

**Частное образовательное учреждение высшего образования
"Ростовский институт защиты предпринимателя"**

(г. Ростов-на-Дону)

УТВЕРЖДАЮ

Ректор
Паршина А.А.

**Адаптивная физическая культура
рабочая программа дисциплины (модуля)**

Учебный план 42.03.01_ЗФО_2023.plx
42.03.01 Реклама и связи с общественностью

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 328

Виды контроля на курсах:

в том числе:

зачеты 1, 2, 3

аудиторные занятия 12

самостоятельная работа 306

контактная работа во время
промежуточной аттестации (ИКР) 0

часов на контроль 10

Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	1		2		3		Итого	
	уп	рп	уп	рп	уп	рп		
Практические	6	6	4	4	2	2	12	12
Итого ауд.	6	6	4	4	2	2	12	12
Контактная работа	6	6	4	4	2	2	12	12
Сам. работа	118	118	120	120	68	68	306	306
Часы на контроль	4	4	4	4	2	2	10	10
Итого	128	128	128	128	72	72	328	328

Программу составил(и):
старший преподаватель, Северин И.Н.

Рецензент(ы):
к.фил.н., Доцент, Дышекова О.В.

Рабочая программа дисциплины
Адаптивная физическая культура

разработана в соответствии с ФГОС ВО:
Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 42.03.01 Реклама и связи с общественностью (приказ Минобрнауки России от 08.06.2017 г. № 512)

составлена на основании учебного плана:
42.03.01 Реклама и связи с общественностью
утвержденного учёным советом вуза от 29.06.2023 протокол № 35.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры
Гуманитарные и социально-экономические дисциплины

Протокол от 31.05.2023 г. № 10

Зав. Кафедрой д.фил.наук, профессор Гайломазова Е.С.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Целями освоения дисциплины(модуля) «Физическая культура и спорт»является: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.В.ДЭ.05
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Спортивные секции	
2.1.2	Общая физическая подготовка	
2.1.3	Адаптивная физическая культура	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
2.2.2	Спортивные секции	
2.2.3	Общая физическая подготовка	
2.2.4	Адаптивная физическая культура	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен:	
3.1 Знать	
	показатели физического развития и физической подготовленности
3.2 Уметь	
	Использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом особенностей профессиональной деятельности
3.3 Владеть	
	Формирования и использования комплексов физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и
	УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	УК-7.1: Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности
	знает личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности
	хорошо знает личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности
	свободно и уверенно знает личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности
	определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности
	хорошо определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности
	свободно и уверенно определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности
	понятием личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности
	хорошо понятием личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности
	свободно и уверенно понятием личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности
	УК-7.2: Использует основы физической культуры для осознания здоровьесберегающих технологий с учетом особенностей профессиональной деятельности
	основы физической культуры
	В большинстве случаев основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом особенностей профессиональной деятельности
	свободно и уверенно основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом особенностей профессиональной деятельности
	использовать основами физической культуры
	использовать все основы физической культуры с учетом профессиональной деятельности
	использовать все основы физической культуры с учетом особенностей профессиональной деятельности
	основами физической культуры с учетом деятельности

основами физической культуры с учетом особенностей профессиональной деятельности
основами физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом особенностей профессиональной деятельности
УК-7.3: Формирует и использует комплексы физических упражнений с учетом их взаимодействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья
комплексы физических упражнений
использовать комплексы физических упражнений
использовать комплексы физических упражнений с учетом их воздействий
формировать комплексы физических упражнений
формировать комплексы физических упражнений с учетом воздействий на функциональные возможности
формировать комплексы физических упражнений с учетом воздействий на функциональные и двигательные возможности
комплексами физических упражнений с учетом их воздействий на функциональные возможности
комплексами физических упражнений с учетом их воздействий на функциональные и двигательные возможности на укрепление здоровья
комплексами физических упражнений с учетом их воздействий на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма на укрепление здоровья

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1. Тема 1. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ И СОЦИОКУЛЬТУРНОЕ РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА.						
1.1	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ И СОЦИОКУЛЬТУРНОЕ РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА. /Тема/	1	0				
1.2	Физическая культура и спорт и спорт как социальный феномен современного общества. Средства физической культуры. Основные составляющие физической культуры. Социальные функции физической культуры. Формирование физической культуры личности. Физическая культура и спорт в структуре высшего профессионального образования. Организационно – правовые основы физической культуры и спорта студенческой молодёжи России. Общая психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента. Общие закономерности и динамика работоспособности студентов в учебном году и основные факторы её определяющие. Признаки и критерии нервно-эмоционального и психофизического утомления. Регулирование работоспособности, профилактика утомления студентов в отдельные периоды учебного года. Оптимизация сопряжённой деятельности студентов в учёбе и спортивном совершенствовании. /Пр/	1	1	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		

