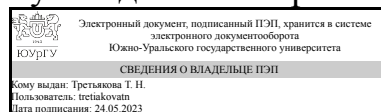


УТВЕРЖДАЮ:  
Руководитель направления



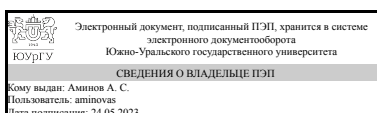
Т. Н. Третьякова

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.04.М2.02 Спортивно-оздоровительные и физкультурно-оздоровительные технологии  
для направления 43.03.02 Туризм  
уровень Бакалавриат  
форма обучения очная  
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование

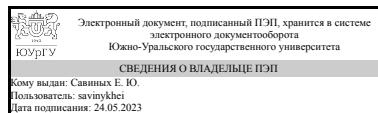
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 43.03.02 Туризм, утверждённым приказом Минобрнауки от 08.06.2017 № 516

Зав.кафедрой разработчика,  
к.биол.н., доц.



А. С. АМИНОВ

Разработчик программы,  
к.биол.н., доцент



Е. Ю. САВИНИХ

## 1. Цели и задачи дисциплины

Цель: освоение студентами теоретических знаний, формирование практических умений и навыков в области организации и проведения физкультурно-оздоровительной работы. Задачи: обеспечить формирование теоретических знаний в области технологий физкультурно-оздоровительной деятельности обучить алгоритмам разработки, модификации и проведения технологии физкультурно-оздоровительной деятельности в зависимости от конкретных задач (образовательных, воспитательных, развивающих и оздоровительных) формировать методические умения и навыки планирования и проведения занятий с использованием технологий физкультурно-оздоровительной деятельности применительно к лицам различных возрастных категорий; формировать умения и навыки осуществления контроля в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности.

## Краткое содержание дисциплины

Цель, задачи, объект и предмет дисциплины. Классификации физических упражнений. Подходы к классификации технологий физкультурно-оздоровительной деятельности. Технологии физкультурно-спортивной деятельности. Характеристика западных оздоровительных технологий: аэробики и ее видов, пилатеса, ритмической гимнастики, шейпинга, бодибилдинга, стретчинга, калланетики. Характеристика восточных оздоровительных технологий: йоги, тай-чи, видов оздоровительных систем на основе единоборств. Характеристика отечественных оздоровительных технологий: дыхательной гимнастики, самомассажа, систем оздоровления.

## 2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	Знает: теоретико-методические основы физкультурно-оздоровительных технологий Умеет: формулировать задачи, подбирать соответствующие оздоровительные технологии для решения поставленных задач Имеет практический опыт: использования технологий для проведения тестирования различных показателей (физического развития и двигательной активности), разработки программ, составления паспортов здоровья
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Знает: способы реализации при решении профессиональных задач Умеет: осуществлять личностный выбор в различных профессиональных и морально-ценностных ситуациях, оценивать последствия принятого решения и нести за него ответственность

## 3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
1.О.17 Сервисология, 1.О.10.01 Социально-экономическая география современного мира, 1.Ф.04.М1.01 Введение в педагогическую деятельность, 1.Ф.04.М2.01 Спортивные и физкультурно-массовые сооружения и тренажеры, 1.О.29 Основы медицинских знаний, 1.Ф.04.М3.01 Основы дизайна, 1.О.10.03 Туристское ресурсоведение, 1.О.25 Основы туризма и гостеприимства, 1.О.27 Психология, 1.О.24 Правоведение, 1.О.13 Концепции современного естествознания, 1.О.16 Социология, Учебная практика (ознакомительная) (2 семестр)	1.Ф.04.М2.03 Организация спортивно-массовых мероприятий, 1.О.19 Менеджмент, 1.Ф.04.М3.03 История искусства и дизайна, 1.Ф.04.М1.03 Основы педагогического мастерства, 1.О.11 Политология, ФД.02 Основы исследовательской деятельности

