

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о документе:
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович
Должность: Ректор
Дата подписания: 13.03.2024 14:00:03
Уникальный программный ключ:
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

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

Кафедра Адаптивной физической культуры и оздоровительных технологий

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

«24» июня 2021г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Профессионально-ориентированная физическая подготовка (ФТД.03)**

Направление подготовки	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) программы бакалавриата	<i>«Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес»</i>
Квалификация выпускника	<i>бакалавр</i>
Год начала подготовки (по учебному плану)	<i>2021</i>
Форма обучения, семестр	<i>очная: 8 семестр заочная: 8 семестр</i>
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	<i>зачетных единиц: 2 часов: 72</i>
Промежуточная аттестация	<i>зачет</i>

Чайковский, 2021

Разработчики рабочей программы

Мокрушина И.А., к.п.н., доцент

Рецензент

Рыбакова Е.О. к.п.н., доцент

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры
Адаптивной физической культуры и оздоровительных технологий

«22»июня 2021 г., протокол № 18.

Заведующий кафедрой АФКиОТ к.п.н., доцент _____ Мокрушина И.А.

Рабочая программа утверждена учебно-методическим советом ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»
«23» июня 2021 г., протокол № 11.

Секретарь учебно-методического
совета

Сабурова Н.Н.

Рабочая программа дисциплины доступна в электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС», расположенной в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» [электронный ресурс]: Режим доступа: <http://eos.chifk.ru/>

1 Цель и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины – формирование у бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профиль Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес, физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

1.2 Задачи дисциплины

- сформировать у студентов - понимания социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- сформировать у студентов мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

2 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Процесс изучения дисциплины «Профессионально-ориентированная физическая подготовка» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

<i>Формируемые компетенции</i>	<i>Индикаторы достижения компетенции</i>	<i>Планируемые результаты обучения по дисциплине</i>
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	Знать Роль физической культуры в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Психофизиологическую характеристику учебного труда и быта студента. Динамику умственной и физической работоспособности студентов в учебном году и факторы, ее определяющие. Основные причины изменения состояния студентов в период экзаменационной сессии. Критерии нервно-эмоционального и психофизического утомления. Влияние активного двигательного режима на повышение устойчивости организма к нервно-эмоциональному и умственному перенапряжению. Системообразующие факторы, определяющие направленность и построение технологии, формирующей двигательную готовность студентов к выполнению будущей трудовой деятельности. Проблему двигательной готовности студентов к выполнению будущей трудовой деятельности. Содержание профессионально-ориентированной физической подготовки студентов, обучающихся по профилю «Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес». Технологию профессионально-ориентированной физической подготовки. Профессиональные качества специалиста и способы развития средствами физической

<i>Формируемые компетенции</i>	<i>Индикаторы достижения компетенции</i>	<i>Планируемые результаты обучения по дисциплине</i>
	деятельности	<p>культуры. Признаки профессиональной двигательной деятельности. Способы и методы профессионально-ориентированной физической подготовки. Содержание педагогического контроля профильной физической подготовленности студентов, как показателя эффективности процесса обучения студентов.</p> <p>Уметь Разрабатывать содержание психофизической рекреации для повышения умственной и физической работоспособности, с учетом индивидуальных особенностей занимающегося студента. Определять содержание диагностического аппарата для оценки результативности занятий. Разрабатывать содержание комплекса танцевальной аэробики на основе базовых движений. Разрабатывать индивидуальные программы совершенствования гибкости. Контролировать результативность занятий по совершенствованию гибкости. Разрабатывать индивидуальные программы совершенствования силовых способностей разных мышечных групп. Контролировать результативность занятий по совершенствованию силовых способностей разных мышечных групп. Разрабатывать индивидуальные программы совершенствования координационных способностей. Контролировать результативность занятий по совершенствованию координационных способностей. Разрабатывать индивидуальные программы совершенствования аэробной выносливости. Контролировать результативность занятий по совершенствованию аэробной выносливости.</p> <p>Владеть средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического совершенствования.</p>

3 Место дисциплины в структуре профессиональной подготовки выпускников

Дисциплина «Профессионально-ориентированная физическая подготовка» (ФТД.03) относится к части блока «Факультативные дисциплины».

Для освоения дисциплины необходимы знания, умения, и/или опыт практической деятельности, сформированные в процессе изучения предшествующих дисциплин/практик:

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту, Физическая культура и спорт, Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности, Введение в физкультурно-оздоровительную деятельность, Теория и методика физкультурно-

оздоровительной деятельности с лицами разного возраста, Методика общей физической подготовки.

