

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахмардин
Должность: Ректор
Дата подписания: 13.03.2024 13:59:47
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

**Физкультурно-оздоровительные методики для женщин разного возраста
(Б1.В.ДВ.04.01)**

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: 7 семестр заочная: 7 семестр</i>
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	<i>зачетных единиц: 3 часов: 108</i>
Промежуточная аттестация	<i>зачет</i>

Чайковский, 2021г.

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 Цели и задачи освоения дисциплины

1.1 Цель дисциплины

Цель дисциплины – формирование у бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профиль Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес, профессиональных умений и опыта, необходимых для реализации фитнес-технологий с разными возрастными группами женщин

1.2 Задачи дисциплины

- сформировать у студентов знания о содержании научно-теоретических основ физкультурно-оздоровительной деятельности с женщинами разного возраста
- сформировать у студентов практические умения по разработке содержания физкультурно-оздоровительной деятельности с женщинами разного возраста;
- развивать качества социально активной личности обучающегося, расширять, закреплять и совершенствовать умения самостоятельного творческого решения основных задач физкультурно-оздоровительной деятельности.

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

Процесс изучения «Физкультурно-оздоровительные методики для женщин разного возраста» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Компетенция	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПК-7 Способен формировать и поддерживать мотивацию у населения к занятиям фитнесом	ПК-7.1 Знает методику формирования мотивации населения к занятиям фитнесом ПК-7.2 Умеет вовлекать население в занятия фитнесом ПК-7.3 Владеет навыком реализации мероприятий по мотивации населения к занятиям фитнесом	Знает Современное состояние проблемы сохранения здоровья девушек средствами физической культуры и образа жизни. Психолого-физиологические особенности девушек. Способы мотивации девушек к физкультурно-оздоровительной деятельности. Интересы, мотивы и потребности девушек-подростков в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности. Интересы и потребности девушек-студенток в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности. Причины низкой физкультурно-оздоровительной активности женщин первого зрелого возраста. Социально значимые факторы, влияющие на формирование мотивации женщин зрелого возраста для занятий физическими упражнениями. Структуру мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности женщин первого зрелого возраста. Умеет Строить педагогическую модель по формированию оптимальной двигательной активности и здорового образа жизни девушек-подростков. Имеет опыт Разработки содержания презентации, направленной на формирование мотивации

		девушек к физкультурно-оздоровительной деятельности. Разработки лекционного и наглядного материала по формированию двигательной активности и здорового образа жизни у девушек-подростков.
ПК-8 Способен формировать средства для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом	<p>ПК-8.1 Знает содержание процесса формирования средств для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом</p> <p>ПК-8.2 Умеет формировать средства для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом</p> <p>ПК-8.3 Владеет (имеет опыт) технологией формирования средств для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом</p>	<p>Знает Научно-методические особенности физкультурно-оздоровительной работы с девушками: реализацию принципов оздоровительной тренировки в занятиях с девушками (принципы: доступности, программно-целевой, индивидуализации, биоритмической структуры, половых различий, возрастных изменений в организме, интеграции, биологической целесообразности, красоты и эстетической целесообразности, гармонизации всей системы ценностных ориентаций человека, взаимосвязи и взаимодействия психических и физических сил человека). Нормативные требования к развитию физических качеств девушек-студенток. Современные танцевальные направления как средство развития двигательной активности девушек-подростков. Способы профилактики нарушения репродуктивного здоровья девушек в физическом воспитании. Особенности физической культуры при беременности. Основы проектирования оздоровительных технологий для женщин зрелого возраста с учетом возрастных особенностей. Основы проектирования оздоровительных технологий для женщин зрелого возраста с учетом трудовой деятельности. Проблемы избыточной массы тела у женщин зрелого возраста, пути их решения. Методические основы проведения занятий с женщинами пожилого возраста. Особенности питания при физкультурно-оздоровительных занятиях.</p> <p>Умеет Разрабатывать содержание мастер-класса по обучению базовым движениям современных танцевальных направлений.</p> <p>Имеет опыт Проведения мастер-класса по обучению базовым движениям современных танцевальных направлений.</p>
ПК-10 Способен разрабатывать, индивидуальные программы занятий фитнесом	ПК-10.1 Знает методики подбора упражнений, видов фитнес-тренировок в соответствии с анатомо-	<p>Знает Научно-теоретические основы организации физкультурно-оздоровительной деятельности с девушками подготовительной медицинской группы. Характеристику отклонений в состоянии здоровья у девушек, относящихся к</p>

