

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Демченко Андрей Михайлович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 04.06.2026 09:59:08
Уникальный программный ключ:
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

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

Кафедра Адаптивной физической культуры и медико-биологических дисциплин

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

«30» апреля 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Медико-биологические основы фитнеса (Б1.В.ДВ.01.01)

Направление подготовки	<i>49.03.01 Физическая культура</i>
Направленность (профиль) программы бакалавриата	<i>«Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес»</i>
Квалификация выпускника	<i>бакалавр</i>
Год начала подготовки (по учебному плану)	<i>2026</i>
Форма обучения, семестр	<i>очная: 5 семестр заочная: 5 семестр</i>
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	<i>зачётных единиц: 2 часов: 72</i>
Промежуточная аттестация	<i>зачет</i>

Разработчик рабочей программы:
Синяк Е.Д., к.б.н.,
доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры АФКиМБД
Протокол от «17»марта
2026 г. №18

Рабочая программа одобрена на заседании УМС
Протокол от «16»апреля 2026 г.
№9

1 Цель и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины

Цель дисциплины – формирование у обучающихся теоретических основ здорового образа жизни, гигиенических и естественно-средовых факторов для обеспечения достижения оздоровительного и восстановительного эффектов у занимающихся фитнесом.

1.2 Задачи дисциплины

- реализация мероприятий по мотивации населения к занятиям фитнесом;
- приобрести знания и умения в области анализа и диагностики состояний организма и его отдельных систем, характеристик переходных процессов и особенностей регуляции у лиц, занимающихся физкультурно-оздоровительной деятельностью, определение физического состояния населения с использованием методов фитнес-тестирования.

2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Медико-биологические основы фитнеса» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока «Дисциплины» и является дисциплиной по выбору.

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 «Медико-биологические основы фитнеса» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
ПК-3 Способен формировать и поддерживать мотивацию у населения к занятиям фитнесом.	ПК-3.1 Знает методику формирования мотивации у населения к занятиям фитнесом. ПК-3.2 Умеет вовлекать население в занятия фитнесом.
ПК-5 Способен определять физическое состояние населения с использованием методов фитнес-тестирования.	ПК-5.1 Знает методы фитнес-тестирования для определения физического состояния населения. ПК-5.2 Умеет определять физическое состояние населения с помощью методов фитнес-тестирования.

05.013 «Специалист по продвижению фитнес-услуг» / ОТФ:
А. Организация продвижения фитнес-услуг среди населения

3 Объем дисциплины и виды учебной работы

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		5 семестр	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.) / в т.ч. в форме практической подготовки	24/0	24/0
2	Самостоятельная работа/ в том числе подготовка к промежуточной аттестации	36/0	36/0
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	в академических часах	72
		в зачетных единицах	2

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		5 семестр	Всего
1	Контактная работа	10	10
1.1	Занятия лекционного типа	4	4
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	6/0	6/0
2	Самостоятельная работа / в том числе контрольная работа и подготовка к промежуточной аттестации	62/19	62/19
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:		
	<i>в академических часах</i>	72	72
	<i>в зачетных единицах</i>	2	2

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)

№ раздела, темы	Разделы, 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	Основные формы оздоровительной физической культуры	2	4	0	6	12
2	Биологическая интеграция в формировании и оценке здоровья	2	4	0	6	12
3	Моторно-кардиальные рефлексы в интеграции функций организма.	2	4	0	6	12
4	Оздоровительные эффекты физической тренировки и занятий спортом.	2	6	0	8	16
5	Питание и здоровье	2	4	0	6	12
6	Состояние здоровья детей и подростков и пути укрепления средствами физического воспитания	2	2	0	4	8
	Итого	12	24	0	36	72

