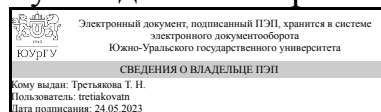


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель направления



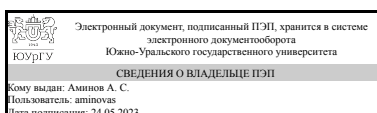
Т. Н. Третьякова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.05.М2.02 Спортивно-оздоровительные и физкультурно-оздоровительные технологии
для направления 43.03.03 Гостиничное дело
уровень Бакалавриат
форма обучения очная
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование

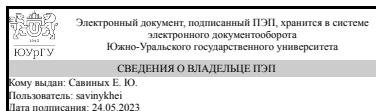
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 43.03.03 Гостиничное дело, утверждённым приказом Минобрнауки от 08.06.2017 № 515

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



А. С. Аминов

Разработчик программы,
к.биол.н., доцент



Е. Ю. Савиных

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, имеющих 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.27 Правоведение, 1.О.30 Конфликтология, 1.О.31 Основы медицинских знаний, 1.О.12 Психология, 1.О.28 Основы туризма и гостеприимства, 1.О.19 Социология, 1.О.10 Социально-экономическая география современного мира, 1.Ф.05.М3.01 Основы дизайна, 1.О.16 Концепции современного естествознания, 1.О.20 Сервисология, 1.Ф.05.М1.01 Введение в педагогическую деятельность, 1.Ф.05.М2.01 Спортивные и физкультурно-массовые сооружения и тренажеры, Учебная практика (ознакомительная) (2 семестр)	1.Ф.05.М2.03 Организация спортивно-массовых мероприятий, 1.Ф.05.М1.03 Основы педагогического мастерства, 1.О.14 Политология, 1.О.22 Менеджмент, ФД.02 Основы исследовательской деятельности, 1.Ф.05.М3.03 История искусства и дизайна, 1.Ф.03 Организация обслуживания лиц с ограниченными возможностями

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

Дисциплина	Требования
1.Ф.05.М2.01 Спортивные и физкультурно-массовые сооружения и тренажеры	Знает: о своих ресурсах и их пределах (временных и т.д.), для успешного выполнения порученной работы, историю строительства спортивных сооружений; классификацию спортивных сооружений; особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; состав спортивных сооружений, их габариты, разметку, 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 Умеет: планировать перспективные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, оценивать состояние готовности спортивного оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий Имеет практический опыт:
1.Ф.05.М1.01 Введение в педагогическую деятельность	Знает: формулирует задачи в соответствии с целью проекта, применяет знание о своих ресурсах и их пределах (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.), для успешного выполнения порученной работы Умеет: демонстрирует знание правовых норм достижения поставленной цели в сфере реализации проекта, применять знания о своих ресурсах и их пределах (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных

	и т.д.), для успешного выполнения порученной работы Имеет практический опыт: аргументированного отбора и реализации различных способов решения задач в рамках цели проекта, проявления интереса к учебе и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и умений
1.О.19 Социология	Знает: методы и технологии социологических исследований, понятие, сущность и технологию 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.28 Основы туризма и гостеприимства	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
1.О.30 Конфликтология	Знает: основы современных методик психологической диагностики конфликтов на начальном этапе и возможных вариантов их урегулирования, основные категории и понятия конфликтологии, типологию, функции и особенности конфликтов по сферам проявления; сущность, структуру и динамику конфликта Умеет: разрабатывать, оформлять и использовать стандартный инструментальный в профессиональной деятельности при взаимодействии с другими структурными подразделениями гостиничного предприятия, использовать категориальный аппарат в анализе конфликтных ситуаций Имеет практический опыт: проведения и интерпретации диагностических методик бесконфликтного

	взаимодействия в команде, объективного анализа конфликтов; применять технологии регулирования конфликтов
1.О.20 Сервисология	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 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 услуг, критического восприятия личностных потребностей, мотивов и ценностей
1.О.10 Социально-экономическая география современного мира	Знает: закономерности и факторы размещения отраслевой и территориальной структуры мирового хозяйства, на основе имеющихся ресурсов и ограничений, классификации стран современного мира 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 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
1.О.12 Психология	Знает: психологические основы функционирования познавательных, волевых и эмоциональных процессов для понимания собственных психологических особенностей управления временем, основные понятия психологии, типы темперамента, содержание мотивации и психической регуляции поведения и деятельности человека Умеет: использовать психологические техники и методы тайм-менеджмента в собственной деятельности, устанавливать гармоничные отношения в работе с клиентами, создавать благоприятный психологический климат в коллективе; изучать потребности общества и личности Имеет практический опыт: развития мотивационно-