	<p>физиологическими особенностями человека</p> <p>ПК-10.2 Умеет составлять индивидуальные программы занятий фитнесом, в том числе с разработкой частоты, интенсивности, продолжительности, вида и структуры занятий, включая использование фитнес-технологий и принципа периодизации.</p> <p>ПК-10.3 Владеет методом индивидуализации занятий фитнесом, программирования и планирования фитнес-тренировок с последовательным решением задач физического совершенствования человека навыком разработки индивидуальных программ по фитнесу.</p>	<p>подготовительной медицинской группе. Содержание занятий с девушками подготовительной медицинской группы. Методологию использования средств фитнеса в физкультурно-оздоровительной деятельности девушек-подростков. Развитие физических качеств с учетом ОМЦ. Характеристику средств фитнеса для занятий с девушками-подростками (циклическая аэробика, танцевальная аэробика, гимнастическая аэробика, силовой тренинг). Средства фитнеса для профилактики нарушений осанки и стопы у девушек 13-15 лет. Особенности содержания физкультурно-оздоровительных занятий со студентками разных медицинских групп. Основы профилактики отклонений в здоровье в климактерическом периоде, средствами физкультурно-оздоровительной деятельности. Содержание комплексов упражнений для профилактики болевых синдромов в спине, шейном отделе позвоночника, коленях и тазобедренных суставах.</p> <p>Умеет</p> <p>Планировать содержания занятий фитнесом с девушками-подростками. Обосновывать нагрузку с учетом возрастных особенностей девушек. Разрабатывать содержание программы для профилактики нарушений осанки и стопы у девушек 13-15 лет с использованием средств фитнеса. Разрабатывать педагогическую модель формирования двигательной активности студенток в процессе физического воспитания. Разрабатывать лекционный и наглядный материал по формированию двигательной активности и здорового образа жизни у девушек-студенток. Использовать физкультурно-оздоровительные методики для снятия умственного переутомления, предотвращения стресса, тревожности и депрессии женщин зрелого возраста.</p> <p>Имеет опыт</p> <p>Разработки и проведения содержания физкультурно-оздоровительных занятий для девушек, относящихся к подготовительной медицинской группе. Построения содержания занятий фитнесом в зависимости от фаз ОМЦ. Практического проведения комплексов фитнес тренировки для девушек-подростков. Разработки содержания профилактических комплексов для профилактики болевых синдромов в спине, шейном отделе позвоночника, коленях и тазобедренных</p>
--	---	---

		суставах на основании фитнес технологий. Педагогического проектирования занятий фитнесом с женщинами зрелого возраста. Разработки программы физкультурно-оздоровительных занятий с женщинами зрелого возраста с учетом их психофизических особенностей. Разработки содержания физкультурно-оздоровительного занятия для женщин пожилого возраста на основе фитнес технологий.
Профессиональный стандарт 05.013 Специалист по продвижению фитнес-услуг. / ОТФ		
А. Организация продвижения фитнес-услуг среди населения		
В. Оказание населению фитнес-услуг по индивидуальным программам		

3 Место дисциплины в структуре профессиональной подготовки выпускников

Дисциплина «Физкультурно-оздоровительные методики для женщин разного возраста» (Б1.В.ДВ.04.01) относится к части формируемой участниками образовательных отношений блока «Дисциплины» и является дисциплиной по выбору.

Для освоения дисциплины необходимы знания, умения, и/или опыт практической деятельности, сформированные в процессе изучения предшествующих дисциплин/практик: Теория и методика фитнеса: (Теория фитнеса, Теория и методика аэробики, Теория и методика аквафитнеса, Теория и методика функционального тренинга, Теория и методика силового тренинга) , Технология анимационных программ, Технология планирования фитнес-программ, Маркетинг фитнес-услуг, Организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий, Медико-биологические основы фитнеса, Спортивная адаптология, Массаж, Методика фитнес-тестирования, Фитнес для лиц с ограничениями в состоянии здоровья, Организация и методика групповых фитнес-программ, Методики закаливания для лиц разного возраста, Учебная практика: ознакомительная, Производственная практика: профессионально-ориентированная.

Знания, умения и/или опыт практической деятельности, сформированные при изучении дисциплины, будут востребованы при изучении последующих дисциплин/практик: Теория и методика фитнеса: Восточные оздоровительные системы , Организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий, Физическая рекреация, Педагогическое совершенствование в физкультурно-оздоровительной деятельности, Профессионально-педагогическая деятельность.