5.2.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

№ раздела, темы	Разделы, 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	Основные формы оздоровительной физической культуры	0	1	0	10	11
2	Биологическая интеграция в формировании и оценке здоровья	1	0	0	10	11
3	Моторно-кардиальные рефлексы в интеграции функций организма.	1	0	0	10	11
4	Оздоровительные эффекты физической тренировки и занятий спортом.	1	1	0	10	12
5	Питание и здоровье	1	2	0	12	15
6	Состояние здоровья детей и подростков и пути укрепления средствами физического воспитания	0	2	0	10	12
	Итого	4	6	0	62	72

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)

Раздел, темы	Содержание
	<i>Тема Основные формы оздоровительной физической культуры.</i>
1	<i>Занятие лекционного типа 1. Понятие здоровья и факторы, его определяющие. Роль физической культуры в жизнедеятельности современного человека. Изменения общественного здоровья. Трансформация типа патологии. Хронизация патологии. Постарение населения</i>
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1. Физическая работоспособность как количественный показатель здоровья. Методики измерения физической работоспособности и критерии ее оценки. Взаимосвязь физической работоспособности с показателями здоровья.</i>
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2. Суточная двигательная активность и ее влияние на здоровье. Методики измерения СДА, формирование привычной двигательной активности. Концепция зависимости здоровья от привычной двигательной активности. Гипокинезия и ее влияние на организм. Гиперкинезия и ее влияние на растущий организм</i>
	<i>Самостоятельная работа. Оценить индивидуальную суточную двигательную активность с помощью Smart Watch</i>
	<i>Тема Биологическая интеграция в формировании и оценке здоровья</i>
2	<i>Занятие лекционного типа 2. Интеграция структур и функций, ее значение для жизнеспособности и здоровья. Структурно-функциональный компонент здоровья и некоторые подходы к его диагностике. Три типа возрастной динамики жизнеспособности и их отражение в соотношении масса-рост. Функциональная интеграция в условиях разных видов активности организма, утомления и отдыха.</i>
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3. Методика работы с Врачебно-контрольной картой физкультурника. Анамнез и антропометрические измерения. Оценка антропометрических показателей. Наружный осмотр.</i>
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4. Методика врачебно-педагогических наблюдений за занимающимися оздоровительной физической культурой и фитнесом. Принципы оценки реакций</i>

