положения полуприсед вес 30% от макс. Присед со штангой вес 70-80% от макс Спрыгивание с тумбы с различными вариациями выполнения. Выпрыгивание из положения выпад со сменой ног. <i>Самостоятельная работа.</i> Составить комплекс из 5 упражнений с собственным весом для увеличения прыжка. |
| | <i>Тема Развитие прыжковой выносливости.</i> |
| 4.3 | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 55-56.</i> Развитие прыжковой выносливости. Различные виды прыжков с собственным весом. <i>Самостоятельная работа.</i> Составить комплекс из 10 упражнений в домашних условиях. |
| | <i>Тема Развитие координационной выносливости.</i> |
| 4.4 | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 57-60.</i> Развитие координационной выносливости. Игровые задание с применением двух и более мячей. Игровые задания с постоянной сменой вводных. Учебная игра по правилам. <i>Самостоятельная работа.</i> Найти игра, способствующие развивать те качества, которые необходимы в волейболе. |
| <i>5 семестр</i> | |
| 5 | Раздел Игровые комбинации в нападении. |
| | <i>Тема Нападение с передней линии «Прострел», «Эшелон».</i> |
| 5.1 | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 61-64.</i> Нападение с передней линии «Прострел», Нападение с передней линии «Эшелон» <i>Самостоятельная работа.</i> Просмотр видео материалов спортивных программ с играми различных |

| | |
|------------------|---|
| | команд по данной тематике. |
| 5.2 | <i>Тема Нападение с передней линии «Крест», «Скрытый шаг».</i> |
| | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 65-68 . Нападение с передней линии «Крест». Нападение с передней линии «Скрытый шаг».</i> |
| | <i>Самостоятельная работа.</i> Просмотр видео материалов спортивных программ с играми различных команд по данной тематике. |
| 5.3 | <i>Тема Нападение с передней линии «Взлёт», «Метр».</i> |
| | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 69-70. Нападение с передней линии «Взлёт». Нападение с передней линии «Метр».</i> |
| | <i>Самостоятельная работа.</i> Просмотр видео материалов спортивных программ с играми различных команд по данной тематике. |
| 5.4 | <i>Тема Нападение с задней линии «Высокая диагональ» «Пайп».</i> |
| | <i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 71-73. Нападение с задней линии «Высокая диагональ», Нападение с задней линии «Пайп».</i> |
| | <i>Самостоятельная работа.</i> Просмотр видео материалов спортивных программ с играми различных команд по данной тематике. |
| <i>6 семестр</i> | |
| 6 | Игровые комбинации в защите |
| 6.1 | <i>Тема Нападение с задней линии «Высокая диагональ» «Пайп».</i> |
| | <i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 74-76. Игра в защите с либеро и без либеро. Функции либеро, правила замены. Правила игры для либеро.</i> |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Изучение наглядных и учебных пособий, просмотр кинофильмов, видеофильмов и телепередач по изучаемым темам. |
| 6.2 | <i>Тема Игра в защите «углом вперед».</i> |
| | <i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 77-79. Игра в защите «углом вперед». Зоны ответственности игроков при нападающем ударе. Зоны ответственности игроков при блокировании.</i> |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Подобрать 5 упражнений на совершенствование контроля мяча. |
| 6.3 | <i>Тема Игра в защите «углом назад».</i> |
| | <i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 80-82. Игра в защите углом назад. Зоны ответственности игроков при нападающем ударе. Зоны ответственности игроков при блокировании.</i> |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Изучение наглядных и учебных пособий, просмотр кинофильмов, видеофильмов и телепередач по изучаемым темам. |
| 6.4 | <i>Тема Блокирование нападающего удара и выход из под блока игроков не участвующих в блокировании.</i> |
| | <i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 83-84. Блокирование нападающего удара и выход игроков защиты из под блока. Зона выхода игроков при одиночном, двойном, тройном блокировании</i> |
| | <i>Самостоятельная работа:</i> Подобрать игры на взаимодействие друг с другом. |

6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 . Рекомендуемая литература

6.1.1 Обязательная литература

1. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарева ; худож. Е. Ильин. – Москва : Спорт, 2016. – 456 с. : ил. – Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>.
2. Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. – М. : Издательство Юрайт, 2017. – 493 с. – (Серия : Бакалавр. Академический курс). – ISBN 978-5-534-00329-1. – Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/1D5B5EFC-C902-4B41-A5F9-46E2A51BEE22.