4 Объем дисциплины и виды учебной работы

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		7 семестр	Всего
1	Контактная работа	48	48
1.1	Занятия лекционного типа	16	16
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.)	32	32
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	60	60
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	108	108
	в академических часах		
	в зачетных единицах	3	3

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		7 семестр	Всего
1	Контактная работа	14	14
1.1	Занятия лекционного типа	6	6
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.)	8	6
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	94/4	94/4
3	Промежуточная аттестация – зачет	4	4
4	Всего трудоемкость дисциплины: в академических часах в зачетных единицах	108 3	108 3

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	Теоретико-методические аспекты физкультурно-оздоровительной деятельности с девушками	ПК-7.1, 7.2, 10.1	4	6	10	10	20	ТТ НТТ	УО-3 УО-2 ПР-3 ИС-2
2	Научно-методические основы использования средств физкультурно-оздоровительной деятельности для развития двигательной активности девушек-подростков	ПК-7.1,7.2,7.3,8.1,8.2, 8.3,10.1,10.2,10.3	4	10	14	10	24	ТТ НТТ	УО-2 УО-5 УО-3 ИС-2 ИС-6 ПН-5
3	Физкультурно-оздоровительная деятельность девушек-студенток средних специальных и высших учебных заведений	ПК-7.1,7.2,7.3,8.1,8.2, 8.3,10.1,10.2,10.3	2	4	6	10	16	ТТ НТТ	УО-2 ИС-2 УО-3 УО-5 ИС-6
4	Состояние репродуктивного здоровья и факторы риска его нарушения среди лиц женского пола.	ПК-7.1 ,8.1,8.2, 8.3,10.1,10.2,10.3	2	4	6	10	16	ТТ НТТ	УО-2 УО-3 ИС-5 ИС-2

5	Физкультурно-оздоровительная работа с женщинами первого и второго зрелого возраста	ПК-7.1 ,8.1,8.2, 8.3,10.1,10.2,10.3	2	4	6	10	16	ТТ НТТ	УО-2 ПН-1 УО-3 ПН-5 ИС-2
6	Содержание физкультурно-оздоровительных занятий женщин пожилого возраста	ПК-7.1 ,8.1,8.2, 8.3,10.1,10.2,10.3	2	4	6	10	16	ТТ НТТ	УО-3 УО-2 ИС-2
Итого:			16	32	48	60	108		

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	Теоретико-методические аспекты физкультурно-оздоровительной деятельности с девушками	ПК-7.1, 7.2, 10.1	1	1	2	10	12	ТТ НТТ	УО-3 УО-2 ПР-3
2	Научно-методические основы использования средств физкультурно-оздоровительной деятельности для развития двигательной активности девушек-подростков	ПК-7.1,7.2,7.3,8.1, 8.2, 8.3,10.1,10.2, 10.3	1	2	3	20	23	ТТ НТТ	УО-2 УО-3 УО-5 ИС-6 ПН-5
3	Физкультурно-оздоровительная деятельность девушек-студенток средних специальных и высших учебных заведений	ПК-7.1,7.2,7.3,8.1, 8.2, 8.3,10.1,10.2, 10.3	1	2	3	20	23	ТТ НТТ	УО-2 УО-3 УО-5 ИС-6
4	Состояние репродуктивного здоровья и факторы риска его нарушения среди лиц женского пола.	ПК-7.1 ,8.1,8.2, 8.3,10.1,10.2, 10.3	1	1	2	14	16	ТТ НТТ	УО-2 УО-3 ИС-5
5	Физкультурно-оздоровительная работа с женщинами первого и второго зрелого возраста	ПК-7.1 ,8.1,8.2, 8.3,10.1,10.2, 10.3	1	1	2	16	18	ТТ НТТ	УО-2 ПН-1 УО-3 ПН-5
6	Содержание физкультурно-оздоровительных занятий женщин пожилого возраста	ПК-7.1 ,8.1,8.2, 8.3,10.1,10.2, 10.3	1	1	2	14	16	ТТ НТТ	УО-3 УО-2
ИТОГО:			6	8	14	94	108		

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> УО-3 – зачет; УО-2- коллоквиум УО-5 - доклад, сообщение</p> <p><i>Инновационные способы и средства оценки компетенций (ИС):</i> ИС-2 - балльно-рейтинговая система; ИС-6 - проектный метод.</p> <p><i>Письменные работы (ПР)</i> ПР-3 - эссе</p> <p><i>Контроль практических умений и навыков (ПН)</i> ПН-1 - ситуационные задачи / практический зачет; ПН-5 - творческое задание.</p>