	<p>организма на специфические нагрузки.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Исследовать индивидуальные изменения ЧСС на протяжении суток с помощью Smart Watch. Проанализировать изменения ЧСС при переходе из горизонтального положения в вертикальное (ортопроба и клинопроба). Методика самообследования по ЧСС и ортопробе. С помощью калькулятора https://medical-club.net/ провести Онлайн-расчет индекса массы тела (ИМТ).</p>
3	<p><i>Тема Моторно-кардиальные рефлексы в интеграции функций организма.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> ЧСС как выражение моторно-кардиальных рефлексов. Проприорецепторы – источник моторно-кардиальных рефлексов. Тест моторно-кардиальной корреляции (МКК) и его диагностические возможности.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5.</i> Функциональные исследования и оценка адаптационных реакций организма. Реакции адаптации организма к физическим нагрузкам. Общие принципы оценки функционального состояния организма. Выбор адекватных методов функциональных исследований. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы. Принципы исследования функции внешнего дыхания.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6.</i> Математический анализ ритма сердца</p> <p>Вариабельность сердечного ритма и возможности его применения при обследованиях занимающихся оздоровительной физической культурой и фитнесом</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подобрать, провести и проанализировать пробу для оценки ФС ССС</p>
4	<p><i>Тема Оздоровительные эффекты физической тренировки и занятий спортом.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 4.</i> Моторно-висцеральные рефлексы в развитии тренировочных эффектов. Физиологический механизм тренировочных эффектов. Тренировочные эффекты спорта. Тренировочные эффекты в оздоровлении организма, профилактике и лечении заболеваний.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 7.</i> Врачебно-физкультурная консультация и пропаганда физической культуры. Двигательные режимы в оздоровительной физической культуре. Методика выявления факторов риска и оценка двигательных качеств. Рекомендации по методике занятий оздоровительным бегом и правилам самоконтроля. Требования к лекционной пропаганде на физкультурно-оздоровительную тематику.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 8-9.</i> Исследование уровня здоровья и функционального состояния. Определение биологического возраста. Экспресс-оценка уровня физического здоровья. Оценка уровня физического здоровья по методике В.И.Белова. Массовый тест оценки физического состояния (Е.А Пирогова). Прогнозирование физического состояния.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Оценить уровень здоровья по предложенным методикам у членов семьи</p>
5	<p><i>Тема Питание и здоровье.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 5.</i> Питание (калорийность, биологическая ценность, полноценное питание).</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое) 10.</i> Питание и применение восстановительных средств. Концепция сбалансированного питания. Потребность в пищевых веществах и энергии. Витамины и минеральные вещества в питании занимающихся оздоровительной физической культурой и фитнесом. Пищевой режим физкультурника. Общие правила назначения восстановительных средств.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое) 11.</i> Определение суточного расхода энергии. Оценка суточного рациона лиц, занимающихся физкультурно-оздоровительной деятельностью. Приготовление питательных смесей. Оценка калорийности пищевых продуктов с помощью Приложения Яндекс Умная камера https://secretmag.ru/technologies/yandex-nauchil-kameru-raspoznavat-edu-i-pokazyvat-kalorii-29-09-2021.htm и счетчиков калорий https://www.sravni.ru/text/5-besplatnykh-prilozhenij-dlja-podschjota-kalorij/</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> С помощью калькулятора https://medical-club.net/ подсчитать суточные энерготраты и составить комплекс питания</p>
6	<p><i>Тема Состояние здоровья детей и подростков и пути укрепления средствами физического воспитания.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 6.</i> Зависимость процесса роста и развития от физического воспитания. Роль эмоций. Субъективно-эмоциональные восприятия и их возможности в оценке здоровья. Гомеостаз, здоровье и качество жизни. Эмоции в самооценке здоровья.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (коллоквиум) 12.</i> Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовка к коллоквиуму</p>

