

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный экономический университет»



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной и
методической работе

В.Г. Шубаева
В.Г. Шубаева

«*20*» *сентября* 20*18* г.

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ
(ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ)**

Рабочая программа дисциплины

| | |
|---------------------------------------|------------------------------------|
| Направление подготовки | 41.03.01 Зарубежное регионоведение |
| Направленность (профиль) программы | Азиатско-тихоокеанский регион |
| Уровень высшего образования | бакалавриат |
| Форма обучения | очная |

Составитель:

Григорьев В.И.

/ д.п.н., профессор Григорьев В.И.

Санкт-Петербург
2018

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| 1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ | 4 |
| 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ | 4 |
| 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ | 4 |
| 4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ..... | 4 |
| 5. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ | 6 |
| 6. ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА | 6 |
| 7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ | 8 |
| 7.1. Методические указания для обучающегося по освоению дисциплины ... | 8 |
| 7.2. Организация самостоятельной работы | 9 |
| 8. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ..... | 10 |
| 9. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ | 10 |
| 9.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины | 10 |
| 9.2. Материально-техническое обеспечение учебного процесса | 12 |
| 10. ОСОБЕННОСТИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ..... | 12 |
| 11. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ | 12 |

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины: формирование физической культуры студента, способного реализовать её в учебной социально-профессиональной деятельности.

Задачи:

- включение студентов в реальную физкультурно-спортивную практику по творческому освоению ценностей физической культуры, её активного использования во всестороннем развитии личности;
- овладение оздоровительными технологиями, необходимыми для повышения работоспособности, развития психофизических способностей и свойств личности;
- повышение двигательных, интеллектуальных и функциональных возможностей организма;
- формирование навыков самостоятельной организации досуга с использованием средств физической культуры и спорта.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина ЭД "Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)": относится к элективным дисциплинам и является обязательной для освоения обучающимся вне зависимости от направленности (профиля) программы.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы представлены в таблице 3.1.

Таблица 3.1 – Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Код и наименование компетенции выпускника | Этапы формирования компетенций | Планируемые результаты обучения/индикаторы достижения компетенций (показатели освоения компетенции) |
|--|--------------------------------|---|
| ОК-12 - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | ОК-12 | Уметь: подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств У(ОК-12) Владеть: методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности В(ОК-12) |

4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

Форма промежуточной аттестации: зачет – 1, 2, 3, 4, 5, 6 семестры.

Распределение фонда времени по темам дисциплины по очной форме обучения представлено в таблице 4.1.

Таблица 4.1 – Распределение фонда времени по темам дисциплины

| Номер и наименование тем | Объем дисциплины (ак. часы) |
|--------------------------|-----------------------------|
|--------------------------|-----------------------------|

