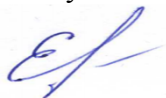
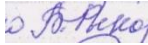


МИНОБРНАУКИ РОССИИ
АСТРАХАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

СОГЛАСОВАНО
Руководитель ОПОП



Гребенюк Е.Н..
«04» июня 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой педагогики,
психологии и гуманитарных дисциплин
 Рыкова Б.В.
протокол заседания кафедры № 9
от «4» июня 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Составители

Направление подготовки /
специальность
Направленность (профиль) ОПОП

Квалификация (степень)

Форма обучения

Год приема

Курс

Рудакова С.П. старший преподаватель
44.03.02 ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ
ОБРАЗОВАНИЕ
ПСИХОЛОГИЯ И СОЦИАЛЬНАЯ
ПЕДАГОГИКА
бакалавр
заочная
2020
1

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1. Целью освоения дисциплины (модуля) Физическая культура и спорт является содействие формированию всесторонне развитой личности в процессе физического совершенствования, пропаганде здорового образа жизни, способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

1.2. Задачи освоения дисциплины (модуля):

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОПОП

2.1. Учебная дисциплина (модуль) «Физическая культура и спорт» входит в раздел (Б1.Б.10). по направлению 44.03.02 – «Психолого-педагогическое образование», направленность (профиль) подготовки «Психология и социальная педагогика».

2.2. Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения, навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: «Безопасность жизнедеятельности»

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- цель и задачи дисциплины «Физическая культура»;
- историю развития физической культуры и спорта;
- научно-биологические и практические основы физической культуры;
- основные компоненты здорового образа жизни;
- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- способы контроля и оценки функционального состояния и уровня физического развития;
- правила соблюдения техники безопасности при занятиях физической культурой.

Уметь:

- определять оптимальные и доступные средства физической культуры в здоровьесбережении;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;

- применять в профессиональной деятельности опыт межличностных отношений, полученный в процессе занятий физической культурой;
- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной физической культуры;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации.

Владеть:

- системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических качеств (с выполнением установленных нормативов по общефизической, спортивной и профессионально-прикладной физической подготовке).
- опытом использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2.3. Перечень последующих учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной учебной дисциплиной: «Элективные курсы по физической культуре и спорту».

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Процесс изучения дисциплины (модуля) направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки (специальности):

универсальных (УК): *УК-7-способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*

Таблица 1
Декомпозиция результатов обучения

Код компетенции	Планируемые результаты освоения дисциплины (модуля)		
	Знать (1)	Уметь (2)	Владеть (3)
<i>УК-7</i>	<i>ИУК-7.1.1</i> основы здорового образа жизни и здоровьесберегающие технологии.	<i>ИУК-7.2.1</i> Использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	<i>ИУК-7.3.1</i> поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Объем дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы), в том числе 72

часов(а), выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (из них 4 часов(а) – лекционные занятия, 68 часов(а) – на самостоятельную работу).

Таблица 2
Структура и содержание дисциплины (модуля)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа (в часах)			Самост. работа		Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Л	ПЗ	ЛБ	КР	СР	
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Правила поведения на уроках по физической культуре.	1	По расписанию занятий	-	-	-	-	7	опрос
2	Социально- биологические основы физической культуры. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры для их направленной коррекции.	1	По расписанию занятий	1	-	-	-	7	Опрос, игровые технологии
3	Легкая атлетика как вид спорта. Классификация и общая характеристика видов легкой атлетики. Обучение специальным беговым и прыжковым упражнениям (СБУ и СПУ).	1	По расписанию занятий	-	-	-	-	7	наблюдение
4	Бег на короткие дистанции. Развитие скоростных качеств. Обучение технике низкого старта. Совершенствование СБУ и СПУ. Тест определяющий развитие скоростно-силовых способностей – прыжок в длину с места.	1	По расписанию занятий	-	-	-	-	7	контрольный двигательный тест
5	Скоростно-силовая	1	По	1	-	-	-	7	контрольны