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

Раздел, темы	Содержание
1	<p align="center"><i>Тема Основные формы оздоровительной физической культуры.</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Понятие здоровья и факторы, его определяющие. Роль физической культуры в жизнедеятельности современного человека. Изменения общественного здоровья. Трансформация типа патологии. Хронизация патологии. Постарение населения. Физическая работоспособность как количественный показатель здоровья. Методики измерения физической работоспособности и критерии ее оценки. Взаимосвязь физической работоспособности с показателями здоровья.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Суточная двигательная активность и ее влияние на здоровье. Методики измерения СДА, формирование привычной двигательной активности. Концепция зависимости здоровья от привычной двигательной активности. Гипокинезия и ее влияние на организм. Гиперкинезия и ее влияние на растущий организм</p>
2	<p align="center"><i>Тема Биологическая интеграция в формировании и оценке здоровья</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Интеграция структур и функций, ее значение для жизнеспособности и здоровья. Структурно-функциональный компонент здоровья и некоторые подходы к его диагностике. Три типа возрастной динамики жизнеспособности и их отражение в соотношении масса-рост. Функциональная интеграция в условиях разных видов активности организма, утомления и отдыха) Методика работы с Врачебно-контрольной картой физкультурника.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Анамнез и антропометрические измерения. Оценка антропометрических показателей. Наружный осмотр. Методика врачебно-педагогических наблюдений за занимающимися оздоровительной физической культурой и фитнесом. Принципы оценки реакций организма на специфические нагрузки. Исследовать индивидуальные изменения ЧСС на протяжении суток. Проанализировать изменения ЧСС при переходе из горизонтального положения в вертикальное (ортопроба и клинопроба). Методика самообследования по ЧСС и ортопробе.</p>
3	<p align="center"><i>Тема Моторно-кардиальные рефлексы в интеграции функций организма</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1..</i> ЧСС как выражение моторно-кардиальных рефлексов. Проприорецепторы – источник моторно-кардиальных рефлексов. Тест МКК и его диагностические возможности. Математический анализ ритма сердца. Вариабельность сердечного ритма и возможности его применения при обследованиях занимающихся оздоровительной физической культурой и фитнесом</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Функциональные исследования и оценка адаптационных реакций организма. Реакции адаптации организма к физическим нагрузкам. Общие принципы оценки функционального состояния организма. Выбор адекватных методов функциональных исследований. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы. Принципы исследования функции внешнего дыхания.</p>
4	<p align="center"><i>Тема Оздоровительные эффекты физической тренировки и занятий спортом.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Моторно-висцеральные рефлексы в развитии тренировочных эффектов. Физиологический механизм тренировочных эффектов. Тренировочные эффекты спорта. Тренировочные эффекты в оздоровлении организма, профилактике и лечении заболеваний.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Исследование уровня здоровья и функционального состояния. Определение биологического возраста. Экспресс-оценка уровня физического здоровья. Оценка уровня физического здоровья по методике В.И.Белова. Массовый тест оценки физического состояния (Е.А Пирогова). Прогнозирование физического состояния.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Двигательные режимы в оздоровительной физической культуре. Методика выявления факторов риска и оценка двигательных качеств. Рекомендации по методике занятий оздоровительным бегом и правилам самоконтроля. Требования к лекционной пропаганде на физкультурно-оздоровительную тематику.</p>
5	<p align="center"><i>Тема Питание и здоровье</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Питание (калорийность, биологическая ценность, полноценное питание).</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое) 2.</i> Питание и применение восстановительных средств. Концепция сбалансированного питания. Потребность в пищевых веществах и энергии. Витамины и минеральные вещества в питании занимающихся оздоровительной физической культурой. Пищевой режим физкультурника. Общие правила назначения восстановительных средств. Оценка калорийности пищевых продуктов с помощью Приложения Яндекс Умная камера https://secretmag.ru/technologies/yandeks-nauchil-kameru-raspoznivat-edu-i-pokazyvat-kalorii-29-09-2021.htm и счетчиков калорий https://www.sravni.ru/text/5-besplatnykh-prilozhenij-dlja-podschiota-kalorij/</p>

	<i>Самостоятельная работа.</i> Определение суточного расхода энергии. Оценка суточного рациона лиц, занимающихся физкультурно-оздоровительной деятельностью и фитнесом. Приготовление питательных смесей. С помощью калькулятора https://medical-club.net/ провести Онлайн-расчет индекса массы тела (ИМТ).
6	<p><i>Тема Состояние здоровья детей и подростков и пути укрепления средствами физического воспитания.</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое) 3.</i> Зависимость процесса роста и развития от физического воспитания. Роль эмоций. Субъективно-эмоциональные восприятия и их возможности в оценке здоровья. Гомеостаз, здоровье и качество жизни. Эмоции в самооценке здоровья.</p> <p><i>Самостоятельная работа. Подготовка к зачету</i></p>

6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 . Рекомендуемая литература

6.1.1 Обязательная литература

1. Караулова Л.К. Физиология физического воспитания и спорта: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Л.К. Караулова, Н.А. Красноперова, М.М. Расулов. – 2 изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 304 с. – 10 экз.
2. Красноруцкая И.С. Анатомия и возрастная физиология систем регуляции жизнедеятельности. [Электронный ресурс] / И. С. Красноруцкая. - Учебное пособие для студентов по направлениям подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, 44.03.02 Психолого-педагогическое образование. – СПб, 2019. – 128 с. – URL: <http://192.168.1.5/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=Анатомия%20и%20возрастная%20физиология%20систем%20регуляции%20жизнедеятельн.pdf&reserved=Анатомия%20и%20возрастная%20физиология%20систем%20регуляции%20жизнедеятельн>
3. Мангушева, Н. А. Гигиена физического воспитания и спорта : учебно-методические рекомендации для бакалавров / Н. А. Мангушева. — Ульяновск : Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова, 2017. — 46 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/86305.html>
4. Теплов, В. И. Физиология питания : учебное пособие для бакалавров / В. И. Теплов, В. Е. Боряев. — 5-е изд. — Москва : Дашков и К, 2019. — 456 с.— Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/85693.html>