| | Контактная работа | | | СРО |
|--|-------------------|-----------|----|-----|
| | ЗЛТ | ПЗ | ЛР | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Тема 1. Освоение оздоровительных систем К. Купера, Н. Амосова, Л. Лидьярда, Ф. Суслова, П. Иванова, Пилатеса | - | 6 | - | - |
| Тема 2. Освоение базовых программ занятий гигиенической гимнастикой и закаливанием | - | 4 | - | - |
| Тема 3. Профилактика вредных привычек и профзаболеваний | - | 2 | - | - |
| Тема 4. Освоение базовых вариантов занятий оздоровительной ходьбой, статодинамическими и дыхательными упражнениями, элементами релаксации и стретчинга | - | 4 | - | - |
| Тема 5. Овладение комплексами ЛФК (коррекционной гимнастики) для студентов с ограниченными возможностями (с учётом соматической патологии) и инвалидов с физическими недостатками | - | 4 | - | - |
| Тема 6. Повышение резервных возможностей организма с помощью дыхательной гимнастики К. Бутейко и А. Стрельниковой. Приобретение навыков коррекции нагрузки с учетом нозологии заболевания | - | 4 | - | - |
| Тема 7. Освоение комплексов общеразвивающих упражнений для развития силы мышц рук, ног, туловища | - | 4 | - | - |
| Тема 8. Освоение комплексов прикладных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, повышение вестибулярной устойчивости | - | 4 | - | - |
| Тема 9. Организационно-методические основы круговой тренировки | - | 4 | - | - |
| Тема 10. Выбор специализации из видов спорта, культивируемых на кафедре (аэробика, баскетбол, бодибилдинг, волейбол, настольный теннис, плавание, футбол) | - | 4 | - | - |
| Тема 11. Специфика организации подготовки спортсменов к соревнованиям | - | 4 | - | - |
| Тема 12. Система студенческих спортивных соревнований | - | 4 | - | - |
| Тема 13. Совершенствование структуры физической подготовки (технической, физической, тактической, психологической и соревновательной) | - | 10 | - | - |
| Тема 14. Кондиционная тренировка. Повышение функциональной подготовленности и уровня развития специальных физических качеств | - | 10 | - | - |
| Тема 15. Участие в соревнованиях по избранной специализации | - | 4 | - | - |
| Всего за семестр: | - | 72 | - | - |
| Тема 16. Совершенствование техники танцевальных движений в сочетании с шагами, подскоками, прыжками под ритмичную музыку в темпе. Диверсификация двигательных умений и навыков в оздоровительной аэробике. | - | 14 | - | - |
| Тема 17. Сопряженное развитие выносливости, гибкости и координационных способностей в аэробике | - | 14 | - | - |
| Тема 18. Освоение методов коррекции массы тела, проблемных зон телосложения с помощью физкультурно-оздоровительных технологий | - | 8 | - | - |
| Всего за семестр: | - | 36 | - | - |
| Тема 19. Совершенствование техники силовых упражнений с отягощениями (штангой, гантелями, гириями, резиновыми амортизаторами), на тренажерах для разных групп мышц | - | 8 | | 8 |
| Тема 20. Развитие силы и гибкости разных групп мышц, увеличение мышечной массы тела в атлетической гимнастике | - | 8 | | 8 |

| | | | | |
|--|---|------------|---|-----------|
| Тема 21. Освоение методов самоконтроля физического развития и подготовленности | - | 4 | | 6 |
| Тема 22. Освоение и совершенствование биодинамических параметров бега трусцой, семенящего бега, бега по различному покрытию, бега в подъём и на спуске, прыжка в длину с места и с разбега | - | 8 | | 8 |
| Тема 23. Кроссовая подготовка. Формирование разностороннего двигательного потенциала. Устранение излишнего мышечного напряжения, повышение согласованности движений в беговом шаге | - | 4 | | 4 |
| Тема 24. Полисоревновательная подготовка в легкой атлетике (участие в спаррингах, контрольных забегах, прикидках и соревнованиях) | - | 4 | | 2 |
| Всего за семестр: | - | 36 | | 36 |
| Тема 25. Освоение и совершенствование техники плавания кролем и брассом. Освоение техники поворотов | - | 20 | - | - |
| Тема 26. Повышение функциональных возможностей и гибкости при занятиях плаванием | - | 10 | - | - |
| Тема 27. Освоение методов оптимизации физической нагрузки и регуляции энергообеспечения в плавании | - | 6 | | 4 |
| Всего за семестр: | - | 36 | | 4 |
| Тема 28. Совершенствование техники перемещения игрока; остановка прыжком и в два шага; повороты; ловля, ведение и передачи мяча; бросок мяча в корзину в баскетболе. | - | 16 | - | - |
| Тема 29. Развитие специальной (игровой) выносливости и координационных способностей в баскетболе. | - | 16 | - | - |
| Тема 30. Совершенствование технико-тактической подготовленности в баскетболе. | - | 4 | - | - |
| Всего за семестр: | - | 36 | - | - |
| Тема 31. Овладение техникой владения мячом и тактикой игры. Перемещения игрока и передача мяча в волейболе. | - | 6 | | 6 |
| Тема 32. Общая и специальная (игровая) подготовка. Освоение программы тренировочных нагрузок в волейболе. | - | 6 | | 6 |
| Тема 33. Совершенствование технико-тактической подготовленности волейболиста | - | 6 | | 6 |
| Тема 34. Овладение техникой владения мячом и тактикой игры. Перемещения игрока и передача мяча в футболе | - | 4 | | 4 |
| Тема 35. Общая и специальная (игровая) подготовка в футболе. Освоение программы тренировочных нагрузок | - | 4 | | 4 |
| Тема 36. Совершенствование технико-тактической подготовленности футболиста. | - | 4 | | 4 |
| Тема 37. Организация самостоятельных занятий с профессиональной направленностью | - | 2 | | 6 |
| Тема 38. Освоение индивидуальных комплексов упражнений по коррекции осанки, фигуры | - | 4 | | 6 |
| Всего за семестр: | - | 36 | | 36 |
| Всего по дисциплине: | - | 252 | | 76 |