	волевой сферы личности для осуществления личностного развития и профессионального роста, регулирования взаимоотношения людей: убеждения, доказательства, внушения и побуждения людей к необходимым действиям в процессе профессионального общения и совместной деятельности
1.Ф.05.М3.01 Основы дизайна	Знает: основные этапы процесса дизайн-проектирования, метод дизайн-мышления, методы активизации поиска идей Умеет: изучать контекст в рамках задачи, выделять основные проблемы, генерировать идеи и производить их отбор, создавать прототипы, тестировать их с потребителями, оценивать временные затраты и планировать время при работе над проектом, корректировать процесс работы над проектом, исходя из внешних факторов Имеет практический опыт:
1.О.27 Правоведение	Знает: основные положения гражданского, трудового и уголовного законодательства Российской Федерации и другие нормативно-правовые акты в рамках своей будущей профессиональной деятельности, источники и системы гражданского, трудового, семейного, уголовного, экологического права и законодательства РФ, антикоррупционное законодательство Умеет: обосновывать и принимать в пределах должностных обязанностей решения, а также совершать действия, связанные с реализацией правовых норм, 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 Имеет практический опыт: работы с СПС «Гарант» и «Консультант +», анализом юридических норм, побуждающих к корректировке профессиональной деятельности, 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
1.О.31 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, оказания неотложной помощи при наиболее распространённых патологических состояниях
1.О.16 Концепции современного естествознания	Знает: основы взаимодействия между физическими, химическими, биологическими и 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, использования инструментальной базы современного естествознания и методов обработки результатов измерения применительно к специфике туристской отрасли и гостиничной индустрии
Учебная практика (ознакомительная) (2 семестр)	Знает: методы исследований и мониторинга рынка индустрии гостеприимства, основные характеристики, возможности, назначение составляющих сферы гостеприимства в регионе, основы, методы и практики стаймменеджмента Умеет: проводить исследование рынка индустрии гостеприимства в регионе, анализировать рынок индустрии гостеприимства в регионе, нести личную ответственность за результат своего труда Имеет практический опыт: характеристики рынка индустрии гостеприимства, самостоятельного определения специфики деятельности предприятий индустрии гостеприимства в регионе, управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей

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 практическим занятиям, выполнение практических заданий	48	48
Подготовка к контрольной работе	13,5	13,5
Подготовка к дифференцированному зачету	10	10
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	2

		спортивной и учебно-тренировочной деятельности	
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 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
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

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. Шкала оценивания: 0 баллов – признак отсутствует; 0,5 балла	дифференцированный зачет

						– 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; 4) делает выводы и умозаключения. Шкала оценивания: 0	дифференцированный зачет

						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	Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет	-	4	4 балла – студент демонстрирует глубокие знания и умения по программе	дифференцированный зачет

						курса, лекционного материала; дает исчерпывающие ответы на все дополнительные вопросы; проявляет умение логически и творчески мыслить; подтверждает теоретические положения примерами. 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 подтверждаются очевидными примерами. 2 балла – ставится при недостаточном умении студента раскрыть тему самостоятельно, неполном ответе на все вопросы билета, недостаточной уверенности в знаниях по изучаемому курсу. 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 излагает материал.	
10	4	Бонус	Участие в научно-практической	-	15	Документ, подтверждающий	дифференцированный зачет

			https://e.lanbook.com/book/331271
2	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Алаева, Л. С. Основы оздоровительной аэробики : учебное пособие / Л. С. Алаева. — Омск : СибГУФК, 2019. — 88 с. https://e.lanbook.com/book/142465
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. https://e.lanbook.com/book/139752
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. https://e.lanbook.com/book/284147
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 https://e.lanbook.com/book/173439

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
Практические занятия и семинары	302 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП
Зачет, диф. зачет	302 (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
Лекции	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП
Контроль самостоятельной работы	205 (ДС)	Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр, с выходом в Интернет