4 Объем дисциплины и виды учебной работы

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		8 сем.	Всего
1	Контактная работа	36	36
1.1	Занятия лекционного типа	12	12
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.)	24	24
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	36/0	36/0
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	72	72
		<i>в академических часах</i>	
	<i>в зачетных единицах</i>	2	2

4.2 Объем дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		8 сем.	Всего
1	Контактная работа	6	6
1.1	Занятия лекционного типа	2	2
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.)	4	4
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	66/4	66/4
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	72	72
		<i>в академических часах</i>	
	<i>в зачетных единицах</i>	2	2

5 Структура и содержание дисциплины

5.1 Модульный тематический план

5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Индикаторы достижения компетенции	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудоемкость в часах	Технологии формирования	Оценочные средства
			Контактная работа			Самостоятельная работа			
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Всего				
1	Теоретические основы организации процесса физического воспитания студентов в вузе	УК-7.1,7.2,7.3	4	4	8	8	16	ТТ НТТ	УО-3 ИС-2
2	Технология формирования двигательной готовности студентов к трудовой деятельности	УК-7.1,7.2,7.3	4	4	8	8	16	ТТ НТТ	УО-3 ИС-2
3	Понятие и сущность профессионально-ориентированной физической подготовки студентов	УК-7.1,7.2,7.3	4	16	20	20	40	ТТ НТТ	УО-3 ПН-3 ИС-2
ИТОГО:			12	24	36	36	72		

5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Индикаторы достижения компетенции	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудоемкость в часах	Технологии формирования	Оценочные средства
			Контактная работа			Самостоятельная работа			
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Всего				
1	Теоретические основы организации процесса физического воспитания студентов в вузе	УК-7.1,7.2,7.3	0,5	1	1,5	22	23,5	ТТ НТТ	УО-3
2	Технология формирования двигательной готовности студентов к трудовой деятельности	УК-7.1,7.2,7.3	0,5	1	1,5	22	23,5	ТТ НТТ	УО-3
3	Понятие и сущность профессионально-ориентированной физической подготовки студентов	УК-7.1,7.2,7.3	1	2	3	22	25	ТТ НТТ	УО-3 ПН-3
ИТОГО:			2	4	6	66	72		

5.2 Образовательные технологии и оценочные средства, используемые при формировании компетенций

<i>Образовательные технологии, используемые для формирования компетенций</i>	<i>Оценочные средства для аттестации</i>
<p><i>ТТ – традиционные технологии:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • занятия лекционного типа; • занятия семинарского типа. <p><i>ННТ – неимитационные неигровые технологии:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • разбор конкретных ситуаций; • работа в малых группах. 	<p><i>Устный опрос (УО):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • УО-3 – зачет; <p><i>Контроль практических умений и навыков (ПН)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ПН-3 - контрольное тестирование. <p><i>Инновационные способы и средства оценки компетенций (ИС):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ИС-2 – балльно-рейтинговая система

5.3 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

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

<i>Раздел, темы</i>	<i>Содержание</i>
	<i>Тема Теоретические основы организации процесса физического воспитания студентов в вузе</i>
1.	<p><i>Занятия лекционного типа 1,2.</i> Физическая культура в вузе. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Психофизиологическая характеристика учебного труда и быта студента. Динамика умственной и физической работоспособности студентов в учебном году и факторы, ее определяющие. Основные причины изменения состояния студентов в период экзаменационной сессии. Критерии нервно-эмоционального и психофизического утомления. Влияние активного двигательного режима на повышение устойчивости организма к нервно-эмоциональному и умственному перенапряжению.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 1,2.</i> Содержание психофизической тренировки для повышения умственной и физической работоспособности студентов. Психофизическая рекреация (медитация, аутогенная тренировка, дыхательная гимнастика)</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработать содержание психофизической рекреации для повышения умственной и физической работоспособности, с учетом индивидуальных особенностей занимающегося студента. Определить содержание диагностического аппарата для оценки результативности занятий.</p>
2.	<p><i>Тема Технология формирования двигательной готовности студентов к трудовой деятельности</i></p> <p><i>Занятия лекционного типа 3,4.</i> Учет профессиональной деятельности в сфере реализации физкультурно-оздоровительных технологий. Системообразующие факторы, определяющие направленность и построение технологии, формирующей двигательную готовность студентов к выполнению будущей трудовой деятельности. Проблема двигательной готовности студентов к выполнению будущей трудовой деятельности в научных исследованиях.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 3,4.</i> Базовая хореография как основа двигательной готовности к профессиональной деятельности инструктора по фитнесу.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработать содержание комплекса танцевальной аэробики на основе базовых движений.</p>
3.	<p><i>Тема Понятие и сущность профессионально-ориентированной физической подготовки студентов</i></p> <p><i>Занятия лекционного типа 5,6.</i> Профессионально-ориентированная физическая подготовка студентов, обучающихся по профилю «Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес». Технология профессионально-ориентированной физической</p>