1.3	Средства физической культуры. Основные составляющие физической культуры. Социальные функции физической культуры. Формирование физической культуры личности. /Пр/	1	2	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
1.4	Физическая культура и спорт в структуре высшего профессионального образования. Организационно – правовые основы физической культуры и спорта студенческой молодёжи России. Общая психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента. /Ср/	1	42	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
1.5	Общие закономерности и динамика работоспособности студентов в учебном году и основные факторы её определяющие. Признаки и критерии нервно-эмоционального и психофизического утомления. Регулирование работоспособности, профилактика утомления студентов в отдельные периоды учебного года. Оптимизация сопряжённой деятельности студентов в учёбе и спортивном совершенствовании. /Пр/	1	3	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
1.6	/Ср/	1	76	УК-7.3			
1.7	/Зачёт/	1	4	УК-7.3			
	Раздел 2. Тема 2. СОЦИАЛЬНО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ АДАПТАЦИИ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА К ФИЗИЧЕСКОЙ И УМСТВЕННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ФАКТОРАМ СРЕДЫ ОБИТАНИЯ.						
2.1	СОЦИАЛЬНО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ АДАПТАЦИИ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА К ФИЗИЧЕСКОЙ И УМСТВЕННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ФАКТОРАМ СРЕДЫ ОБИТАНИЯ. /Тема/	2	0				
2.2	Воздействие социально-экологических, природно-климатических факторов и бытовых условий жизни на физическое развитие и жизнедеятельность человека. Организм человека как единая саморазвивающаяся биологическая система. Анатомо-морфологическое строение и основные физиологические функции организма, обеспечивающие двигательную активность. /Ср/	2	32	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
2.3	Физическое развитие человека. Роль отдельных систем организма в обеспечении физического развития, функциональных и двигательных возможностей организма человека. Двигательная активность и ее влияние на устойчивость, и адаптационные возможности человека к умственным и физическим нагрузкам при различных воздействиях внешней среды. Степень и условия влияния наследственности на физическое развитие и на жизнедеятельность человека. /Пр/	2	2	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		

2.4	/Ср/	2	25	УК-7.3			
2.5	/Ср/	2	63	УК-7.3			
2.6	/Зачёт/	2	4	УК-7.3			
	Раздел 3. Тема 3. ОБРАЗ ЖИЗНИ И ЕГО ОТРАЖЕНИЕ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.						
3.1	ОБРАЗ ЖИЗНИ И ЕГО ОТРАЖЕНИЕ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. /Тема/	3	0				
3.2	Здоровье человека как ценность. Факторы его определяющие. Влияние образа жизни на здоровье. Здоровый образ жизни и его составляющие. /Пр/	2	2	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
3.3	Основные требования к организации здорового образа жизни. веществ, допинга в спорте, алкоголя и табакокурения. Физическое Роль и возможности физической культуры в обеспечении здоровья. /Пр/	2	0	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
3.4	Социальный характер последствий для здоровья от употребления наркотиков и других психоактивных самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни. Критерии эффективности здорового образа жизни. /Пр/	3	0,5	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
3.5	Личное отношение к здоровью, общая культура как условие формирования здорового образа жизни. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных функциональных систем и организма в целом под воздействием направленной физической нагрузки или тренировки. /Ср/	3	22	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
3.6	Физиологические основы освоения и совершенствования двигательных действий. Физиологические механизмы использования средств физической культуры и спорта для активного отдыха и восстановления работоспособности. Основы биомеханики естественных локомоций (ходьба, бег, прыжки). /Пр/	3	0	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
	Раздел 4. Тема 4. ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ И СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ.						
4.1	ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ И СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ. /Тема/	3	0				

4.2	Методические принципы физического воспитания. Основы и этапы обучения движениям. Развитие физических качеств. Формирование психических качеств в процессе физического воспитания. Общая физическая подготовка, её цели и задачи. Зоны интенсивности и энерго-затраты при различных физических нагрузках. Значение мышечной релаксации при занятиях физическими упражнениями. Возможность и условия коррекции общего физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта. /Пр/	3	0	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
4.3	Специальная физическая подготовка, её цели и задачи. Спортивная подготовка. Структура подготовленности спортсмена. Профессионально-прикладная физическая подготовка как составляющая специальной подготовки. Формы занятий физическими упражнениями. /Пр/	3	0	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
4.4	Система студенческих спортивных соревнований: внутривузовские, межвузовские, всероссийские и международные. Индивидуальный выбор студентом видов спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий (мотивация и обоснование). Краткая психофизиологическая характеристика основных групп видов спорта и систем физических упражнений. Организационно-правовые основы противодействия применению допинга в спорте. /Пр/	3	0,5	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
4.5	Профилактика употребления допинга в спорте. /Пр/	3	0,5	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
	Раздел 5. Тема 5. МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ И САМОКОНТРОЛЬ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ.						
5.1	МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ И САМОКОНТРОЛЬ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ. /Тема/	3	0				