	подготовка. Совершенствование СБУ и СПУ. Контрольный тест на развитие скоростно-силовых качеств. Бег – 100м.		расписание занятий						й двигательный тест
6	Кроссовая подготовка. Развитие выносливости. Обучение технике высокого старта.	1	По расписанию занятий	-	-	-	-	7	наблюдение
7	Бег на средние дистанции. Совершенствование СБУ и СПУ. Контрольный тест на общую выносливость. Девушки - бег 1000м. Юноши - бег 1000м.	1	По расписанию занятий	1	-	-	-	7	контрольный двигательный тест
8	Гимнастика в системе физического воспитания. Роль гимнастических упражнений в профилактике и лечении заболеваний. Основные причины травм и их профилактика. Цели и задачи ОФП.	1	По расписанию занятий	-	-	-	-	7	собеседование
9	Строевые упражнения, общеразвивающие упражнения, акробатические упражнения, прикладные упражнения. Эстафеты с элементами акробатики	1	По расписанию занятий	-	-	-	-	6	наблюдение
10	Воспитание физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости. Круговая тренировка. Комплекс упражнений на развитие физических качеств. Подвижные игры.	1	По расписанию занятий	1	-	-	-	6	
	ИТОГО			4	-	-	-	68	ЗАЧЕТ

Условные обозначения:

Л – занятия лекционного типа; ПЗ – практические занятия, ЛР – лабораторные работы; КР – курсовая работа; СР – самостоятельная работа по отдельным темам

Таблица 3
Матрица соотнесения разделов, тем учебной дисциплины (модуля) и формируемых в них компетенций

Темы,	Кол-во	УК-7	общее
-------	--------	------	-------

разделы дисциплины	часов		количество компетенций
Тема 1	8	+	1
Тема 2	8	+	1
Тема 3	8	+	1
Тема 4	8	+	1
Тема 5	8	+	1
Тема 6	8	+	1
Тема 7	8	+	1
Тема 8	8	+	1
Тема 9	8	+	1
Итого	72	9	9

5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

5.1. Указания по организации и проведению лекционных, практических (семинарских) и лабораторных занятий с перечнем учебно-методического обеспечения

Данная дисциплина состоит из практических, учебно-тренировочных занятий, которые направлены на формирование здорового образа жизни студентов, развивают их мотивацию к занятию физкультурой и спортом, объединяют теоретические знания по физическому развитию человека и умения, навыки развивающих и оздоровительных упражнений.

Студенты заблаговременно знакомятся с планом занятия и литературой, рекомендуемой для изучения данной темы, чтобы иметь возможность подготовиться к учебно-тренировочной работе. При подготовке к занятию необходимо: проанализировать его тему, подумать о цели и основных проблемах, связанных с физическим развитием; внимательно прочитать литературу по этой теме; делая при этом конспект прочитанного или выписки, которые понадобятся при обсуждении на занятии; постараться сформулировать свое мнение по каждому вопросу и аргументировано его обосновать.

Практическое занятие помогает студентам развить двигательные навыки, способствует развитию умения самостоятельно работать с нормативами, освоению студентами опытом судейства и организации соревнований, приобретению навыков физического самосовершенствования, здоровьесберегающего педагогического подхода. Преподавателю же работа студентов на учебно-тренировочных занятиях позволяет судить о том, насколько успешно они осваивают курса физической культуры.

6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

6.1. Образовательные технологии

Совместная работа малой командой; проектная деятельность студентов, развивающая межличностные коммуникации, способность принятия решений, лидерские качества; интерактивные лекции; групповые дискуссии; ролевые и деловые игры; тренинги; анализ ситуаций и имитационных моделей; преподавание дисциплин (модулей) в форме: курсов, симуляции, технологии open space/открытое пространство, мастерская будущего, peereducation/равный обучает равного; экспресс-семинары, проектные семинары; бизнес-тренинги (business training), кейс-стади (case-study), обучение действием («action learning»), метафорическая игра, педагогические игровые упражнения (в качестве коллективного задания), мозговой штурм (эстафета), ситуационные методы, тематические дискуссии, игровое проектирование, групповой тренинг, групповая консультация и др.).

6.2. Информационные технологии

Информационные технологии, используемые при реализации различных видов учебной и внеучебной работы:

- использование возможностей Интернета (в том числе - электронной почты преподавателя) в учебном процессе (рассылка заданий, предоставление выполненных работ на проверку, ответы на вопросы, ознакомление учащихся с оценками и т.д.);
- использование электронных учебников и различных информационных сайтов (электронные библиотеки, журналы и т.д.) как источник информации;
- использование средств представления учебной информации (электронных учебных пособий и практикумов, электронных тренажеров, презентаций и т.д.);
- использование интерактивных средств взаимодействия участников образовательного процесса (технологии дистанционного или открытого обучения в глобальной сети: веб-конференции, вебинары, форумы, учебно-методические материалы и др.);
- использование интегрированной образовательной среды университета moodle.