подготовки. Профессиональные качества специалиста и способы развития средствами физической культуры. Двигательная готовность. Признаки профессиональной двигательной деятельности. Способы и методы профессионально-ориентированной физической подготовки. Тестирование профильной физической подготовленности студентов, как показателя эффективности процесса обучения студентов.
<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 5,6.</i> Методики совершенствования гибкости. Разработка индивидуальных программ совершенствования гибкости. Контроль результативности занятий по совершенствованию гибкости.
<i>Самостоятельная работа:</i> Разработать содержание тренировочных занятий с использованием фитнес-программ для совершенствования гибкости на месяц. Провести тестирование исходного и конечного результата, сделать заключение о результативности разработанной программы.
<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 7,8.</i> Методики совершенствования силовых способностей разных мышечных групп. Разработка индивидуальных программ совершенствования силовых способностей разных мышечных групп. Контроль результативности занятий по совершенствованию силовых способностей разных мышечных групп.
<i>Самостоятельная работа.</i> Разработать содержание тренировочных занятий с использованием фитнес-программ для совершенствования силовых способностей разных мышечных групп на месяц. Провести тестирование исходного и конечного результата, сделать заключение о результативности разработанной программы.
<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 9,10.</i> Методики совершенствования координационных способностей. Разработка индивидуальных программ совершенствования координационных способностей. Контроль результативности занятий по совершенствованию координационных способностей.
<i>Самостоятельная работа.</i> Разработать содержание тренировочных занятий с использованием фитнес-программ для совершенствования координационных способностей на месяц. Провести тестирование исходного и конечного результата, сделать заключение о результативности разработанной программы.
<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 11,12.</i> Методики совершенствования аэробной выносливости. Разработка индивидуальных программ совершенствования аэробной выносливости. Контроль результативности занятий по совершенствованию аэробной выносливости.
<i>Самостоятельная работа.</i> Разработать содержание тренировочных занятий с использованием фитнес-программ для совершенствования аэробной выносливости на месяц. Провести тестирование исходного и конечного результата, сделать заключение о результативности разработанной программы.

5.3.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (заочная форма обучения)

<i>Раздел, темы</i>	<i>Содержание</i>
	Тема <i>Теоретические основы организации процесса физического воспитания студентов в вузе</i>
1.	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Физическая культура в вузе. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Психофизиологическая характеристика учебного труда и быта студента. Динамика умственной и физической работоспособности студентов в учебном году и факторы, ее определяющие. Основные причины изменения состояния студентов в период экзаменационной сессии. Критерии нервно-эмоционального и психофизического утомления. Влияние активного двигательного режима на повышение устойчивости организма к нервно-эмоциональному и умственному перенапряжению.

