

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Зекрин Фанави Убайдуллаевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 02.11.2023 08:11:12
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)

Направление подготовки	<i>49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм</i>
Направленность (профиль) программы бакалавриата	<i>«Спортивно-оздоровительный туризм»</i>
Квалификация выпускника	<i>бакалавр</i>
Год начала подготовки (по учебному плану)	<i>2023</i>
Форма обучения, семестр	<i>очная: 1-6 семестр</i>
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	<i>зачётных единиц: часов: 328</i>
Промежуточная аттестация	<i>Зачет</i>

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.

1 Цель и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины

Цель дисциплины – формирование физической культуры личности у обучающихся по направлению 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм 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 отклонений и недостатков 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 следующей компетенции 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	-	-	-	-	-	-	
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	168/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	26/0	26/0	26/0	26/0	26/0	30/0	160/0
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	0	4	0	4	8

	площадке. Перемещение по зонам.					
1.3	Обучение и совершенствование навыка принятия мяча сверху и снизу.	0	6	0	6	12
1.4	Освоение разновидностями подачи: верхняя, прямая, боковая и нижняя, подача в прыжке.	0	6	0	6	12
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.
1.1	<p><i>Тема Правила игры в волейбол. Техника безопасности. Оборудование и виды инвентаря для игры в волейбол.</i></p> <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><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><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><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 подач 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><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><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><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><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><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>

	<i>Тема Система игры в защите углом вперед и углом назад.</i>
2.4	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 29-32. Система игры в защите «углом вперед» и «углом назад».</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Записать в каком случае применяется защита «углом вперед» 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. Тактика нападения. Атака после передачи мяча из 3 и 2 зоны. Игра в одного и в два связующих.</i> <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. Индивидуальные действия. Виды атакующих ударов.</i> <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. Взаимодействие игроков передней линии и задней линии.</i> <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. Групповые взаимодействия в тройках, групповые взаимодействия в парах. Участие со связующим. Передача-атака-приём-нападающий удар.</i> <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. Развитие скоростно-силового компонента пояса верхних конечностей:</i> Различные разгибания предплечья с внешним отягощением. Подъемы внешнего отягощения над головой из различных положений. Скручивание грифа «Обезьяний хват», скручивание специализированных тренажеров 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. Развитие скоростно-силовых показателей пояса нижних конечностей:</i> 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. Развитие прыжковой выносливости.</i> 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. Развитие координационной выносливости. Игровые задание с применением двух и более мячей. Игровые задания с постоянной сменой вводных. Учебная игра по правилам.</i> <i>Самостоятельная работа.</i> Найти игра, способствующие развивать те качества, которые необходимы в волейболе.
<i>5 семестр</i>	
5	Раздел Игровые комбинации в нападении.
5.1	<i>Тема Нападение с передней линии «Прострел», «Эшелон».</i>

	<i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 61-64. Нападение с передней линии «Прострел», Нападение с передней линии «Эшелон»</i>
	<i>Самостоятельная работа. Просмотр видео материалов спортивных программ с играми различных команд по данной тематике.</i>
	<i>Тема Нападение с передней линии «Крест», «Скрытый шаг».</i>
5.2	<i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 65-68 . Нападение с передней линии «Крест». Нападение с передней линии «Скрытый шаг».</i>
	<i>Самостоятельная работа. Просмотр видео материалов спортивных программ с играми различных команд по данной тематике.</i>
	<i>Тема Нападение с передней линии «Взлёт», «Метр».</i>
5.3	<i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 69-70. Нападение с передней линии «Взлёт». Нападение с передней линии «Метр».</i>
	<i>Самостоятельная работа. Просмотр видео материалов спортивных программ с играми различных команд по данной тематике.</i>
	<i>Тема Нападение с задней линии «Высокая диагональ» «Пайп».</i>
5.4	<i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 71-73. Нападение с задней линии «Высокая диагональ», Нападение с задней линии «Пайп».</i>
	<i>Самостоятельная работа. Просмотр видео материалов спортивных программ с играми различных команд по данной тематике.</i>
<i>6 семестр</i>	
6	Игровые комбинации в защите
	<i>Тема Нападение с задней линии «Высокая диагональ» «Пайп».</i>
6.1	<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: Изучение наглядных и учебных пособий, просмотр кинофильмов, видеофильмов и телепередач по изучаемым темам.</i>
	<i>Тема Игра в защите «углом вперёд».</i>
6.2	<i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 77-79. Игра в защите «углом вперёд». Зоны ответственности игроков при нападающем ударе. Зоны ответственности игроков при блокировании.</i>
	<i>Самостоятельная работа: Подобрать 5 упражнений на совершенствование контроля мяча.</i>
	<i>Тема Игра в защите «углом назад».</i>
6.3	<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: Изучение наглядных и учебных пособий, просмотр кинофильмов, видеофильмов и телепередач по изучаемым темам.</i>
	<i>Тема Блокирование нападающего удара и выход из под блока игроков не участвующих в блокировании.</i>
6.4	<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: Подобрать игры на взаимодействие друг с другом.</i>

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

№ п.п.	Наименование программного продукта
<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.chifk.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.	Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» [электронный ресурс]	http://window.edu.ru/window
5.	Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс]	http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/
6.	Библиотека международной спортивной информации [электронный ресурс]	http://bmsi.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>
аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.
зал ритмики и фитнеса № 138 г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: магнитофон; 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.
Спортивный зал № 319-а г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: стол преподавателя, стул преподавателя; 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.
Универсальный спортивный зал №23 г. Чайковский, ул. Кабалевского, д. 27/1.	1. Специализированная мебель: стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Спортивный инвентарь и оборудование: щит баскетбольный, табло электронное, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, сетка волейбольная, сетки баскетбольные, антенна для сетки, медицинболы.