6.3. Перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

- **Лицензионное программное обеспечение:** Adobe Reader; MathCad 14; Moodle; 1С: Предприятие 8; Mozilla FireFox; Microsoft Office 2013; Microsoft Office Project 2013; Microsoft Office Visio 2013; 7-zip; Microsoft Windows 7 Professional; Kaspersky Endpoint Security; КОМПАС-3D V13; Blender; Cisco Packet Tracer; Google Chrome; CodeBlocks; Eclipse; Far Manager; Lazarus; Notepad++; OpenOffice; Opera; Paint.NET; PascalABC.NET; PyCharm EDU; R; Scilab; Sofa Stats; VirtualBox; VLC Player; VMware (Player); WinDjView; Maple 18; MATLAB R2014a; Microsoft Visual Studio; Oracle SQL Developer; VISSIM 6; VISUM 14; IBM SPSS Statistics 21.
- **Современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы:**
 1. Электронный каталог Научной библиотеки АГУ на базе MARK SQL НПО «Информ-систем». <https://library.asu.edu.ru>;
 2. Электронный каталог «Научные журналы АГУ»: <http://journal.asu.edu.ru/>
 3. Универсальная справочно-информационная полнотекстовая база данных периодических изданий ООО "ИВИС". <http://dlib.eastview.com>, Имя пользователя: AstrGU, Пароль: AstrGU
 4. Электронно-библиотечная система eLibrary. <http://elibrary.ru> ;
 5. Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки (РГБ). <http://dvs.rsl.ru> ;
 6. Корпоративный проект Ассоциации региональных библиотечных консорциумов (АРБИКОН) «Межрегиональная аналитическая роспись статей» (МАРС) - сводная база данных, содержащая полную аналитическую роспись 1800 названий журналов по разным отраслям знаний. Участники проекта предоставляют друг другу электронные копии отсканированных статей из книг, сборников, журналов, содержащихся в фондах их библиотек. <http://mars.arbicon.ru> ;
 7. Справочная правовая система КонсультантПлюс. Содержится огромный массив справочной правовой информации, российское и региональное законодательство, судебную практику, финансовые и кадровые консультации, консультации для бюджетных организаций, комментарии законодательства, формы документов, проекты нормативных правовых актов, международные правовые акты, правовые акты, технические нормы и правила. <http://www.consultant.ru> ;
 8. Информационно-правовое обеспечение «Система ГАРАНТ».

В системе ГАРАНТ представлены федеральные и региональные правовые акты, судебная практика, книги, энциклопедии, интерактивные схемы, комментарии ведущих специалистов и материалы известных профессиональных изданий, бланки отчетности и образцы договоров, международные соглашения, проекты законов.

Предоставляет доступ к федеральному и региональному законодательству, комментариям и разъяснениям из ведущих профессиональных СМИ, книгам и обновляемым энциклопедиям, типовым формам документов, судебной практике, международным договорам и другой нормативной информации. Всего в нее включено более 2,5 млн документов. В программе представлены документы более 13 000 федеральных, региональных и местных эмитентов. <http://garant-astrakhan.ru> ;

9. Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru> ;
10. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/> ;
11. Министерство просвещения Российской Федерации <https://edu.gov.ru> ;
12. Официальный информационный портал ЕГЭ <http://www.ege.edu.ru> ;
13. Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) <https://fadm.gov.ru> ;
14. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки (Рособрнадзор) <http://obrnadzor.gov.ru> ;
15. Сайт государственной программы Российской Федерации «Доступная среда» <http://zhit-vmeste.ru> ;
16. Российское движение школьников <https://рду.рф> .

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

7.1. Паспорт фонда оценочных средств

При проведении текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине «Физическая культура и спорт» проверяется сформированность у обучающихся компетенций, указанных в разделе 3 настоящей программы. Этапность формирования данных компетенций в процессе освоения образовательной программы определяется последовательным освоением дисциплин (модулей) и прохождением практик, а в процессе освоения дисциплины (модуля) – последовательным достижением результатов освоения содержательно связанных между собой разделов, тем.