5.3 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

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

	<i>Содержание</i>
1	<p>Тема Теоретико-методические аспекты физкультурно-оздоровительной деятельности с девушками</p> <p><i>Занятия лекционного типа 1,2.</i> Современное состояние проблемы сохранения здоровья девушек средствами физической культуры и образа жизни. Психолого-физиологические особенности девушек. Научно-методические особенности физкультурно-оздоровительной работы с девушками: реализация принципов оздоровительной тренировки в занятиях с девушками (принципы: доступности, программно-целевой, индивидуализации, биоритмической структуры, половых различий, возрастных изменений в организме, интеграции, биологической целесообразности, красоты и эстетической целесообразности, гармонизации всей системы ценностных ориентаций человека, взаимосвязи и взаимодействия психических и физических сил человека).</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)1.</i> Анализ программно-нормативных документов, определяющих формы и содержание двигательной активности девушек. Характеристика содержания учебных программ по физической культуре в средних и высших учебных заведениях (базовый и вариативный компоненты): цели, задачи, средства. Анализ концептуальных подходов к организации физического воспитания девушек в учебных заведениях. Методический анализ видеоматериалов по организации занятий физкультурно-оздоровительной направленности с девушками в учебных заведениях.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Составить картотеку статей, рассматривающих концептуальные подходы к организации физического воспитания девушек в учебных заведениях</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Научно-теоретические основы организации физкультурно-оздоровительной деятельности с девушками подготовительной медицинской группы. Характеристика отклонений в состоянии здоровья у девушек, относящихся к подготовительной медицинской группе. Содержание занятий с девушками подготовительной медицинской группы. Методический анализ видеоматериалов по организации занятий физкультурно-оздоровительной направленности с девушками подготовительной медицинской группы. Разработка и проведение содержания физкультурно-оздоровительных занятий для девушек, относящихся к подготовительной медицинской группе.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить сообщение по теме: «Научно-теоретические основы организации физкультурно-оздоровительной деятельности с девушками подготовительной медицинской группы»</p>

	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Мотивация девушек к физкультурно-оздоровительной деятельности. Анализ средств формирования мотивации девушек к физкультурно-оздоровительной деятельности. Разработка содержания презентации, направленной на формирование мотивации девушек к физкультурно-оздоровительной деятельности.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Написать эссе по теме «Мотивация девушек к физкультурно-оздоровительной деятельности»</p>
	<p>Тема Научно-методические основы использования средств физкультурно-оздоровительной деятельности для развития двигательной активности девушек-подростков</p> <p><i>Занятия лекционного типа 3,4.</i> Характеристика двигательной активности девушек-подростков. Нормативные требования к развитию физических качеств девушек-подростков. Интересы, мотивы и потребности девушек-подростков в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности. Методология использования средств фитнеса в физкультурно-оздоровительной деятельности девушек-подростков. Развитие физических качеств с учетом ОМЦ. Характеристика средств фитнеса для занятий с девушками-подростками (циклическая аэробика, танцевальная аэробика, гимнастическая аэробика, силовой тренинг).</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить сообщение о научно-исследовательской деятельности в области формирования двигательной активности девушек-подростков.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 4,5. Проектная деятельность.</i> Построение педагогической модели по формированию оптимальной двигательной активности и здорового образа жизни девушек-подростков. Разработка лекционного и наглядного материала по формированию двигательной активности и здорового образа жизни у девушек-подростков. <i>Сообщение:</i> научно-исследовательская деятельность в области формирования двигательной активности девушек-подростков.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Завершить выполнение проекта. Оформить презентацию.</p>
2	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6.</i> Планирование содержания занятий фитнесом с девушками-подростками. Методический анализ видеоматериалов по содержанию занятий фитнесом с девушками-подростками. Обоснование нагрузки с учетом возрастных особенностей девушек. Построение содержания занятий фитнесом в зависимости от фаз ОМЦ. Практическое проведение комплексов фитнес тренировки для девушек-подростков.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Завершить разработку содержания физкультурно-оздоровительных занятий девушек в зависимости от фаз ОМЦ.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 7.</i> Современные танцевальные направления как средство развития двигательной активности девушек-подростков. Характеристика современных танцевальных направлений для девушек-подростков. Методический анализ видеоматериалов по содержанию современных танцевальных направлений. <i>Проектная деятельность:</i> проведение мастер-класса по обучению базовым движениям современных танцевальных направлений.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Разработать конспект с содержанием мастер-класса по обучению базовым движениям современных танцевальных направлений.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 8.</i> Использование средств фитнеса для профилактики нарушений осанки и стопы у девушек 13-15 лет. Комплекс изотонической тренировки. Комплекс «планка». Использование асан йоги. Комплекс Пилатес. Самомассаж стоп. Упражнения базовой хореографии.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Разработать содержание программы для профилактики нарушений осанки и стопы у девушек 13-15 лет с использованием средств фитнеса.</p>
3	<p>Тема Физкультурно-оздоровительная деятельность девушек-студенток средних специальных и высших учебных заведений</p> <p><i>Занятие лекционного типа 5.</i> Проблемы и перспективы формирования оптимальной двигательной активности и здорового образа жизни у девушек-студенток. Анализ программно-нормативных документов, определяющих формы и содержание двигательной активности у девушек-студенток. Нормативные требования к развитию физических качеств девушек-студенток. Интересы и потребности девушек-студенток в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности. Анализ инновационных оздоровительных технологий, как средства формирования оптимальной двигательной активности и здорового образа жизни студенток. Особенности содержания физкультурно-оздоровительных занятий со студентками</p>