	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)1.</i> Содержание психофизической тренировки для повышения умственной и физической работоспособности студентов. Психофизическая рекреация (медитация, аутогенная тренировка, дыхательная гимнастика)</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработать содержание психофизической рекреации для повышения умственной и физической работоспособности, с учетом индивидуальных особенностей занимающегося студента. Определить содержание диагностического аппарата для оценки результативности занятий.</p>
2.	<p>Тема <i>Технология формирования двигательной готовности студентов к трудовой деятельности</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Учет профессиональной деятельности в сфере реализации физкультурно-оздоровительных технологий. Системообразующие факторы, определяющие направленность и построение технологии, формирующей двигательную готовность студентов к выполнению будущей трудовой деятельности. Проблема двигательной готовности студентов к выполнению будущей трудовой деятельности в научных исследованиях.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)1.</i> Базовая хореография как основа двигательной готовности к профессиональной деятельности инструктора по фитнесу.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработать содержание комплекса танцевальной аэробики на основе базовых движений.</p>
3.	<p>Тема <i>Понятие и сущность профессионально-ориентированной физической подготовки студентов</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Профессионально-ориентированная физическая подготовка студентов, обучающихся по профилю «Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес». Технология профессионально-ориентированной физической подготовки. Профессиональные качества специалиста и способы развития средствами физической культуры. Двигательная готовность. Признаки профессиональной двигательной деятельности. Способы и методы профессионально-ориентированной физической подготовки. Тестирование профильной физической подготовленности студентов, как показателя эффективности процесса обучения студентов.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)2.</i> Методики совершенствования гибкости. Разработка индивидуальных программ совершенствования гибкости. Контроль результативности занятий по совершенствованию гибкости. Методики совершенствования силовых способностей разных мышечных групп. Разработка индивидуальных программ совершенствования силовых способностей разных мышечных групп. Контроль результативности занятий по совершенствованию силовых способностей разных мышечных групп. Методики совершенствования координационных способностей. Разработка индивидуальных программ совершенствования координационных способностей. Контроль результативности занятий по совершенствованию координационных способностей. Методики совершенствования аэробной выносливости. Разработка индивидуальных программ совершенствования аэробной выносливости. Контроль результативности занятий по совершенствованию аэробной выносливости.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Разработать содержание тренировочных занятий с использованием фитнес-программ для совершенствования гибкости на месяц. Провести тестирование исходного и конечного результата, сделать заключение о результативности разработанной программы. Разработать содержание тренировочных занятий с использованием фитнес-программ для совершенствования силовых способностей разных мышечных групп на месяц. Провести тестирование исходного и конечного результата, сделать заключение о результативности разработанной программы. Разработать содержание тренировочных занятий с использованием фитнес-программ для совершенствования координационных способностей на месяц. Провести тестирование исходного и конечного результата, сделать заключение о результативности разработанной программы. Разработать содержание тренировочных</p>

занятий с использованием фитнес-программ для совершенствования аэробной выносливости на месяц. Провести тестирование исходного и конечного результата, сделать заключение о результативности разработанной программы.

6. Промежуточная аттестация по дисциплине

6.1 Промежуточная аттестация по дисциплине (очная форма обучения)

Учебным планом предусмотрена следующая форма промежуточной аттестации по дисциплине:

– зачет в 8 семестре;

Критерии выставления зачета соответствуют «Положению о балльно-рейтинговой системе контроля успеваемости студентов ЧГАФКиС».

Рейтинговая система дисциплины

Разделы, темы дисциплины	Рейтинговые баллы		
	Посещение занятий	Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Теоретические основы организации процесса физического воспитания студентов в вузе		20	
Технология формирования двигательной готовности студентов к трудовой деятельности		20	
Понятие и сущность профессионально-ориентированной физической подготовки студентов		20	
ИТОГО	10	60	30
		100	

Структура итоговой оценки учебной деятельности обучающегося по дисциплине, заканчивающейся промежуточной аттестацией

Виды учебной деятельности	Процентное соотношение видов учебной деятельности	Сумма абс. баллов
Посещаемость	10 %	10
Текущий контроль (работа на практических занятиях, СР и пр.)	60 %	60
Промежуточная аттестация	30 %	30
Итого	100%	100

Перевод рейтинговых баллов, набранных обучающимся, осуществляется согласно представленной ниже таблице.

Шкала перевода баллов в национальный числовой эквивалент, международную буквенную оценку

Сумма баллов за текущий контроль и посещаемость	Сумма баллов за промежуточную аттестацию	Сумма условных баллов (процентов)	Зачет /незачет	Числовой эквивалент	Оценка	Буквенное обозначение (Оценка ECTS)
68-70	29-30	97-100	Зачет	5	Отлично	A
66-67	27-28	93-96		5	Очень хорошо	B

56-65	21-26	77-92		4	Хорошо	C
45-55	18-20	63-76		3	Удовлетворительно	D
35-44	15-17	50-62		3	Посредственно	E
20-34	12-14	31-49	Незачет	2	Неудовлетворительно	Fx
0-19	0-11	0-30		2		F

6.2 Промежуточная аттестация по дисциплине (заочная форма обучения)

Учебным планом для направления подготовки 49.03.01 Физическая культура предусмотрена следующая форма промежуточной аттестации по дисциплине:

– зачет в 8 семестре.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится с учетом результатов текущего контроля.

Задолженности по текущему контролю должны быть ликвидированы.

Формы ликвидации задолженностей:

- устная (беседа с преподавателем во время индивидуальных консультаций),
- письменная.

Оценочные материалы и критерии оценивания указаны в фондах оценочных средств и методических материалах дисциплины.