Таблица 5
Соответствие разделов, тем дисциплины (модуля), результатов обучения по дисциплине (модулю) и оценочных средств

№п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
1	Тема 1	УК-7	Тестирование
2	Тема 2	УК-7	Собеседование
3	Тема 3	УК-7	Письменная работа
4	Тема 4	УК-7	Тестирование
5	Тема 5	УК-7	Собеседование
6	Тема 6	УК-7	Реферат
7	Тема 7	УК-7	Собеседование
8	Тема 8	УК-7	Контрольная работа

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

Таблица 6

Показатели оценивания результатов обучения в виде знаний

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует глубокое знание теоретического материала, умение обоснованно излагать свои мысли по обсуждаемым вопросам, способность полно, правильно и аргументированно отвечать на вопросы, приводить примеры
4 «хорошо»	демонстрирует знание теоретического материала, его последовательное изложение, способность приводить примеры, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует неполное, фрагментарное знание теоретического материала, требующее наводящих вопросов преподавателя, допускает существенные ошибки в его изложении, затрудняется в приведении примеров и формулировке выводов
2 «неудовлетворительно»	демонстрирует существенные пробелы в знании теоретического материала, не способен его изложить и ответить на наводящие вопросы преподавателя, не может привести примеры

Таблица 7

Показатели оценивания результатов обучения в виде умений и владений

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы
4 «хорошо»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует отдельные, несистематизированные навыки, не способен применить знание теоретического материала при выполнении заданий, испытывает затруднения и допускает ошибки при выполнении заданий, выполняет задание при подсказке преподавателя, затрудняется в формулировке выводов
2 «неудовлетворительно»	не способен правильно выполнить задание

7.3. Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Теоретические вопросы по дисциплине «Физическая культура».

- Физическая культура в жизни студента. Понятия: физическая культура, спорт, физическое совершенство.
- Ценности физической культуры жизненно необходимые умения и навыки.
- Социальные функции физической культуры и спорта.

- Физическая культура и спорт как действенные средства сохранения и укрепления здоровья.
- Влияние физических упражнений на организм человека. Терапевтический эффект движения.
- Физическое развитие и физическая подготовленность человека. Методы, индексы, стандарты.
- Педагогический контроль в процессе физического воспитания студентов.
- Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями и спортом.
- Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.
- Понятие «здоровье», его содержание, критерии.
- Здоровый образ жизни и факторы, его определяющие.
- Двигательная активность и здоровье человека.
- Влияние образа, условий жизни на здоровье человека.
- Методы определения индивидуально-психологических особенностей личности.
- Взаимосвязь физкультурно-спортивной деятельности и общекультурного развития студентов.
- Средства физической культуры и спорта в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов.
- Общая физическая подготовка в системе физического воспитания студентов, цели и задачи ОФП.
- Физические качества человека, основные понятия.
- Сила. Средства и методы развития.
- Выносливость. Средства и методы развития.
- Быстрота. Средства и методы развития.
- Гибкость. Средства и методы развития.
- Ловкость. Средства и методы развития.
- Методы физического воспитания.
- Формы занятий физическими упражнениями.
- Построение и структура учебно-тренировочных занятий.
- Специальная физическая подготовка. Цели и задачи.
- Физическая подготовленность. Интенсивность физических нагрузок.
- Зоны интенсивности нагрузок по частоте сердечных сокращений.

Темы рефератов по дисциплине «Физическая культура».

- Процесс организации здорового образа жизни.
- Основные методы коррекции фигуры с помощью физических упражнений.
- Традиционные и нетрадиционные (восточные и западные) системы оздоровительной физической культуры.
- Лечебная физическая культура по профилю заболевания.
- Меры предосторожности во время занятий физической культурой.
- Взаимосвязь физического и духовного развития личности.
- Адаптация к физическим упражнениям на разных возрастных этапах.
- Анализ системы физической культуры в высших учебных заведениях.
- Особенности занятий избранным видом спорта.
- Диагностика состояния организма при регулярных занятиях физической культурой.
- Актуальные проблемы физической культуры в высших учебных заведениях.
- Составление индивидуальных программ физического воспитания и занятий с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью.
- Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития (стандарты, индексы, формулы и др.)

- Питание и контроль за массой тела при различной двигательной активности.
- Общее представление о строении тела человека, его тканях, органах и физиологических системах.
- Современное Олимпийское движение, астраханские спортсмены — участники Олимпийских игр.
- Особенности проведения Олимпийских игр и их значение в жизни современного общества.
- Единая Всероссийская спортивная классификация (для спорта), разряды, звания.
- Сравнительная характеристика классификаций основных средств физического воспитания.
- Основные физические качества человека, средства и методы их развития, комплексы упражнений.
- Оздоровительные тренировки различной направленности (аэробная, силовая, растягивающая).
- Массовые спортивно-оздоровительные мероприятия.

7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Грубыми считаются ошибки, свидетельствующие о том, что студент:

- не овладел основным материалом дисциплины
- не может применять на практике полученные знания

Не грубыми ошибками являются

- неточно сформулированный вопрос или пояснение при ответе

Недочетами считаются

- отдельные погрешности в формулировке вопроса или ответа
- небрежное выполнение записей.