	<p>разных медицинских групп.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия)9,10.</i> Проблема формирования оптимальной двигательной активности у девушек-студенток. <i>Проектная деятельность:</i> Разработка педагогической модели формирования двигательной активности студенток в процессе физического воспитания. Разработка лекционного и наглядного материала по формированию двигательной активности и здорового образа жизни у девушек-студенток. <i>Сообщение:</i> научно-исследовательская деятельность в области формирования двигательной активности девушек-студенток</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить сообщение: научно-исследовательская деятельность в области формирования двигательной активности девушек-студенток.</p>
4	<p>Тема Состояние репродуктивного здоровья и факторы риска его нарушения среди лиц женского пола</p> <p><i>Занятие лекционного типа 6.</i> Состояние репродуктивного здоровья и факторы риска его нарушения среди лиц женского пола. Анатомо-физиологические особенности женского организма с учетом репродуктивной функции и влияние на нее физических упражнений. Профилактика нарушения репродуктивного здоровья девушек в физическом воспитании. Специальные физические упражнения, оказывающие позитивное действие на женский организм.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)11.</i> Физическая культура при беременности. Методический анализ видеоматериала (Примерный комплекс упражнений в сроке беременности до 16 недель. Примерный комплекс упражнений в сроке беременности от 17 до 31 недели. Примерный комплекс упражнений в сроке беременности от 32 недели до родов. Физическая культура в послеродовом периоде. Комплекс упражнений после выписки из родильного дома и до 10-го дня после родов).</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Составить каталог интернет ресурсов по теме «Физическая культура при беременности»</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)12.</i> Йога для беременных. Комплекс асан йоги в первом триместре. Комплекс асан йоги во втором триместре. Комплекс асан йоги в третьем триместре. Техника выполнения. Показания и противопоказания.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Сделать методический анализ видеоматериала по теме: «Йога для беременных». Сделать конспект.</p>
5	<p>Тема Физкультурно-оздоровительная работа с женщинами первого и второго зрелого возраста</p> <p><i>Занятие лекционного типа 7.</i> Физкультурно-оздоровительная работа с женщинами первого и второго зрелого возраста. Причины низкой физкультурно-оздоровительной активности женщин первого зрелого возраста. Социально значимые факторы, влияющие на формирование мотивации женщин зрелого возраста для занятий физическими упражнениями. Структура мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности женщин первого зрелого возраста. Проектирование оздоровительных технологий для женщин зрелого возраста с учетом возрастных особенностей. Проектирование оздоровительных технологий для женщин зрелого возраста с учетом трудовой деятельности. Проблемы веса у женщин зрелого возраста, пути их решения.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)13.</i> Использование физкультурно-оздоровительных методик для снятия умственного переутомления, предотвращения стресса, тревожности и депрессии женщин зрелого возраста. Содержание комплексов упражнений для профилактики болевых синдромов в спине, шейном отделе позвоночника, коленях и тазобедренных суставах.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Разработать содержание профилактических комплексов для профилактики болевых синдромов в спине, шейном отделе позвоночника, коленях и тазобедренных суставах на основании фитнес технологий.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)14.</i> Педагогическое проектирование занятий фитнесом с женщинами зрелого возраста. Комплексные физкультурно-оздоровительные занятия с женщинами зрелого возраста с учетом их психофизических особенностей.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Завершить разработку программы физкультурно-оздоровительных занятий с женщинами зрелого возраста с учетом их психофизических особенностей.</p>

	<i>Тема</i> Содержание физкультурно-оздоровительных занятий женщин пожилого возраста
	<i>Занятие лекционного типа</i> 8. Психофизиологические особенности женщин пожилого возраста. Профилактика отклонений в здоровье в климактерическом периоде, средствами физкультурно-оздоровительной деятельности. Содержание занятий, дозировка нагрузки, противопоказания.
6	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия)</i> 15,16 Методические основы проведения занятий с женщинами пожилого возраста. Методический анализ видеоматериала (гимнастика для пожилых женщин). Общие методические указания по разработке и проведению комплексов упражнений аквафитнеса, йоги, пилатес, дозировка нагрузки, противопоказания. Особенности питания при физкультурно-оздоровительных занятиях.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Разработать содержание физкультурно-оздоровительного занятия для женщин пожилого возраста на основе фитнес технологий