*ЗЛТ – занятия лекционного типа, ПЗ – все виды занятий семинарского типа, кроме лабораторных работ, ЛР – лабораторные работы, СРО – самостоятельная работа обучающегося

5. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия лекционного типа учебным планом не предусмотрены.

6. ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

Таблица 6.1 – Практические занятия/ Семинарские занятия / Лабораторные работы

| № темы | Тема занятия | Вид занятия / Оценочное средство |
|-----------|--|--|
| 1 | 2 | 3 |
| 1. | Освоение оздоровительных систем К. Купера, Н. Амосова, Л. Лидьярда, Ф. Суслова, П. Иванова, Пилатеса | Практические занятия / комплекс упражнений |
| 2. | Освоение базовых программ занятий гигиенической гимнастикой и закаливанием | |
| 3. | Профилактика вредных привычек и профзаболеваний | |
| 4. | Освоение базовых вариантов занятий оздоровительной ходьбой, статодинамическими и дыхательными упражнениями, элементами релаксации и стретчинга | |
| 5. | Овладение комплексами ЛФК (коррекционной гимнастики) для студентов с ограниченными возможностями (с учётом соматической патологии) и инвалидов с физическими недостатками | |
| 6. | Повышение резервных возможностей организма с помощью дыхательной гимнастики К. Бутейко и А. Стрельниковой. Приобретение навыков коррекции нагрузки с учетом нозологии заболевания | |
| 7. | Освоение комплексов общеразвивающих упражнений для развития силы мышц рук, ног, туловища | Практические занятия / комплекс упражнений |
| 8. | Освоение комплексов прикладных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, повышение вестибулярной устойчивости | |
| 9. | Организационно-методические основы круговой тренировки | |
| 10. | Выбор специализации из видов спорта, культивируемых на кафедре (аэробика, баскетбол, бодибилдинг, волейбол, настольный теннис, плавание, футбол) | Практические занятия /контрольные упражнения (нормативы) |
| 11. | Специфика организации подготовки спортсменов к соревнованиям | |
| 12. | Система студенческих спортивных соревнований | |
| 13. | Совершенствование структуры физической подготовки (технической, физической, тактической, психологической и соревновательной) | |
| 14. | Кондиционная тренировка. Повышение функциональной подготовленности и уровня развития специальных физических качеств | |
| 15. | Участие в соревнованиях по избранной специализации | |
| 16. | Совершенствование техники танцевальных движений в сочетании с шагами, подскоками, прыжками под ритмичную музыку в темпе. Диверсификация двигательных умений и навыков в оздоровительной аэробике | Практические занятия /контрольные упражнения (нормативы) |
| 17. | Сопряженное развитие выносливости, гибкости и координационных способностей в аэробике. | |
| 18. | Освоение методов коррекции массы тела, проблемных зон телосложения с помощью физкультурно-оздоровительных технологий. | |
| 19. | Совершенствование техники силовых упражнений с отягощениями (штангой, гантелями, гириями, резиновыми амортизаторами), на тренажерах для разных групп мышц. | Практические занятия /контрольные упражнения (нормативы) |
| 20. | Развитие силы и гибкости разных групп мышц, увеличение мышечной массы тела в атлетической гимнастике. | |
| 21. | Освоение методов самоконтроля физического развития и подготовленности. | |
| 22. | Освоение и совершенствование биодинамических параметров бега трусцой, семенящего бега, бега по различному покрытию, бега в подъём и на спуске, прыжка в длину с места и с разбега. | |