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

а) Основная литература:

1. Бобровский В.В., Светличная Н.А., Бобровская А.И. Физическая культура. Учебное пособие. «Издательский дом Астраханский университет» - 2011г. 60с. ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL [:http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785392253210.html](http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785392253210.html)
2. Гимнастика : учебник для вузов / М. Л. Журавин, О. В. Загрядская, О. А. Каминский [и др.] ; под ред. М. Л. Журавина, Н. К. Меньшикова. - М. : Академия , 2018г. - 448 с. ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785392253210.html>

Дополнительная литература:

1. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений – 3-е изд. – М.: Издательский центр «Академия», 2014г. – 480с.
2. Жуков М.Н. Подвижные игры. Москва АКАДЕМИА 2012г. – 160с.
3. Захаров Е., Карасев А., Сафонов А. Энциклопедия физической подготовки. - М., 2014

в) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

1. Научная электронная библиотека - www.elibrary.ru
2. Российская национальная библиотека - www.nlr.ru
3. Российская национальная библиотека в Санкт-Петербурге – www.ner.ru
4. Научная библиотека АГУ - www.aspu.ru

5. Электронная библиотека «Астраханский государственный университет» собственной генерации на платформе ЭБС «Электронный Читальный зал – БиблиоТех». <https://biblio.asu.edu.ru>, Учетная запись образовательного портала АГУ;
6. Электронно-библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента». Многопрофильный образовательный ресурс «Консультант студента» является электронной библиотечной системой, предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Каталог в настоящее время содержит около 15000 наименований. www.studentlibrary.ru. Регистрация с компьютеров АГУ;
7. Электронная библиотечная система издательства ЮРАЙТ, раздел «Легендарные книги». www.biblio-online.ru ;
8. Электронная библиотечная система BOOK.ru. www.book.ru ;
9. Электронная библиотечная система IPRbooks. www.iprbookshop.ru;
10. Электронная библиотека МГППУ. <http://psychlib.ru>

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Мультимедийное оборудование. На аудиторных занятиях (лекциях) СИТ используются для организованного представления преподавателями и обучающимися материала в формате презентаций PowerPoint, работы по формированию и развитию навыков работы с документами и программами, имеющими прикладное значение. Лекции обеспечены слайдами и видеоматериалами. Имеются классные доски, наглядные пособия (стенды, макеты, плакаты и т.п.).

Программное обеспечение: Microsoft Windows 7 Professional; Агент администрирования Kaspersky; Kaspersky Endpoint Security; Imagine Premium; Microsoft Office 2013; Microsoft Office Visio 2013; Microsoft Office Project 2013; Microsoft Visual Studio 2012; Microsoft Visual Studio 6.0; Microsoft Visual Fox Pro 9.0; Гарант; 1С: Предприятие 8; MathCad 14; EViews 7; КОМПАС-3D V13; Oracle SQL Plus; Oracle SQL Developer.

Сетевые ресурсы, использование Интернета: Для доступа в Интернет используются два выделенных оптоволоконных канала пропускной способностью по 100 Мбит/с. Проведение аттестации и самостоятельной аттестации возможно на базе портала Ресурсного центра сетевого взаимодействия Астраханского государственного университета (<http://aspu.ru/>), где обучающиеся получают и решают контрольные (тестовые) задания с компьютера, имеющего выход в Интернет. Работа с электронными учебниками, электронными заданиями и тестами, находящимися на сервере кафедры, доступна из компьютерных классов вуза.

Дистанционные ресурсы:

- Электронная библиотека «Астраханский государственный университет» собственной генерации на платформе ЭБС «Электронный Читальный зал – БиблиоТех»;
- Электронно - библиотечная система (ЭБС) издательства «Лань»;
- Электронно - библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента»;
- Электронно - библиотечная система (ЭБС) ООО «Центр цифровой дистрибуции» «КнигаФонд»;
- Полнотекстовая база диссертаций «Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки»;

- Универсальная справочно-информационная база данных периодических изданий ООО "ИВИС";
- Электронно - библиотечная система (ЭБС) elibrary ООО «РУНЭБ»;
- Государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» (НЭБ);
- Полнотекстовая база диссертаций «Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки»;
- Научная электронная библиотека elibrary.ru Информационно-аналитическая система SCIENCE INDEX (организация).

При необходимости рабочая программа дисциплины (модуля) может быть адаптирована для обеспечения образовательного процесса инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, в том числе для дистанционного обучения. Для этого требуется заявление студента (его законного представителя) и заключение психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК).