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

	<i>Содержание</i>
	<i>Тема</i> Теоретико-методические аспекты физкультурно-оздоровительной деятельности с девушками
	<i>Занятие лекционного типа</i> 1 Современное состояние проблемы сохранения здоровья девушек средствами физической культуры и образа жизни. Психолого-физиологические особенности девушек. Научно-методические особенности физкультурно-оздоровительной работы с девушками: реализация принципов оздоровительной тренировки в занятиях с девушками (принципы: доступности, программно-целевой, индивидуализации, биоритмической структуры, половых различий, возрастных изменений в организме, интеграции, биологической целесообразности, красоты и эстетической целесообразности, гармонизации всей системы ценностных ориентаций человека, взаимосвязи и взаимодействия психических и физических сил человека).
1	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)</i> 1. Анализ программно-нормативных документов, определяющих формы и содержание двигательной активности девушек. Характеристика содержания учебных программ по физической культуре в средних и высших учебных заведениях (базовый и вариативный компоненты): цели, задачи, средства. Анализ концептуальных подходов к организации физического воспитания девушек в учебных заведениях. Методический анализ видеоматериалов по организации занятий физкультурно-оздоровительной направленности с девушками в учебных заведениях Научно-теоретические основы организации физкультурно-оздоровительной деятельности с девушками подготовительной медицинской группы. Характеристика отклонений в состоянии здоровья у девушек, относящихся к подготовительной медицинской группе. Содержание занятий с девушками подготовительной медицинской группы. Методический анализ видеоматериалов по организации занятий физкультурно-оздоровительной направленности с девушками подготовительной медицинской группы. Разработка и проведение содержания физкультурно-оздоровительных занятий для девушек, относящихся к подготовительной медицинской группе.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Составить картотеку статей, рассматривающих концептуальные подходы к организации физического воспитания девушек в учебных заведениях Подготовить сообщение по теме: «Научно-теоретические основы организации физкультурно-оздоровительной деятельности с девушками подготовительной медицинской группы». Самостоятельно изучить вопросы: «Мотивация девушек к физкультурно-оздоровительной деятельности. Анализ средств формирования мотивации девушек к физкультурно-оздоровительной деятельности. Разработка содержания презентации, направленной на формирование мотивации девушек к физкультурно-оздоровительной деятельности». Написать эссе по теме «Мотивация девушек к физкультурно-оздоровительной деятельности»
	<i>Тема</i> Научно-методические основы использования средств физкультурно-оздоровительной деятельности для развития двигательной активности девушек-подростков
2	<i>Занятие лекционного типа</i> 1. Характеристика двигательной активности девушек-подростков. Нормативные требования к развитию физических качеств девушек-подростков. Интересы, мотивы и потребности девушек-подростков в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности. Методология использования средств фитнеса в

	<p>физкультурно-оздоровительной деятельности девушек-подростков. Развитие физических качеств с учетом ОМЦ. Характеристика средств фитнеса для занятий с девушками-подростками (циклическая аэробика, танцевальная аэробика, гимнастическая аэробика, силовой тренинг).</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить сообщение о научно-исследовательской деятельности в области формирования двигательной активности девушек-подростков.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1. Проектная деятельность.</i> Построение педагогической модели по формированию оптимальной двигательной активности и здорового образа жизни девушек-подростков. Разработка лекционного и наглядного материала по формированию двигательной активности и здорового образа жизни у девушек-подростков. <i>Сообщение:</i> научно-исследовательская деятельность в области формирования двигательной активности девушек-подростков.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Завершить выполнение проекта. Оформить презентацию.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Планирование содержания занятий фитнесом с девушками-подростками. Методический анализ видеоматериалов по содержанию занятий фитнесом с девушками-подростками. Обоснование нагрузки с учетом возрастных особенностей девушек. Построение содержания занятий фитнесом в зависимости от фаз ОМЦ. Практическое проведение комплексов фитнес тренировки для девушек-подростков. Современные танцевальные направления как средство развития двигательной активности девушек-подростков. Характеристика современных танцевальных направлений для девушек-подростков. Методический анализ видеоматериалов по содержанию современных танцевальных направлений. <i>Проектная деятельность:</i> проведение мастер-класса по обучению базовым движениям современных танцевальных направлений. Использование средств фитнеса для профилактики нарушений осанки и стопы у девушек 13-15 лет. Комплекс изотонической тренировки. Комплекс «планка». Использование асан йоги. Комплекс Пилатес. Самомассаж стоп. Упражнения базовой хореографии.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Завершить разработку содержания физкультурно-оздоровительных занятий девушек в зависимости от фаз ОМЦ. Разработать конспект с содержанием мастер-класса по обучению базовым движениям современных танцевальных направлений. Разработать содержание программы для профилактики нарушений осанки и стопы у девушек 13-15 лет с использованием средств фитнеса.</p>
3	<p>Тема Физкультурно-оздоровительная деятельность девушек-студенток средних специальных и высших учебных заведений</p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Проблемы и перспективы формирования оптимальной двигательной активности и здорового образа жизни у девушек-студенток. Анализ программно-нормативных документов, определяющих формы и содержание двигательной активности у девушек-студенток. Нормативные требования к развитию физических качеств девушек-студенток. Интересы и потребности девушек-студенток в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности. Анализ инновационных оздоровительных технологий, как средства формирования оптимальной двигательной активности и здорового образа жизни студенток. Особенности содержания физкультурно-оздоровительных занятий со студентками разных медицинских групп.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2-3.</i> Проблема формирования оптимальной двигательной активности у девушек-студенток. <i>Проектная деятельность:</i> Разработка педагогической модели формирования двигательной активности студенток в процессе физического воспитания. Разработка лекционного и наглядного материала по формированию двигательной активности и здорового образа жизни у девушек-студенток. <i>Сообщение:</i> научно-исследовательская деятельность в области формирования двигательной активности девушек-студенток.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить сообщение: научно-исследовательская деятельность в области формирования двигательной активности девушек-студенток.</p>
4	<p>Тема Состояние репродуктивного здоровья и факторы риска его нарушения среди лиц женского пола.</p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Состояние репродуктивного здоровья и факторы риска его нарушения среди лиц женского пола. Анатомо-физиологические особенности женского организма с учетом репродуктивной функции и влияние на нее физических упражнений.</p>