| | | |
|-----|---|--|
| 23. | Кроссовая подготовка. Формирование разностороннего двигательного потенциала. Устранение излишнего мышечного напряжения, повышение согласованности движений в беговом шаге. | |
| 24. | Полисоребновательная подготовка в легкой атлетике (участие в спаррингах, контрольных забегах, прикидках и соревнованиях). | |
| 25. | Освоение и совершенствование техники плавания кролем и брассом. Освоение техники поворотов. | Практические занятия /контрольные упражнения (нормативы) |
| 26. | Повышение функциональных возможностей и гибкости при занятиях плаванием. | |
| 27. | Освоение методов оптимизации физической нагрузки и регуляции энергообеспечения в плавании. | |
| 28. | Совершенствование техники перемещения игрока; остановка прыжком и в два шага; повороты; ловля, ведение и передачи мяча; бросок мяча в корзину в баскетболе. | Практические занятия /контрольные упражнения (нормативы) |
| 29. | Развитие специальной (игровой) выносливости и координационных способностей в баскетболе. | |
| 30. | Совершенствование технико-тактической подготовленности в баскетболе. . | |
| 31. | Овладение техникой и тактикой игры в волейбол. Перемещения игрока; верхняя и нижняя передача; передача мяча за голову; передача мяча в прыжке; подача мяча; прием мяча снизу. | Практические занятия /контрольные упражнения (нормативы) |
| 32. | Общая и специальная (игровая) подготовка волейболиста. Освоение программы тренировочных нагрузок. | |
| 33. | Совершенствование технико-тактической подготовленности волейболиста. | |
| 34. | Овладение техникой владения мячом и тактикой игры. Перемещения игрока и передача мяча в футболе. | |
| 35. | Общая и специальная (игровая) подготовка в футболе. Освоение программы тренировочных нагрузок | |
| 36. | Совершенствование технико-тактической подготовленности футболиста. | |
| 37. | Организация самостоятельных занятий с профессиональной направленностью | |
| 38. | Освоение индивидуальных комплексов упражнений по коррекции осанки, фигуры | |

*ПЗ – практические занятия, СЗ – семинарские занятия, ЛР – лабораторные работы

Содержание практического раздела рабочей программы для специального учебного отделения имеет оздоровительную (корректирующую и профилактическую) направленность с учётом показаний и противопоказаний к занятиям физической культурой для разных нозологических групп (выраженности функциональных нарушений в организме). При его реализации необходим индивидуально-дифференцированный подход. Обучающиеся специального отделения выполняют те разделы программы, требования и тесты, которые доступны им по состоянию здоровья, в конце семестра вместе с обучающимися, освобожденными от практических занятий, представляют рефераты по соответствующим темам и проводят комплексы соответствующих упражнений (см. ФОС по дисциплине).

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

7.1. Методические указания для обучающегося по освоению дисциплины

Для формирования четкого представления об объеме и характере знаний и умений, которыми надо будет овладеть по дисциплине в самом начале учебного курса обучающийся должен ознакомиться с учебно-методической документацией:

- рабочей программой дисциплины: с целями и задачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами образовательной программы, перечнем знаний и умений, которыми в процессе освоения дисциплины должен владеть обучающийся,
- порядком проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации;
- графиком консультаций преподавателей кафедры.

Систематическое выполнение учебной работы на занятиях семинарского типа позволит успешно освоить дисциплину.

В процессе освоения дисциплины обучающимся следует:

- слушать, конспектировать излагаемый преподавателем материал;
- ставить, обсуждать актуальные проблемы курса, быть активным на занятиях;
- задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений;
- выполнять задания практических занятий полностью и установленные сроки.

При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале не удалось, то обратиться к преподавателю.

Обучающимся, пропустившим занятия (независимо от причин) и не подготовившимся к данному занятию, рекомендуется не позже чем в 2 - недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме.

7.2. Организация самостоятельной работы

Под самостоятельной работой обучающихся понимается планируемая работа обучающихся, направленная на формирование указанных компетенций, выполняемая во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, без его непосредственного участия. При освоении дисциплины учебным планом предусмотрено 76 часов самостоятельной работы.

Методическое обеспечение самостоятельной работы при наличии обучающихся лиц с ограниченными возможностями представляется в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Виды самостоятельной работы по дисциплине представлены в таблице 7.2.1.