5. 6.1.2 Дополнительная литература

6. Геномика спорта, двигательной активности и питания / под редакцией Д. Барха, И. И. Ахметова, перевод М. В. Прокопьева. — Москва : Издательство «Спорт», 2022. — 584 с.— Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/119183.html>
7. Караулова Л.К. Физиология: уч пособие. - М.: Академия, 2009. – 384 с. – 5 экз.
8. Коваль В.И., Родионова Т.А. Гигиена физического воспитания и спорта: учебник. - М: Академия, 2010. – 320с. – 15 экз.
9. Ландырь, А. П. Мониторинг частоты сердечных сокращений в управлении тренировочным процессом в физической культуре и спорте / А. П. Ландырь, Е. Е. Ачкасов. — Москва : Издательство «Спорт», 2018. — 240 с.— Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/78352.html>
10. Саввина, Н. П. Особенности организации занятий физической культурой со студентами, имеющими нарушения в формировании веса : учебное пособие для СПО / Н. П. Саввина, А. В. Волокитин. — 2-е изд. — Липецк, Саратов : Липецкий государственный технический университет, Профобразование, 2022. — 76 с— Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/121371.html>
11. Солодков А.С., Сологуб Е.Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник для институтов физической культуры. - М.: Советский спорт. - 2017, 2012, 2010. – 40 экз.
12. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — 10-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2022. — 624 с. — Электронный ресурс. - URL: <https://www.iprbookshop.ru/119190.html>

13. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — 10-е изд. — Москва : Спорт-Человек, 2022. — 624 с. — ISBN 978-5-907225-83-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/209567>

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.	Kaspersky Endpoint Security 12
2.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
3.	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
4.	Astra Linux Special Edition
5.	СПС Гарант
6.	MOODL
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
7.	Яндекс Браузер
8.	Kinovea
9.	STDUViewer
10.	MAX
11.	VLC
12.	PDF 24

6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

№ п.п.	Электронно-библиотечные системы	Ссылка на ресурс
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp
2.	Электронно-библиотечная система «IPR SMART»	https://www.iprbookshop.ru/
3.	Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс]	http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/
4.	Справочная правовая система «Консультант плюс»	http://www.consultant.ru/

7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся	Оборудование и технические средства обучения
аудитория № 202 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, акустическая система, микрофон, усилитель, беспроводной усилитель
аудитория № 301 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, акустическая система, колонки
аудитория № 13 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский,	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная, кушетка), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук; 3. Учебно-наглядные пособия: электрокардиограф, велоэргометр, модель двойной спирали ДНК, спирометр сухой ССП, пневмотохометр,

ул. Ленина, д.67.	динамометр, тонометр, электрометроном, РНметр, спиротест УСПЦ-01
<p style="text-align: center;">аудитория № 7 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p style="text-align: center;">г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная, кушетка), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии;</p> <p>3. Учебно-наглядные пособия: плакаты;</p> <p>4. Лабораторное оборудование: весы медицинские, программно-аппаратный комплекс ПАКФ-Мираж, прибор БОС КГР Мираж-1, ростомер, велоэргометр, система АПК «Омега-м/с», динамометры кистевые, метроном, пульсометры, спирометры, становой динамометр, тонометры, электрокардиограф, регистратор эргоспирометрических показателей «Марафон»</p>
<p style="text-align: center;">аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p style="text-align: center;">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>