	<p>Профилактика нарушения репродуктивного здоровья девушек в физическом воспитании. Специальные физические упражнения, оказывающие позитивное действие на женский организм.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)3.</i> Физическая культура при беременности. Методический анализ видеоматериала (Примерный комплекс упражнений в сроке беременности до 16 недель. Примерный комплекс упражнений в сроке беременности от 17 до 31 недели. Примерный комплекс упражнений в сроке беременности от 32 недели до родов. Физическая культура в послеродовом периоде. Комплекс упражнений после выписки из родильного дома и до 10-го дня после родов). Йога для беременных. Комплекс асан йоги в первом триместре. Комплекс асан йоги во втором триместре. Комплекс асан йоги в третьем триместре. Техника выполнения. Показания и противопоказания.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Составить каталог интернет ресурсов по теме «Физическая культура при беременности». Сделать методический анализ видеоматериала по теме: «Йога для беременных». Сделать конспект.</p>
5	<p>Тема Физкультурно-оздоровительная работа с женщинами первого и второго зрелого возраста</p> <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Физкультурно-оздоровительная работа с женщинами первого и второго зрелого возраста. Причины низкой физкультурно-оздоровительной активности женщин первого зрелого возраста. Социально значимые факторы, влияющие на формирование мотивации женщин зрелого возраста для занятий физическими упражнениями. Структура мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности женщин первого зрелого возраста. Проектирование оздоровительных технологий для женщин зрелого возраста с учетом возрастных особенностей. Проектирование оздоровительных технологий для женщин зрелого возраста с учетом трудовой деятельности. Проблемы веса у женщин зрелого возраста, пути их решения.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)4.</i> Использование физкультурно-оздоровительных методик для снятия умственного переутомления, предотвращения стресса, тревожности и депрессии женщин зрелого возраста. Содержание комплексов упражнений для профилактики болевых синдромов в спине, шейном отделе позвоночника, коленях и тазобедренных суставах. Педагогическое проектирование занятий фитнесом с женщинами зрелого возраста. Комплексные физкультурно-оздоровительные занятия с женщинами зрелого возраста с учетом их психофизических особенностей.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Разработать содержание профилактических комплексов для профилактики болевых синдромов в спине, шейном отделе позвоночника, коленях и тазобедренных суставах на основании фитнес технологий. Завершить разработку программы физкультурно-оздоровительных занятий с женщинами зрелого возраста с учетом их психофизических особенностей.</p>
6	<p>Тема Содержание физкультурно-оздоровительных занятий женщин пожилого возраста</p> <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Психофизиологические особенности женщин пожилого возраста. Профилактика отклонений в здоровье в климактерическом периоде, средствами физкультурно-оздоровительной деятельности. Содержание занятий, дозировка нагрузки, противопоказания.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятия) 4.</i> Методические основы проведения занятий с женщинами пожилого возраста. Методический анализ видеоматериала (гимнастика для пожилых женщин). Общие методические указания по разработке и проведению комплексов упражнений аквафитнеса, йоги, пилатес, дозировка нагрузки, противопоказания. Особенности питания при физкультурно-оздоровительных занятиях.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Разработать содержание физкультурно-оздоровительного занятия для женщин пожилого возраста на основе фитнес технологий</p>

6. Промежуточная аттестация по дисциплине

6.1 Промежуточная аттестация по дисциплине (очная форма обучения)

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

– зачет в 7 семестре.