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
1.О.29 Основы медицинских знаний	Знает: основные категории здорового образа жизни, основные признаки неотложных состояний и алгоритм действий при оказании первой медицинской помощи Умеет: использовать современные методы самооценки здоровья и определять признаки неотложных состояний и характер повреждений для определения способов оказания первой помощи, определять признаки неотложных состояний и характер повреждений для определения способов оказания первой помощи Имеет практический опыт: оценки уровня здоровья, гигиенической культуры и ресурсов личного здоровьесбережения, неотложной помощи при наиболее распространённых патологических состояниях
1.О.16 Социология	Знает: методы и технологии социологических исследований, понятие и сущность социологических исследований, методы сбора социологической информации Умеет: работать с социологической информацией для осуществления рыночных исследований и анализа требований клиентов на современном рынке туризма и гостиничных услуг, проводить социологические исследования рынка туристских услуг Имеет практический опыт: использования социологических методов в профессиональной деятельности, проведения социологических исследований потребительского рынка туристских услуг

1.О.24 Правоведение

Знает: источники и системы гражданского, трудового, семейного, уголовного, экологического права и законодательства РФ, антикоррупционное законодательство, основные положения гражданского, трудового и уголовного законодательства Российской Федерации и другие нормативно-правовые акты в рамках своей будущей профессиональной деятельности Умеет: интерпретировать законы, регулирующие основы социальных отношений в профессиональной, общественной и бытовой сферах деятельности, осуществлять профессиональную деятельность на основе развитого правосознания, правового мышления и правовой культуры; правильно оценивать ситуативные нарушения прав и свобод человека и гражданина, варианты проявления коррупционного поведения, выстраивать направления противодействия коррупциогенному поведению, обосновывать и принимать в пределах должностных обязанностей решения, а также совершать действия, связанные с реализацией правовых норм Имеет практический опыт: применения нормативно-правовой и законодательной документации в профессиональной, общественной и бытовой деятельности, анализа различных явлений, юридических фактов, правовых норм и правовых отношений, относящихся к коррупции, работы с СПС «Гарант» и «Консультант +», анализом юридических норм, побуждающих к корректировке профессиональной деятельности

1.О.27 Психология

Знает: основные понятия психологии, типы темперамента, содержание мотивации и психической регуляции поведения и деятельности человека, психологические основы функционирования познавательных, волевых и эмоциональных процессов для понимания собственных психологических особенностей управления временем Умеет: устанавливать гармоничные отношения в работе с клиентами, создавать благоприятный психологический климат в коллективе; изучать потребности общества и личности, использовать психологические техники и методы тайм-менеджмента в собственной деятельности Имеет практический опыт: регулирования взаимоотношения людей: убеждения, доказательства, внушения и побуждения людей к необходимым действиям в процессе профессионального общения и совместной деятельности, развития мотивационно-волевой сферы личности для осуществления личностного развития и профессионального роста

1.О.13 Концепции современного естествознания

Знает: основы взаимодействия между физическими, химическими, биологическими и

	<p>социальными процессами в природе и обществе, основные законы и специфику современного естествознания Умеет: применять полученные естественнонаучные знания при решении профессиональных задач, пользуясь современными научными методами в рамках поставленной цели, обосновывать свою мировоззренческую позицию в области естествознания, проводить анализ и синтез естественнонаучной информации Имеет практический опыт: проведения естественнонаучных измерений применительно к специфике туристской отрасли и индустрии гостеприимства, владения инструментальной базой современного естествознания и методами обработки результатов измерения применительно к специфике туристской отрасли</p>
<p>1.О.10.03 Туристское ресурсоведение</p>	<p>Знает: методику оценки туристского потенциала территории, основные категории и характеристики туристских ресурсов и ограничений Умеет: оценивать туристский потенциал территории и определять перспективные туристско-рекреационные зоны, районы и рынки туризма, выбирать оптимальные туристские ресурсы и проводить оценку туристского потенциала регионов Имеет практический опыт: оценки природных, культурно-исторических и социально-экономических ресурсов туристского рынка, оценки природных, культурно-исторических и социально-экономических ресурсов регионального туризма</p>
<p>1.О.25 Основы туризма и гостеприимства</p>	<p>Знает: специфику туризма и гостеприимства как особого вида деятельности и основные принципы функционирования туристской индустрии и индустрии гостеприимства, структуру туристской индустрии и гостеприимства, виды туристской деятельности, основные характеристики, возможности, назначение составляющих сферы туризма и гостеприимства Умеет: самостоятельно приобретать, усваивать и применять практическую информацию анализировать события и ситуации в сфере туризма и гостеприимства, анализировать и систематизировать информацию в сфере туризма и гостеприимства Имеет практический опыт: анализа информации об объектах инфраструктуры в региональном туризме, анализа и систематизации информации в области туризма и гостеприимства</p>
<p>1.Ф.04.М2.01 Спортивные и физкультурно-массовые сооружения и тренажеры</p>	<p>Знает: историю строительства спортивных сооружений; классификацию спортивных сооружений; особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; состав спортивных сооружений, их габариты, разметку,</p>