6.1.2 Дополнительная литература

1. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях : учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. – Москва : Гуманитарный

- издательский центр ВЛАДОС, 2015. – 304 с. : ил. – ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625> .
2. Ланда, Б.Х. Диагностика физического состояния: обучающие методика и технология : учебное пособие / Б.Х. Ланда. – Москва : Спорт, 2017. – 129 с. : схем., табл. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-87-9 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471216> .
 3. Фомин, Е.В. Волейбол: начальное обучение : учебное пособие / Е.В. Фомин, Л.В. Булыкина. – Москва : Спорт, 2015. – 88 с. : ил. – (Спорт в школе). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9906578-2-3 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430415>.

6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

| <i>№ п.п.</i> | <i>Наименование программного продукта</i> |
|--|---|
| <i>Лицензионное программное обеспечение</i> | |
| 1. | Операционная система Windows 10 Pro |
| 2. | Операционная система Windows 7 Professional |
| 3. | Операционная система Windows 8 Pro |
| 4. | Операционная система Windows 8.1 Pro |
| 5. | Операционная система Windows Server 2008 |
| 6. | Операционная система Windows Server 2012 |
| 7. | Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard |
| 8. | Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard |
| 9. | Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard |
| 10. | ABBY FineReader 11 Corporate Edition |
| 11. | Kaspersky Endpoint Security 11 |
| 12. | Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4) |
| 13. | VideoStudio Pro X4 License (1 - 10) |
| 14. | Astra Linux Special Edition |
| 15. | СПС Консультант-плюс |
| 16. | Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия) |
| <i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i> | |
| 17. | Яндекс Браузер |
| 18. | Kinovea |
| 19. | STDUViewer |
| 20. | Telegram |

6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

| <i>Электронно-библиотечные системы</i> | | <i>Ссылка на ресурс</i> |
|--|--|---|
| 1. | Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС) | http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp |
| 2. | Электронно-библиотечная система IPRbooks | https://www.iprbookshop.ru/?&a |
| 3. | «Сетевая электронная библиотека вузов физкультуры и спорта» (ООО ЭБС «Лань») | https://e.lanbook.com/ |
| 4. | Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс] | http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/ |
| 5. | Библиотека международной спортивной информации [электронный ресурс] | http://bmsi.ru/ |
| 6. | Справочная правовая система «Консультант плюс» | http://www.consultant.ru/ |

7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

| <i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся</i> | <i>Оборудование и технические средства обучения</i> |
|---|--|
| <p>аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p> | <p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.</p> |
| <p>Зал ритмики и фитнеса № 138 г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p> | <p>1. Специализированная мебель: стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: магнитофон;</p> <p>3. Спортивный инвентарь и оборудование: коврики туристические, велотренажер магнитный, тренажеры эллиптические, степперы, велоэргометр, ролики для пресса двойные, бодибары, медицинболы, степ-платформы, скакалки, мячи, гантели, скамьи гимнастические, палки гимнастические стойки, дорожки беговые.</p> |
| <p>Спортивный зал № 319-а г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p> | <p>1. Специализированная мебель: стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Спортивный инвентарь и оборудование: конь гимнастический, козел гимнастический, бревно гимнастическое, брусья гимнастические, перекладина гимнастическая, мостик гимнастический подкидной, стенка гимнастическая, канат для лазания, скамья гимнастическая, маты, мячи гимнастические, скакалки, обручи, палки гимнастические.</p> |
| <p>Универсальный спортивный зал №23 г. Чайковский, ул. Кабалевского, д. 27/1.</p> | <p>1. Специализированная мебель: стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Спортивный инвентарь и оборудование: щит баскетбольный, табло электронное, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, сетка волейбольная, сетки баскетбольные, антенна для сетки, медицинболы.</p> |