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

Рейтинговая система дисциплины

<i>Разделы, темы дисциплины</i>	<i>Рейтинговые баллы</i>		
	<i>Посещение занятий</i>	<i>Текущий контроль</i>	<i>Промежуточная аттестация</i>
Теоретико-методические аспекты физкультурно-оздоровительной деятельности с девушками	10	10	30
Научно-методические основы использования средств физкультурно-оздоровительной деятельности для развития двигательной активности девушек-подростков		10	
Физкультурно-оздоровительная деятельность девушек-студенток средних специальных и высших учебных заведений		10	
Состояние репродуктивного здоровья и факторы риска его нарушения среди лиц женского пола.		10	
Физкультурно-оздоровительная работа с женщинами первого и второго зрелого возраста		10	
Содержание физкультурно-оздоровительных занятий женщин пожилого возраста		10	
ИТОГО	10	60	30
		100	

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

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

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

Шкала перевода баллов в национальный числовой эквивалент, международную буквенную оценку

<i>Сумма баллов за текущий контроль и посещаемость</i>	<i>Сумма баллов за промежуточную аттестацию</i>	<i>Сумма условных баллов (процентов)</i>	<i>Зачет /незачет</i>	<i>Числовой эквивалент</i>	<i>Оценка</i>	<i>Буквенное обозначение (Оценка ECTS)</i>
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 7 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. Ивченко Е.А. и др. Рекреационные занятия плаванием с различным контингентом занимающихся [Электронный ресурс]: учебное пособие. - СПб,2014.-122с.
2. Лаврухина Г.М. и др. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин): учеб. пособие.-СПб,2014. [Электронный ресурс]
3. Ладыгина Е.Б. Особенности содержания и методики рекреационных занятий с женщинами пожилого возраста: учеб. пособие. - СПб, 2007. - 65с. [Электронный ресурс]
4. Платонова Т.В. и др. Физкультурно-оздоровительные технологии: технологии формирования здорового образа жизни: учеб. пособие.-СПб,2014.- гриф УМО. [Электронный ресурс]

Дополнительная литература

5. Айенгар Г.С. Йога: жемчужина для женщин.- Ростов н/Д: Феникс, 2007.-448с. -1экз.
6. Аикина Л.И. Дородовая подготовка женщин средствами оздоровительного плавания: учеб.пособие. - Омск : Издво -СибГУФК, 2006. - 36 с.-1 экз.
7. Бальсевич В.К. Очерки по возрастной кинезиологии человека: монография. -М: Советский спорт, 2009. - 220 с. -3экз.
8. Большая энциклопедия дыхательных гимнастик- Минск : Харвест, 2007. - 224с.-1экз.
9. Венгерова Н.Н. Педагогические технологии фитнес-индустрии для здоровья женщин зрелого возраста: монография. - СПб, 2011. - 251с. [Электронный ресурс]
10. Венгерова Н.Н., Иванова Ж.А. Физкультурно-оздоровительные технологии для женщин зрелого возраста: учеб.-метод. пособие.-СПб:СПбГУФК,2007. [Электронный ресурс]
11. Галицын С.В. Педагогическая система физкультурной деятельности как средство профилактики социально-негативного поведения подростков: автореф. дис...канд. пед. наук 13.00.04/ С.В. Галицын; - СПб, 2012. - 24с.-1 экз.
12. Кристенсен Э. Йога для всех: путь к здоровью. - М: ЭКСМО, 2005. -192с. -1экз.
13. Менхин Ю.В., Менхин А.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика: учебник для институтов физической культуры. -Ростов н/Д: Феникс,2002.-384с.-8экз.
14. Федорова А.Ю. Занятия оздоровительным плаванием с женщинами 55 +:методические рекомендации. - СПб, 2001. - 25 с. [Электронный ресурс]
15. Шутова Т.Н. Теоретические и методические основы физкультурно-оздоровительных технологий: уч. пос. Чайковский, 2008. [Электронный 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/>
- сайт журнала «Теория и практика физической культуры»: – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/ru>

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>
<p>аудитория № 322 учебная аудитория для проведения учебных занятий</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: экран, проектор, ноутбук, колонки;</p> <p>3. Спортивный инвентарь и оборудование: коврики гимнастические</p>
<p>аудитория № 138 зал ритмики и фитнеса для проведения практических занятий</p> <p>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>аудитория № 324 учебная аудитория для проведения учебных занятий</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: экран, проектор, ноутбук</p>
<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>

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.