	<p>пропускную способность; правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; параметры и оборудование различных спортивных объектов; расположение зрительских мест на трибунах; расположение помещений и устройства для судей и прессы, о своих ресурсах и их пределах (временных и т.д.), для успешного выполнения порученной работы</p> <p>Умеет: оценивать состояние готовности спортивного оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий , планировать перспективные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей</p> <p>Имеет практический опыт:</p>
<p>1.О.10.01 Социально-экономическая география современного мира</p>	<p>Знает: закономерности и факторы размещения отраслевой и территориальной структуры мирового хозяйства, на основе имеющихся ресурсов и ограничений, классификации стран современного мира</p> <p>Умеет: определять и сравнивать социально-экономические характеристики объектов, процессов и явлений на основе географического подхода, анализировать межкультурное разнообразие социально-экономических аспектов в разных странах мира</p> <p>Имеет практический опыт: работы с социально-экономической информацией географических регионов в рамках профессиональной деятельности , общения и коллективной работы с представителями других наций, рас, социальных страт и приверженцами отличных от собственной идеологий, политических взглядов и предпочтений</p>
<p>1.Ф.04.М1.01 Введение в педагогическую деятельность</p>	<p>Знает: формулирует задачи в соответствии с целью проекта, свои ресурсы и их пределы (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.), для успешного выполнения порученной работы</p> <p>Умеет: демонстрирует знание правовых норм достижения поставленной цели в сфере реализации проекта, критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата</p> <p>Имеет практический опыт: аргументировано отбирает и реализует различные способы решения задач в рамках цели проекта, организации учебной деятельности и использования предоставляемых возможностей для приобретения новых знаний и умений</p>
<p>1.Ф.04.М3.01 Основы дизайна</p>	<p>Знает: основные этапы процесса дизайн-проектирования, метод дизайн-мышления, методы активизации поиска идей</p> <p>Умеет: изучать контекст в рамках задачи, выделять основные проблемы, генерировать идеи и производить их отбор, создавать прототипы, тестировать их с</p>

	<p>потребителями, оценивать временные затраты и планировать время при работе над проектом, корректировать процесс работы над проектом, исходя из внешних факторов Имеет практический опыт:</p>
1.О.17 Сервисология	<p>Знает: правила и технику безопасности обслуживания потребителей , иерархию потребностей и психофизиологические возможности человека, понятийный аппарат теории потребностей, иерархию потребностей и психофизиологические возможности человека, основные классификации нужд, мотивов и ценностей человека Умеет: применять правила и технику безопасности обслуживания потребителей , определять потребительский статус туристских услуг, эффективно управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития исходя из структуры личностных потребностей, мотивов и ценностей Имеет практический опыт: безопасного обслуживания потребителей, осуществления клиенториентированных коммуникаций и предоставления качественных туристских услуг, критического восприятия личностных потребностей, мотивов и ценностей</p>
Учебная практика (ознакомительная) (2 семестр)	<p>Знает: основные характеристики, возможности, назначение составляющих сферы гостеприимства в регионе; имеющиеся программы развития туризма в регионе, общее количество туроператоров международного въездного, выездного и внутреннего туризма (согласно ЕФРТ), методы исследований и мониторинга туристского рынка, особенности рынка индустрии гостеприимства в регионе, органы исполнительной власти субъекта РФ в сфере туризма, программы развития туризма в регионе Умеет: анализировать рынок индустрии гостеприимства в регионе, проводить исследование туристского рынка в регионе, анализировать рынок индустрии гостеприимства в регионе, самостоятельно приобретать, усваивать и применять практическую информацию в сфере туризма Имеет практический опыт: самостоятельного определения специфики деятельности предприятий индустрии гостеприимства в регионе, характеристики туристского рынка, выявления и анализа деятельности предприятий индустрии гостеприимства в регионе</p>