5.2	<p>Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий, их формы, структура и содержание.</p> <p>Планирование, организация и управление самостоятельными занятиями различной направленности.</p> <p>Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. Особенности самостоятельных занятий, направленных на активный отдых, коррекцию физического развития и телосложения, акцентированное развитие отдельных физических качеств.</p> <p>/Ср/</p>	3	11	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
5.3	<p>Виды диагностики при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Врачебный и педагогический контроль.</p> <p>Самоконтроль, его основные методы, показатели. Дневник самоконтроля.</p> <p>Использование отдельных методов контроля при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Коррекция содержания и методики занятий по результатам показателей контроля. /Пр/</p>	3	0	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
	Раздел 6. Тема 6. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ (ППФП).						
6.1	ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ (ППФП). /Тема/	3	0				
6.2	<p>Личная и социально-экономическая необходимость психофизической подготовки человека к труду.</p> <p>Определение понятия ППФП, её цели, задачи, средства. Место ППФП в системе подготовки будущего специалиста. Факторы определяющие конкретное содержание ППФП.</p> <p>Методика подбора средств ППФП, организация и формы её проведения.</p> <p>Контроль за эффективностью ППФП студентов.</p> <p>/Пр/</p>	3	0,5	УК-7.3	Л3.1 Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.2Л2.1 Э1 Э3		
6.3	<p>Основные и дополнительные факторы, оказывающие влияние на содержание ППФП по избранной профессии.</p> <p>Основное содержание ППФП будущего бакалавра и дипломированного специалиста. /Пр/</p>	3	0	УК-7.3	Л2.1 Л2.2 Л1.1Л2.1 Л1.1Л3.1 Э1 Э3		

6.4	Производственная физическая культура и спорт. Производственная гимнастика. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов. Профилактика профессиональных заболеваний средствами физической культуры. Дополнительные средства повышения общей и профессиональной работоспособности. Влияние индивидуальных особенностей и самостоятельных занятий физической культурой. /Ср/	3	35	УК-7.3	Л1.1 Л1.1Л2.1 Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э3		
6.5	зачет /Зачёт/	3	2	УК-7.3			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Структура и функции физической культуры.
4. Составные элементы спорта и их основная направленность.
6. Понятие здоровья как одна из важнейших человеческих ценностей.
7. Характеристика понятий: «тело», «духовность», «сознание», составляющие триединую сущность здоровья.
8. Качество наследственности один из факторов, определяющих состояние здоровья.
9. Влияние экологии на организм человека.
10. Влияние качества образа жизни, социально-экономических условий на здоровье.
11. Психофизиологическая характеристика умственной деятельности.
12. Особенности умственного утомления, понятие усталости в процессе умственной деятельности.
13. Режим работы головного мозга.
14. Понятие переутомления и его степени.
15. Двигательный режим человека, методика его определения и расчета.
16. Самоконтроль, его основные методы.
17. Цель спортивной тренировки.

5.2. Темы письменных работ

1. Структура и функции физической культуры.
4. Составные элементы спорта и их основная направленность.
6. Понятие здоровья как одна из важнейших человеческих ценностей.
7. Характеристика понятий: «тело», «духовность», «сознание», составляющие триединую сущность здоровья.
8. Качество наследственности один из факторов, определяющих состояние здоровья.
9. Влияние экологии на организм человека.
10. Влияние качества образа жизни, социально-экономических условий на здоровье.
11. Психофизиологическая характеристика умственной деятельности.
12. Особенности умственного утомления, понятие усталости в процессе умственной деятельности.
13. Режим работы головного мозга.
14. Понятие переутомления и его степени.
15. Двигательный режим человека, методика его определения и расчета.
16. Самоконтроль, его основные методы.
17. Цель спортивной тренировки.