Таблица 7.2.1 – Организация самостоятельной работы обучающегося

| № темы | Вид самостоятельной работы |
|--------|---|
| 1 | 2 |
| 19-24 | Подготовка к текущему контролю (подготовка и участие в легкоатлетическом кроссе) |
| 27 | Подготовка к текущему контролю (подготовка и участие в учебных соревнованиях по плаванию) |
| 31-36 | Подготовка к текущему контролю (подготовка и участие в учебных соревнованиях по спортивным играм) |
| 37-38 | Подготовка к текущему контролю (подготовка и выполнение практических заданий, направленных на формирование компетенции) |

Каждый вид СРО, указанный в таблице 7.2.1 обеспечен методическими материалами.

В учебно-методическом издании: Физическая культура [Электронный ресурс] : Методические рекомендации по дисциплине для всех направлений подготовки высшего образования (уровень бакалавриата и специалитета) / Санкт-Петербургский государственный экономический университет, кафедра Физической культуры; сост. В.И. Григорьев, Л.Т. Кудашова – Санкт-Петербург : [б.и.], 2017, представлены материалы по методике самостоятельного изучения студентами учебной дисциплины и подготовке к проверке знаний.

8. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В преподавании дисциплины «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)» используются разнообразные образовательные технологии как традиционные, так и с применением активных и интерактивных методов обучения.

На практических занятиях используются активные и интерактивные методы обучения: ГТ- групповой тренинг, ИУ - имитационные упражнения, АКС - анализ конкретных ситуаций, ГК- групповая консультация, ИТ - индивидуальный тренаж, ПИУ - педагогические игровые упражнения, ТД - тематическая дискуссия.

Активные и интерактивные методы обучения характеризуются высокой степенью включенности обучающихся в учебный процесс, активизируя их познавательную и творческую деятельность при решении поставленных задач, так как суть активных и интерактивных методов состоит в том, что учебный процесс организуется на основе взаимодействия, диалога, в ходе которого учащиеся учатся критически мыслить, решать различные проблемы на основе анализа обстоятельств и соответствующей информации, взвешивать альтернативные мнения, принимать продуманные решения, участвовать в дискуссиях, общаться с другими людьми. Для этого проводится индивидуальная, парная и групповая работа, работа с различными источниками информации, организуются исследовательские проекты, ролевые игры и т.д. Так, в рамках преподавания дисциплины ФКиС (элективная дисциплина), обучающиеся получают задание раскрыть интересующий обучающихся вопрос, для чего готовится ими выступление и проводится занятие в форме тематической дискуссии (ТД) с обсуждением темы всеми занимающимися. Учебно-тренировочные занятия предусматривают освоение и самостоятельное воспроизведение обучающимися основных методов и способов формирования определенных умений и навыков средствами физической культуры и спорта. Так при занятиях спортивными играми часто проводится анализ тактических действий (АКС), после чего задания отрабатываются как в группе (ГТ), так и индивидуально (ИТ). При обучении техническим приемам на первом этапе обучения используются подготовительные, подводящие и имитационные упражнения (ИУ). На занятиях по физической культуре хорошо зарекомендовали себя метод самооценки уровня подготовленности, когда собственные показатели сравниваются с имеющимися половозрастными нормами (АКС). Используются ПИУ, ролевые игры, когда учащиеся в парах или небольших подгруппах выполняют различные роли (преподаватель-ученик), обучая различным комбинациям упражнений; либо принимая нормативы, указывая на ошибки и сравнивая результаты с предложенными табличными данными. Выполнением домашнего самостоятельного задания может стать проведение фрагмента разминки с последующим обсуждением всеми участниками занятия (ГК), в процессе чего выявляется степень готовности обучающихся к практическому овладению предложенному действию.

9. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

9.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Таблица 9.1.1 – Учебно-методическое обеспечение дисциплины

| Библиографическое описание издания (автор, заглавие, вид, место и год издания, кол. стр.) | Основная/ дополнительная литература | Книгообеспеченность | |
|--|---|---------------------|---------------------|
| | | Кол-во. экз. | Электронные ресурсы |

| | | в библиотечной системе СПбГЭУ | |
|---|----------------|--------------------------------------|---|
| Физическая культура : учебник и практикум / А.Б. Муллер [и др.] .— Электрон. дан. — Москва : Издательство Юрайт, 2019 .— 424 с. | основная | — | ЭБС Юрайт |
| Венгерова Н.Н. Физкультурно-оздоровительные технологии кондиционной направленности: учебное пособие / Н.Н. Венгерова, Л.Т. Кудашова, Л.В. Люйк. – Санкт-Петербург : Изд-во СПбГЭУ, 2015. - 91 с. — Сведения доступны также по Интернету: orac.unesco.ru . | основная | 155 | ЭБ OPAC.UNESCO N.RU |
| Кудашова Л.Т. Самоконтроль студентов, занимающихся физическими упражнениями и спортом: учебное пособие / Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова. – Санкт-Петербург : изд-во СПбГЭУ, 2014. - 96 с. - Сведения доступны также по Интернету: orac.unesco.ru . | основная | 109 | ЭБ OPAC.UNESCO N.RU |
| Кудашова Л.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов : учебное пособие / Л.Т.Кудашова .— Санкт-Петербург : Изд-во СПбГЭУ, 2014 — 78 с. — Сведения доступны также по Интернету: orac.unesco.ru . | дополнительная | 108 | ЭБ OPAC.UNESCO N.RU |
| Совершенствование двигательных способностей с использованием фитбола : учебное пособие / И.Е.Устинов, А.А.Кочергина, А.В.Федорова, Ю.А.Архипова .— Санкт-Петербург : Изд-во СПбГЭУ, 2016 .— 82 с. — Сведения доступны также по Интернету: orac.unesco.ru | дополнительная | 105 | ЭБ OPAC.UNESCO N.RU |
| Кудашова Л.Т. Формирование зрелищности спортивного праздника: теория и практика : учебное пособие / Л.Т.Кудашова, В.И.Григорьев, В.Ф.Кудашов .— Санкт-Петербург : Изд-во СПбГЭУ, 2018 .— 80 с. — Сведения доступны также по Интернету: orac.unesco.ru . | дополнительная | 55 | ЭБ OPAC.UNESCO N.RU |

Таблица 9.1.2 – Перечень современных профессиональных баз данных (СПБД)

| № | Наименование СПБД |
|---|---|
| 1 | Электронная библиотека Grebennikon.ru – www.grebennikon.ru |
| 2 | Научная электронная библиотека eLIBRARY – www.elibrary.ru |
| 3 | Научная электронная библиотека КиберЛеника – www.cyberleninka.ru |
| 4 | База данных ПОЛПРЕД Справочники – www.polpred.com |
| 5 | База данных OECD Books, Papers & Statistics на платформе OECD iLibrary – www.oecd-ilibrary.org |

Таблица 9.1.3 – Перечень информационных справочных систем (ИСС)

| № | Наименование ИСС |
|---|--|
| 1 | Справочная правовая система КонсультантПлюс (инсталлированный ресурс СПбГЭУ или www.consultant.ru) |
| 2 | Справочная правовая система «ГАРАНТ» (инсталлированный ресурс СПбГЭУ или www.garant.ru) |
| 3 | Информационно-справочная система «Кодекс» (инсталлированный ресурс СПбГЭУ или www.kodeks.ru) |
| 4 | Электронная библиотечная система BOOK.ru - www.book.ru |
| 5 | Электронная библиотечная система ЭБС ЮРАЙТ – www.urait.ru |

| | |
|---|--|
| 6 | Электронно-библиотечная система ЗНАНИУМ (ZNANIUM) – www.znanium.com |
| 7 | Электронная библиотека СПбГЭУ – opac.unicon.ru |

9.2. Материально-техническое обеспечение учебного процесса

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Таблица 9.2.1 – Перечень программного обеспечения (ПО)

| № п/п | Наименование ПО |
|----------|---|
| 1 | Microsoft Windows Professional (КОНТРАКТ № 244/20 «26» июня 2020 г) |
| 2 | Microsoft Office Professional (КОНТРАКТ № 244/20 «26» июня 2020 г) |
| 3 | 7-Zip (freeware) |

10. ОСОБЕННОСТИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья Университет обеспечивает:

- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению: размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий; присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь; выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху: надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата: возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры, а также пребывание в указанных помещениях.

Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

11. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом и является приложением к рабочей программе дисциплины (модуля).