#### 4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч., 72,5 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах	
		Номер семестра	
		4	
Общая трудоёмкость дисциплины	144	144	
<i>Аудиторные занятия:</i>	64	64	
Лекции (Л)	32	32	
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	32	32	
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	71,5	71,5	
Подготовка к дифференцированному зачету	10	10	
Подготовка к практическим занятиям, выполнение практических заданий	48	48	
Подготовка к контрольной работе	13,5	13,5	
Консультации и промежуточная аттестация	8,5	8,5	
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	диф.зачет	

## 5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Теоретико-методические основы технологий физкультурно-оздоровительной деятельности	16	8	8	0
2	Классификация и характеристика технологий физкультурно-оздоровительной деятельности	20	10	10	0
3	Общая характеристика оздоровительных видов технологий физкультурно-оздоровительной деятельности	28	14	14	0

### 5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	Теоретические основы дисциплины: понятийный аппарат, её предмет, цели и задачи. Связь дисциплины с другими науками	2
2	1	Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся физической культурой	2
3	1	Опыт использования мониторинговых технологий в практике физического воспитания	2
4	1	Методические особенности физического воспитания всех возрастных категорий	2
5	2	Классификация и общая характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности	2
6	2	Классификация и характеристика физкультурно-спортивных технологий, преимущественно развивающих отдельные физические качества	2
7	2	Характеристика спортивных игр, их специфические признаки. Классификация спортивных игр. Спортивные игры как средство физического воспитания	2



8	2	Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности	2
9	2	Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности с использованием спецоборудования и инвентаря	2
10	3	Общая характеристика оздоровительных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности	2
11	3	Характеристика западных оздоровительных технологий: аэробики и ее видов, пилатеса, ритмической гимнастики	2
12	3	Характеристика западных оздоровительных технологий: шейпинга	2
13	3	Характеристика западных оздоровительных технологий: бодибилдинга, стретчинга, калланетики	2
14	3	Характеристика восточных оздоровительных технологий: йоги, тай-чи, видов оздоровительных систем на основе единоборств	2
15	3	Характеристика отечественных оздоровительных технологий: дыхательной гимнастики, самомассажа, системы оздоровления	2
16	3	Особенности реализации технологий физкультурно-спортивной деятельности в физической культуре	2

## 5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Содержательные основы оздоровительной физической культуры. Научно-методические основы физкультурно-оздоровительной деятельности	2
2	1	Принципы использования физкультурно-оздоровительных технологий у занимающихся разных возрастных групп	2
3	1	Интеграция нетрадиционных средств и физических упражнений в сфере оздоровительно-рекреационной физической культуры занимающихся разных возрастных групп	2
4	1	Основы построения оздоровительной тренировки. Оценка состояния здоровья. Средства коррекции психофизиологического состояния. Критерии выбора средств оздоровительной физической культуры. Компоненты, влияющие на выбор средств оздоровительной физической культуры	2
5	2	Характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности	2
6	2	Характеристика физкультурно-спортивных технологий, преимущественно развивающих отдельные физические качества	2
7	2	Использование спортивных игр в физкультурно-оздоровительной деятельности (бадминтон)	2
8	2	Использование спортивных игр в физкультурно-оздоровительной деятельности (настольный теннис)	2
9	2	Использование спортивных игр в физкультурно-оздоровительной деятельности (волейбол)	2
10	3	Основные принципы проведения оздоровительной тренировки	2
11	3	Методики применения аэробики и ее видов пилатеса, ритмической гимнастики, шейпинга	2
12	3	Методики применения бодибилдинга, стретчинга, калланетики	2
13	3	Методики применения йоги, тай-чи, видов оздоровительных систем на основе единоборств	2
14	3	Разработка формы дневника самоконтроля, паспорта здоровья	2
15	3	Разработка содержания подготовительной части занятия	2

16	3	Разработка положения о проведении физкультурно-спортивного мероприятия	2
----	---	------------------------------------------------------------------------	---