5.3. Фонд оценочных средств

1. Смысл физической культуры как компонента культуры общества заключается в:
 - А) укреплении здоровья и воспитании физических качеств людей
 - Б) совершенствовании природных, физических свойств людей
 - В) обучении двигательным действиям и повышении работоспособности
2. Что из представленного не является отличительным признаком физической культуры?
 - А) знания, принципы, правила и методика использования упражнений
 - Б) виды гимнастики, спорта, игр
 - В) обеспечение безопасности жизнедеятельности
3. Под физическим развитием понимается:
 - А) процесс изменения морфо-функциональных свойств организма, протекающих на протяжении всей жизни
 - Б) процесс физической подготовки, направленный на развитие физических качеств
 - В) размеры мускулатуры, формы тела, функциональные возможности дыхания и кровообращения
4. Положительное влияние физических упражнений на развитие функциональных возможностей организма будет зависеть от:
 - А) технической и физической подготовленности занимающихся
 - Б) особенностей реакций систем организма в ответ на выполняемые упражнения
 - В) величины физической нагрузки, степени напряжения в работе определенных мышечных групп

5. Что называется осанкой человека?
 А) вертикальное положение тела человека
 Б) формы позвоночника
 В) привычная поза человека в вертикальном положении
6. Что является объективным показателем состояния здоровья?
 А) частота сердечных сокращений
 Б) крепкий сон
 В) аппетит
7. С какой целью планируют режим дня?
 А) с целью организации рационального режима питания
 Б) с целью поддержания высокого уровня работоспособности организма
 В) с целью высвобождения времени на отдых и снятие нервных напряжений
8. Каковы причины нарушения осанки?
 А) привычка держать голову прямо
 Б) привычка к неправильным позам
 В) слабая мускулатура
9. Физическими упражнениями принято называть:
 А) определенным образом организованные двигательные действия
 Б) движения, способствующие повышению работоспособности
 В) действия, вызывающие функциональные сдвиги в организме
10. Основным специфическим средством физического воспитания является:
 А) физическое упражнение
 Б) соблюдение режима дня
 В) закаливание
11. Что нужно делать для предупреждения переутомления во время занятий физическими упражнениями:
 А) через каждые пять минут измерять частоту сердечных сокращений
 Б) правильно дозировать нагрузку и чередовать упражнения, связанные с напряжением и расслаблением
 В) пить минеральную воду

5.4. Перечень видов оценочных средств

вопросы, тестовые задания

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Передельский А. А.	Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук. Социология спорта: учебник для высших учебных заведений физической культуры: учебник	Москва: Спорт, 2016

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Евсеев Ю. И.	Физическая культура: учебное пособие	Ростов-на-Дону: Феникс, 2014
Л2.2	Мусатов Е. А., Чернышева Е. Н., Прянишников О. А., Карасева Е. Н., Смирнова С. А	Физическая культура в системе высшего профессионального образования (теоретические и методические аспекты): учебное пособие	Елец: Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011
Л2.3	Стручков В. И., Пономарев В. В.	Формирование психофизического потенциала студенток вуза в процессе учебного курса дисциплины «Физическая культура»: монография	Красноярск: Сибирский государственный технологический университет (СибГТУ), 2012

6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л3.1	Овчаренко Э. В.	Физическая культура и спорт. Сборник студенческих работ: студенческая научная работа	Москва: Студенческая наука, 2012
Л3.2	Чертов Н. В.	Физическая культура: учебное пособие	Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2012

6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы

Э1	1.	Компания «Консультант Плюс» (нормативно-правовые акты): [сайт].-
Э2	2.	Компания «Гарант» (нормативно-правовые акты): [сайт]. –

ЭЗ	ЭБС "Университетская библиотека онлайн"				
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем					
6.3.2.1	1. Справочная Правовая Система КонсультантПлюс				
6.3.2.2	2. Информационная справочная система «Гарант»				
7. МТО (оборудование и технические средства обучения)					
№	Назначение	Оборудование	ПО	Адрес	Вид
1 Спорт зал	1 Спортзал, учебная аудитория для проведения занятий семинарского и практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	спортивный инвентарь (мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные), шведские стенки, турник, теннисные ракетки, теннисные столы, шарики для настольного тенниса, сетки (баскетбольные, волейбольные), гимнастический канат, маты		344029, Ростовская область, г. Ростов-на-Дону, Первомайский район, ул. Сержантова, 2/104	
2 Спорт зал	учебная аудитория для проведения занятий семинарского и практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	спортивный инвентарь (мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные), шведские стенки, турник, теннисные ракетки, теннисные столы, шарики для настольного тенниса, сетки (баскетбольные, волейбольные), гимнастический канат, маты		344029, Ростовская область, г. Ростов-на-Дону, Первомайский район, ул. Сержантова, 2/104	
8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)					
<p>Освоение дисциплины (модуля) основано на комплексном формировании заданных показателей компетенций, представляющих собой, соответствующие знания, умения и навыки. Показатели компетенций «Знать» формируются преимущественно на основе лекционного материала и частично в результате выполнения заданий на самостоятельную работу.</p> <p>Показатели компетенций «Уметь» и «Владеть» формируются в результате выполнения заданий на самостоятельную работу. К самостоятельной работе студентов относится: конспектирование первоисточников и другой учебной литературы; проработка учебного материала по конспектам, учебной и научной литературе; самостоятельное изучение вопросов по теме; подготовка к промежуточной аттестации.</p>					