7 Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература

1. Верхошанский, Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса: научное издание / Ю. В. Верхошанский. – М.: Спорт, 2019. - 184 с.: ил
2. Кичайкина, Н.Б. Биомеханические закономерности упражнений с сохранением положения тела, локомоторных и вращательных движений: учебное пособие. - СПб, 2014.- элект. ресурс.
3. Кичайкина, Н.Б. Закономерности формирования и совершенствования систем движений: учебное пособие. - СПб, 2017. - элект. рес.
4. Курьсь В. Н. Биомеханика: Познание телесно двигательного упражнения: учебное пособие - М: Советский спорт, 2013.
5. Методы измерения и контроля в физическом воспитании и спорте: учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. - Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020.-ЭБС IPRbooks
6. Панов Г.А. Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания студентов: учебное пособие/ Панов Г.А.- М.: Российский университет дружбы народов, 2012. -ЭБС IPRbooks
7. Теория и методика физической культуры.: учебник/ под ред. Курамшина Ю.Ф..- М.: Советский спорт, 2007.
8. Тулякова, О. В. Комплексный контроль в физической культуре и спорте: учебное пособие / О. В. Тулякова. - Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2020. -ЭБС IPRbooks
9. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник.- М.: Академия, 2014, 2012.

Дополнительная литература

10. Быченков, С. В. Физическая культура: учебник для студентов высших учебных заведений / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. - Саратов: Вузовское образование, 2016. -ЭБС IPRbooks
11. Виноградов Г.П., Виноградов И.Г. Атлетизм: теория и методика, технология спортивной тренировки: учебник.- М.: Спорт, 2017.
12. Зинкевич Д.А. Атлетическая гимнастика (методика силовой подготовки): учеб. пособие.- Челябинск: УралГУФК, 2008.
13. Ивченко Е.А. Теоретико-методические основы двигательной рекреации: учеб. пособие.- СПб, 2009. -ЭБС IPRbooks

14. Платонова Т.В. и др. Физкультурно-оздоровительные технологии: технологии формирования здорового образа жизни: учеб. пособие.- СПб, 2014.- гриф УМО.
15. Погудин С.М. Научно-методические основы профессионального становления специалистов по физической культуре и спорту: уч. пос. – Чайковский: ЧГИФК, 2002.
16. Попов, В.И. Теория физической культуры и спорта: учебное пособие - гриф УМО. - СПб, 2009. - элек. ресурс.
17. Профессионализм в сфере физической культуры и спорта: учеб. пособие/ Костюченко В.Ф. и др.- СПб, 2014.- гриф УМО.- элек. ресурс
18. Татарова С.Ю. Физическая культура как один из аспектов составляющих здоровый образ жизни студентов: учебное пособие / С.Ю. Татарова, В.Б. Татаров. - М.: Научный консультант, 2017. -ЭБС IPRbooks
19. Третьякова, Н.В. и др. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие / Третьякова Н.В. и др. - М: Спорт, 2016.
20. Шутова Т.Н. Теоретические и методические основы физкультурно-оздоровительных технологий: учеб. пос. – Чайковский, 2008.- элек. ресурс.

8 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

8.1 Перечень лицензионного программного обеспечения и информационных справочных систем

№ 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

8.2 Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

- Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГИФК) – лицензионный договор на использование программных средств для автоматизации информационно-библиотечной деятельности №045/2012-М от 26.04.2012 г, лицензия действует бессрочно;
- Электронно-библиотечная система IPRbooks – Контракт № 6900/20 от 06 июля 2020г. с «24» сентября 2020г. по «24» сентября 2021г., лицензия продлевается ежегодно.

8.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» [электронный ресурс]: Режим доступа: <http://window.edu.ru/window>.
- веб-сайт «Спорт» Сайт для учителей и преподавателей физкультуры: – Режим доступа: <http://pculture.ru/>
- сайт «Физкультура для всех»: – Режим доступа: <http://www.fizkultura-vsem.ru/>
- научно-образовательный портал «ФизкультУРА»: – Режим доступа: <http://www.fizkult-ura.ru/>

- сайт Министерства спорта РФ: – Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/>
- национальный портал «Социальная сеть работников образования»: – Режим доступа: <https://nsportal.ru/>
- сайт журнала «Теория и практика физической культуры»: – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/ru>
- сайт Гимнастика для школьников: – Режим доступа: <http://gimnastikasport.ru/detskaya/uprazhneniya-dlya-shkolnikov.html>

8.4 Компьютерные обучающие и контролирующие программы

Отсутствуют.

8.5 Аудио- и видео-пособия

Отсутствуют.

9 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 № 322 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, колонки; 3. Спортивный инвентарь и оборудование: коврики гимнастические
аудитория № 138 зал ритмики и фитнеса для проведения практических занятий 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
аудитория № 324 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук
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

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.