### 5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

### 5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка к дифференцированному зачету	1 ОПУМД №1 с.6-460, 2 ОПУМД №2 с.10-224, 3 МПСРС №1 с. 2-290, 4 ЭУМД №1 с. 3-96, 5 ЭУМД №2 с. 4-84, 6 ЭУМД №3 с. 3-55, 7 ЭУМД №4 с. 5-148, 8 ЭУМД №5 с. 7-121	4	10
Подготовка к практическим занятиям, выполнение практических заданий	1 ОПУМД №1 с.6-460, 2 ОПУМД №2 с.10-224, 3 МПСРС №1 с. 2-290, 4 ЭУМД №1 с. 3-96, 5 ЭУМД №2 с. 4-84, 6 ЭУМД №3 с. 3-55, 7 ЭУМД №4 с. 5-148, 8 ЭУМД №5 с. 7-121	4	48
Подготовка к контрольной работе	1 ОПУМД №1 с.6-356, 2 ОПУМД №2 с.10-224, 3 ЭУМД №1 с. 3-96	4	13,5

## 6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

### 6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	4	Текущий контроль	Анализ технологий физкультурно-спортивной деятельности (контрольная работа)	1	4	Критерии оценивания: 1) находит нужную информацию из множества источников; дает правильный ответ; 2) анализирует и сопоставляет различные аспекты; 3) представляет аргументы и факты для подтверждения собственного мнения; 4) делает выводы и умозаключения.	дифференцированный зачет

						Шкала оценивания: 0 баллов – признак отсутствует; 0,5 балла – выполнено частично; 1 балл – выполнено правильно, полностью	
2	4	Текущий контроль	Оценка состояния здоровья и физической подготовленности	1	1	За каждый правильно подобранный и выполненный тест 1 балл (10 тестов) за общий правильный вывод - 1 балл	дифференцированный зачет
3	4	Текущий контроль	Разработка конспекта физкультурно-оздоровительного занятия на основе спортивных игр	1	15	Правильное заполнение: Группа занимающихся - 1 балл, Цель - 1 балл, Задачи - 1 балл, Место проведения - 1 балл, Инвентарь - 1 балл, подготовительная часть - 1-3 балла, основная часть - 1-5 баллов, заключительная - 1-2 балла	дифференцированный зачет
4	4	Текущий контроль	Разработка физкультурно-оздоровительного занятия на основе выбранного вида гимнастики	1	15	Правильное заполнение: Группа занимающихся - 1 балл, Цель - 1 балл, Задачи - 1 балл, Место проведения - 1 балл, Инвентарь - 1 балл, подготовительная часть - 1-3 балла, основная часть - 1-5 баллов, заключительная - 1-2 балла	дифференцированный зачет
5	4	Текущий контроль	Разработка формы дневника самоконтроля	1	4	Критерии оценивания: 1) находит нужную информацию из множества источников; дает правильный ответ; 2) анализирует и сопоставляет различные аспекты; 3) представляет аргументы и факты для подтверждения собственного мнения;	дифференцированный зачет

						4) делает выводы и умозаключения. Шкала оценивания: 0 баллов – признак отсутствует; 0,5 балла – выполнено частично; 1 балл – выполнено правильно, полностью	
6	4	Текущий контроль	Разработка содержания подготовительной части занятия	1	18	Цель основной части занятия соответствует подготовительной части - 1-3 балла, подобраны и описаны 15 упражнений - 1 балл за упражнение	дифференцированный зачет
7	4	Текущий контроль	Составление положения о физкультурно-спортивном мероприятии	1	8	Цель мероприятия - 1 балл, задачи мероприятия - 1 балл, организатор мероприятия - 1 балл, сроки и место проведения - 1 балл, участники мероприятия - 1 балл, программа мероприятия - 1 балл, награждение - 1 балл, порядок и сроки подачи заявок - 1 балл	дифференцированный зачет
8	4	Текущий контроль	Моделирование двигательной деятельности в зависимости от возраста занимающихся и уровня их развития	1	16	По каждому пункту критерии оценивания: 1) находит нужную информацию из множества источников; дает правильный ответ; 2) анализирует и сопоставляет различные аспекты; 3) представляет аргументы и факты для подтверждения собственного мнения; 4) делает выводы и умозаключения. Шкала оценивания: 0 баллов – признак отсутствует; 0,5 балла – выполнено частично; 1 балл – выполнено правильно, полностью	дифференцированный зачет
9	4	Проме-	Дифференцированный	-	4	4 балла – студент	дифференцированный

		жуточная аттестация	зачет		<p>демонстрирует глубокие знания и умения по программе курса, лекционного материала; дает исчерпывающие ответы на все дополнительные вопросы; проявляет умение логически и творчески мыслить; подтверждает теоретические положения примерами.</p> <p>3 балла – студент демонстрирует достаточные знания и умения по программе курса, лекционного материала; дает ответы не на все дополнительные вопросы; в целом оперирует причинно-следственными связями; теоретические положения поддерживаются очевидными примерами.</p> <p>2 балла – ставится при недостаточном умении студента раскрыть тему самостоятельно, неполном ответе на все вопросы билета, недостаточной уверенности в знаниях по изучаемому курсу.</p> <p>1 балл – студент демонстрирует слабый уровень знаний и умений, обнаруживает незнание большей части материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно</p>	зачет
--	--	---------------------	-------	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------



	составления паспортов здоровья																			
УК-6	Знает: способы реализации при решении профессиональных задач	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
УК-6	Умеет: осуществлять личностный выбор в различных профессиональных и морально-ценностных ситуациях, оценивать последствия принятого решения и нести за него ответственность	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### Печатная учебно-методическая документация

#### а) основная литература:

1. Теория и методика физической культуры Учебник для вузов по специальности 022300 "Физическая культура и спорт" Ю. Ф. Курамшин, В. И. Григорьев, Н. Е. Латышева и др.; Под ред. Ю. Ф. Курамшина. - 2-е изд., испр. - М.: Советский спорт, 2004. - 463 с.
2. Евсеев, С. П. Адаптивная физическая культура Учеб. пособие для вузов по специальностям 022500 "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" и 0323 "Адаптив. физ. культура" С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. - 2-е изд., стер. - М.: Советский спорт, 2004. - 238, [1] с.

#### б) дополнительная литература:

1. Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте [Текст] учеб. пособие для вузов по специальности "Физ. культура" Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. - 6-е изд., перераб. - М.: Академия, 2013. - 287, [1] с. ил.

#### в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

Не предусмотрены

#### г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Оздоровительные технологии 21 века Материалы Междунар. науч.-практ. конф., 3-5 дек. 2002 г., г. Челябинск Редкол.: А. П. Исаев (отв. ред.) и др.; Юж.-Урал. гос. ун-т; Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2002. - 293 с. ил.

#### из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Оздоровительные технологии 21 века Материалы Междунар. науч.-практ. конф., 3-5 дек. 2002 г., г. Челябинск Редкол.: А. П. Исаев (отв. ред.) и др.; Юж.-Урал. гос. ун-т; Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2002. - 293 с. ил.

### Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Электронно-библиотечная	Сютина, В. И. Современные инновационные физкультурно-оздоровительные технологии: оздоровительная аэробика,

		система издательства Лань	степ-аэробика, фитбол-аэробика : учебно-методическое пособие / В. И. Сюткина, Я. В. Платонова, К. Э. Сандрос. — Тамбов : ТГУ им. Г.Р.Державина, 2022. — 98 с. <a href="https://e.lanbook.com/book/331271">https://e.lanbook.com/book/331271</a>
2	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Алаева, Л. С. Основы оздоровительной аэробики : учебное пособие / Л. С. Алаева. — Омск : СибГУФК, 2019. — 88 с. <a href="https://e.lanbook.com/book/142465">https://e.lanbook.com/book/142465</a>
3	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Назаренко, Н. Н. Технология физкультурно-спортивной деятельности (аэробика) : учебное пособие / Н. Н. Назаренко, С. С. Павлова. — Тольятти : ТГУ, 2018. — 56 с. <a href="https://e.lanbook.com/book/139752">https://e.lanbook.com/book/139752</a>
4	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Спортивные игры: теория избранного вида спорта / В. П. Овчинников, А. М. Фокин, О. А. Габов [и др.] ; Под ред.: Овчинников В. П.. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 152 с. <a href="https://e.lanbook.com/book/284147">https://e.lanbook.com/book/284147</a>
5	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Богомолова, М. М. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности : учебно-методическое пособие / М. М. Богомолова. — Волгоград : ВГАФК, 2020. — 126 с <a href="https://e.lanbook.com/book/173439">https://e.lanbook.com/book/173439</a>

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -База данных polpred (обзор СМИ)(бессрочно)

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Контроль самостоятельной работы	205 (ДС)	Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр, с выходом в Интернет
Зачет, диф.зачет	302 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП
Лекции	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП
Самостоятельная работа студента	303 (6)	Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр, с выходом в Интернет
Практические занятия и семинары	302 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП