

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Уральский государственный горный университет»



УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УМК

проф. М. Б. Носырев

2017 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
Б1.Б.22 «Физическая культура и спорт»**

(указывается шифр и наименование дисциплины по учебному плану)

**Направление подготовки:** 38.03.01 «Экономика»

**Профиль (направленность) подготовки:** «Банковское дело», «Бухгалтерский учет, анализ и аудит», «Мировая экономика», «Финансы и кредит»

**Квалификация (степень) выпускника:** бакалавр

**Форма обучения:** очная, заочная

**Факультет:** мировой экономики и бизнеса

**Выпускающие кафедры:** финансов и кредита (Фик), бухгалтерского учёта и аудита (БУА), мировой экономики (МЭ)

**Кафедра-разработчик программы:** физической культуры

Семестр	Трудоёмкость дисциплины					Контрольные, расчетно-графич. работы, рефераты и т.п.	Курсовые работы, проекты	Форма отчетности (экс / зачет)
	зач. ед.	часы						
		общая	лекции	практ., лабор.	самост. работа			
<b>очная форма обучения</b>								
1	2	72	36	36	-	---	---	зачет
<b>заочная форма обучения</b>								
1	2	72	-	10	62	---	---	зачет

Екатеринбург, 2017 г.



## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по направлению подготовки 38.03.01 «Экономика».

Она включает в себя: цели и задачи освоения дисциплины; место дисциплины в структуре ООП ВО; компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины; структуру и содержание дисциплины; оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации и итогам освоения дисциплины; учебно-методическое и информационное обеспечение.

### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель дисциплины:** формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

**Задачи дисциплины:**

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям 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 и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВО

Дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в Базовую часть дисциплин.

Дисциплина имеет трудоемкость 2 зачетные единицы.

Дисциплина является предшествующей для дисциплин: история, концепция современного естествознания, безопасность жизнедеятельности.

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

В результате освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» студент должен приобрести следующие компетенции, соотнесенные с общими целями ООП ВО:

Индекс по ФГОС ВО	Содержание компетенции
ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Требования к результатам освоения учебной дисциплины:

1. формирование физической культуры личности;
2. развитие способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен *знать*:

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

- основы здорового образа жизни;

- способы самоконтроля за состоянием здоровья;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен *уметь*:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

- самостоятельно поддерживать собственную общую и специальную физическую подготовку;

- применять навыки профессионально-прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен *владеть*:

- навыками поддержания здорового образа жизни;

- навыками самоконтроля за состоянием здоровья;

- навыками профессионально-прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности.

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Тематический план для очной формы изучения дисциплины

№ п/п	Раздел дисциплины	Виды учебной работы, часы					Формы текущего контроля
		лекции	практ., лабор.	контрольные, расчетно- графич. работы, рефераты и т.п.	курсовые работы, проекты	СРС	
1	Тема I. Физическая культура и спорт в УГГУ.	6	6				тестовый контроль
2	Тема II. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, будущих специалистов горнодобывающих и обрабатывающих отраслей промышленности.	6	6				тестовый контроль

3	Тема III. Социально-биологические основы физической культуры.	6	6				тестовый контроль
4	Тема IV. Основы здорового образа и стиля жизни в условиях обучения в вузах технического профиля.	6	6				тестовый контроль
5	Тема V. Особенности занятий избранным видом спорта или оздоровительной системой физических упражнений.	6	6				тестовый контроль
6	Тема VI. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов (ППФП) для будущих специалистов горнодобывающих и обрабатывающих отраслей промышленности. ППФП студентов для избранной специальности.	6	6				тестовый контроль
	ИТОГО	36	36				Зачет

#### Тематический план для заочной формы изучения дисциплины

№ п/п	Раздел дисциплины	Виды учебной работы, часы					Формы текущего контроля
		лекции	практ., лабор.	контрольные, расчетно- графич. работы, рефераты и т.п.	курсовые работы, проекты	СРС	
1	Тема I. Физическая культура и спорт в УГГУ.		6			10	тестовый контроль

2	Тема II. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, будущих специалистов горнодобывающих и обрабатывающих отраслей промышленности.		6			10	тестовый контроль
3	Тема III. Социально-биологические основы физической культуры.		6			10	тестовый контроль
4	Тема IV. Основы здорового образа и стиля жизни в условиях обучения в вузах технического профиля.		6			10	тестовый контроль
5	Тема V. Особенности занятий избранным видом спорта или оздоровительной системой физических упражнений.		6			10	тестовый контроль
6	Тема VI. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов (ППФП) для будущих специалистов горнодобывающих и обрабатывающих отраслей промышленности. ППФП студентов для избранной специальности.		6			12	тестовый контроль
	ИТОГО		10			62	Зачет

### Теоретический раздел

Формирует мировоззрение студентов в области физической культуры. Он состоит из обязательного минимума лекционного материала, который распределяется на весь период обучения.

Теоретические занятия проводятся в виде лекций перед каждым этапом обучения, в виде вводных бесед перед каждым занятием самостоятельных занятий по рекомендуемой литературе и подготовлен кафедрой публикациям.

Содержание каждой обязательной лекции включает в себя основные понятия и термины, ведущие научные идеи, основные закономерности, раскрывающие сущность явлений физической культуры, рекомендации по использованию полученных знаний в занятиях физкультурой и спортом.

В каждой лекции, практической и лабораторной работе кафедра физической культуры предоставляет студентам список рекомендуемой литературы и контрольные вопросы.

### Критерии и показатели оценивания сформированности компетенций в процесс освоения разделов дисциплины

Разделы, темы дисциплины	Формируемая (ые) компетенция (ии)	Критерии и показатели оценивания компетенций			Формы контроля уровня сформированности компетенций
		знать:	уметь:	владеть:	
1.	ОК-8	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	навыками поддержания здорового образа жизни	тестовый
2.	ОК-8	основы здорового образа жизни	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	навыками поддержания здорового образа жизни	тестовый
3.	ОК-8	основы здорового образа жизни	самостоятельно поддерживать собственную общую и специальную физическую подготовку	навыками самоконтроля за состоянием здоровья	тестовый
4.	ОК-8	способы самоконтроля за состоянием здоровья	самостоятельно поддерживать собственную	навыками самоконтроля за состоянием	тестовый

			общую и специальную физическую подготовку	здоровья	
5.	ОК-8	способы самоконтроля за состоянием здоровья	применять навыки профессионально-прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности	навыками профессионально-прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности	тестовый
6.	ОК-8	способы самоконтроля за состоянием здоровья	применять навыки профессионально-прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности	навыками профессионально-прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности	тестовый

### 5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В учебном процессе по дисциплине «Физическая культура и спорт» используются следующие образовательные технологии:

1. Информационная лекция;
2. Практические занятия;
4. Самостоятельная работа

### 6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ И ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 6.1. Перечень оценочных средств для текущего контроля успеваемости

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Умения:</b>	
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	Экспертная оценка в ходе проведения и защиты практического занятия Экспертная оценка практической части задания к зачёту по дисциплине
самостоятельно поддерживать собственную общую и специальную физическую подготовку	
применять навыки профессионально-прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности	

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
применять правомерные действия по силовому пресечению правонарушений, задержанию и сопровождению правонарушителей.	
<b>Знания:</b>	
роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;	Экспертная оценка выполненных самостоятельных работ Экспертная оценка результатов контрольных работ (тестирования)
основы здорового образа жизни;	Экспертная оценка выполненных самостоятельных работ
способы самоконтроля за состоянием здоровья;	Экспертная оценка результатов контрольных работ (тестирования)
<b>Навыки:</b>	
поддержания здорового образа жизни;	Экспертная оценка выполненных самостоятельных работ
самоконтроля за состоянием здоровья;	Экспертная оценка выполненных самостоятельных работ
профессионально-прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности.	Экспертная оценка выполненных самостоятельных работ

По окончании 1 семестра обучения студенты сдают зачет по физической культуре. По спорту. Основными критериями оценки являются результаты тестирования знаний теоретического раздела программы и систематического посещения занятий.

## **6.2. Перечень оценочных средств для итогового контроля успеваемости**

Студенты всех учебных отделений, выполнившие рабочую учебную программу на 1 семестре, сдают зачет по физической культуре. Условием допуска к зачетным упражнениям является регулярность посещения учебных занятий.

Контрольный раздел определяет результативность процесса физического воспитания, используя различные формы аттестации. Итоговый контроль дает возможность выявить уровень сформированности физической культуры студента через комплексную проверку знаний, методических и практических умений, тестирование общей физической подготовленности, спортивно-технической и профессионально-прикладной физической подготовленности.

### **Вопросы к зачёту**

1. Понятие «здоровье» и основные его компоненты
2. Факторы, определяющие здоровье человека.
3. Образ жизни и его составляющие.
4. Разумное чередование труда и отдыха, как компонент ЗОЖ.
5. Рациональное питание и ЗОЖ.
6. Отказ от вредных привычек и соблюдение правил личной и общественной гигиены.
7. Двигательная активность — как компонент ЗОЖ.
8. Выполнение мероприятий по закаливанию организма.



9. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие реализации мероприятий ЗОЖ.
10. Врачебный контроль как обязательная процедура для занимающихся физическими упражнениями.
11. Самоконтроль — необходимая форма контроля человека за физическим состоянием.
12. Методика самоконтроля физического развития.
13. Самостоятельное измерение артериального давления и частоты сердечных сокращений.
14. Проведение функциональных проб для оценки деятельности сердечно-сосудистой системы.
15. Проведение функциональных проб для оценки деятельности дыхательной системы.
16. Самоконтроль уровня развития физических качеств выносливости, силы.
17. Самоконтроль уровня развития физических качеств: быстроты, гиб-
18. кости, ловкости.
19. Ведение дневника самоконтроля.
20. Цель и задачи физического воспитания в вузе.
21. Специфические функции физической культуры.
22. Социальная роль и значение спорта.
23. Этапы становления физической культуры личности студента.
24. Понятия физическая культура, физическое воспитание, физическое развитие, физическое совершенство.
25. Реабилитационная физическая культура, виды, краткая характеристика.
26. Разделы учебной программы дисциплины «Физическая культура».
27. Комплектование учебных отделений студентов для организации и проведения занятий по физическому воспитанию.
28. Преимущества спортивно-ориентированной программы дисциплины «Физическая культура» для студентов.
29. Особенности комплектования студентов с различным характером заболеваний в специальном учебном отделении.
30. Зачетные требования по учебной дисциплине «Физическая культура».
31. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта.
32. Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся система.
33. Структурная единица живого организма. Виды тканей организма и их функциональная роль.
34. Костно-мышечная система, виды мышц.
35. Механизм мышечного сокращения.
36. Кровь как физиологическая система.
37. Функциональное строение сердца, большой и малый круг кровообращения.
38. Сердечно-сосудистая система и основные показатели её деятельности.
39. Дыхательные пути, механизм дыхания.
40. Функциональные показатели дыхательной системы (ЖЕЛ, МОД, ДО).
41. Основные структурные элементы нервной системы.
42. Функции головного и спинного мозга.
43. Симпатическая и парасимпатическая нервными системы.
44. Эндокринная и сенсорная системы.
45. Изменение в системах крови, кровообращения при мышечной работе.
46. Изменение в системах дыхания при мышечной работе.
47. Изменение в системах пищеварения и выделения при мышечной работе.
48. Формирование двигательного навыка.
49. Устойчивость организма к воздействию неблагоприятных факторов.
50. Мотивация и направленность самостоятельных занятий.
51. Утренняя гигиеническая гимнастика.

52. Физические упражнения в течение учебного дня: физкультминутки, физкультпаузы.
53. Самостоятельные тренировочные занятия: структура, требования к организации и проведению.
54. Мотивация выбора видов спорта или систем физических упражнений.
55. Самостоятельные занятия оздоровительным бегом.
56. Самостоятельные занятия атлетической гимнастикой.
57. Особенности самостоятельных занятий женщин.
58. Мотивация и направленность самостоятельных занятий. Утренняя гигиеническая гимнастика.
59. Физические упражнения в течение учебного дня: физкультминутки, физкультпаузы.
60. Самостоятельные тренировочные занятия: структура, требования к организации и проведению.
61. Мотивация выбора видов спорта или систем физических упражнений.
62. Самостоятельные занятия оздоровительным бегом.
63. Самостоятельные занятия атлетической гимнастикой.
64. Особенности самостоятельных занятий женщин.
65. Роль физической культуры в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста.
66. Производственная физическая культура, ее цели и задачи.
67. Методические основы производственной физической культуры.
68. Производственная физическая культура в рабочее время.
69. Физическая культура и спорт в свободное время.
70. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
71. Понятие ППФП, её цель, задачи.
72. Прикладные знания, умения и навыки.
73. Прикладные психические качества.
74. Прикладные специальные качества.
75. Факторы, определяющие содержание ППФП: формы труда, условия труда.
76. Факторы, определяющие содержание ППФП: характер труда, режим труда и отдыха.
77. Дополнительные факторы, определяющие содержание ППФП.
78. Средства ППФП.
79. Организация и формы ППФП в вузе.
80. Понятия общей и специальной физической подготовки.
81. Отличия понятий спортивная подготовка и спортивная тренировка.
82. Стороны подготовки спортсмена.
83. Средства спортивной подготовки.
84. Структура отдельного тренировочного занятия.
85. Роль разминки в тренировочном процессе.
86. Понятие «физическая нагрузка», эффект ее воздействия на организм.
87. Внешние признаки утомления.
88. Виды и параметры физических нагрузок.
89. Интенсивность физических нагрузок.
90. Психофизиологическая характеристика умственной деятельности.
91. Работоспособность: понятие, факторы, периоды
92. Физические упражнения в течение учебного дня для поддержания работоспособности.
93. Бег как самое эффективное средство восстановления и повышения работоспособности.
94. Плавание и работоспособность.
95. Методические принципы физического воспитания, сущность и значение.
96. Принципы сознательности и активности, наглядности в процессе физического воспитания.

97. Принципы доступности и индивидуализации, систематичности и динамичности.
98. Средства физической культуры.
99. Общепедагогические методы физического воспитания.
100. Методы обучения технике двигательного действия.
101. Этапы обучения двигательного действия.
102. Методы развития физических качеств: равномерный, повторный, интервальный.
103. Метод круговой тренировки, игровой и соревновательный методы.
104. Сила как физическое качество, общая характеристика силовых упражнений.
105. Методы развития силы.
106. Выносливость — виды выносливости, особенности развития выносливости.
107. Развитие физических качеств: быстроты, гибкости, ловкости.
108. Понятие «спорт». Его принципиальное отличие от других видов занятий физическими упражнениями.
109. Награды массового физкультурного движения Фэйр Плэй.
110. Массовый спорт: понятие, цель, задачи.
111. Спорт высших достижений: понятие, цель, задачи.
112. Студенческий спорт, его организационные особенности.
113. Студенческие спортивные соревнования.
114. Студенческие спортивные организации.

## 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Основная литература:

- Ильинич В.И. Студенческий спорт и жизнь. – Москва: Аспект Пресс, 1995. – 144с. (4 экз.)
- Рейзин, В. М. Физическая культура в жизни студента / В. М. Рейзин, А. С. Ищенко; ред. А. А. Логинов. - Минск: Вышэйшая школа, 1986. - 175 с.: табл. - Библиогр.: с. 173. (1 экз.)
- Физическая культура студента: учебник / под ред. В. И. Ильинича. - Москва: Гардарики, 2004. - 448 с. (1 экз.)
- В составе электронно-библиотечной системы «IPRbooks»:**
- Ахметов А.М. Теоретический курс по дисциплине «Физическая культура» [Электронный ресурс]: лекции/ Ахметов А.М.— Электрон.текстовые данные.— Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2013.— 213 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/30219.html> .— ЭБС «IPRbooks»
- Физиологические технологии повышения работоспособности в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие/ — Электрон.текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014.— 110 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64984.html> .— ЭБС «IPRbooks»
- Бабушкин Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Бабушкин Г.Д.— Электрон.текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012.— 328 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65060.html> .— ЭБС «IPRbooks»
- Витун В.Г. Повышение адаптационных возможностей студентов средствами физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Витун В.Г., Витун Е.В.— Электрон.текстовые данные.— Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015.— 103 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/54139.html> .— ЭБС «IPRbooks»
- Воспитание силы и быстроты [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Л.А. Арэнд [и др.].— Электрон.текстовые данные.— Воронеж: Воронежский государственный



архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2013.— 177 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22651.html> .— ЭБС «IPRbooks»

Кохан Т.А. Самостоятельные занятия физической культурой [Электронный ресурс]: методические указания/ Кохан Т.А., Царегородцева Л.Д.— Электрон.текстовые данные.— М.: Московский государственный технический университет имени Н.Э. Баумана, 2011.— 37 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/31239.html> .— ЭБС «IPRbooks»

#### Дополнительная литература:

Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. – Москва: Физкультура и спорт, 1987. – 64 с. (4 экз.)

Дильман В.Д. Большие биологические часы. – Москва: Знание, 1986. – 256 с.: ил. (1 экз.)

Наседкин, В.А. Спортивный феномен горняков: научно-популярная литература / Уральский государственный горный университет. - Екатеринбург: УГГУ, 2004. - 152 с.: ил. (2 экз.)

#### В составе электронно-библиотечной системы «IPRbooks»:

Ахметов А.М. Лыжная подготовка студентов в вузе [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Ахметов А.М.— Электрон.текстовые данные.— Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2016.— 119 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64631.html> .— ЭБС «IPRbooks»

Баранов В.В. Гиревой спорт как средство профессионально-прикладной физической подготовки студентов [Электронный ресурс]: методические указания/ Баранов В.В.— Электрон.текстовые данные.— Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2005.— 42 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/50096.html> .— ЭБС «IPRbooks»

Гарник В.С. Самбо [Электронный ресурс]: методика учебно-тренировочных и самостоятельных занятий. Учебное пособие/ Гарник В.С.— Электрон.текстовые данные.— М.: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2012.— 191 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/20028.html> .— ЭБС «IPRbooks»

Зелинский Ф.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вуза [Электронный ресурс]: методические рекомендации по теме курса «Физическая культура» для студентов вузов культуры и искусств/ Зелинский Ф.И.— Электрон.текстовые данные.— Челябинск: Челябинский государственный институт культуры, 2005.— 29 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/56488.html> .— ЭБС «IPRbooks»

Мартынова Г.Я. Организация и проведение самостоятельных занятий по физическому воспитанию студентов специальных медицинских групп [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие по теме курса «Физическая культура» для студентов всех специальностей/ Мартынова Г.Я.— Электрон.текстовые данные.— Челябинск: Челябинский государственный институт культуры, 2007.— 53 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/56462.html> .— ЭБС «IPRbooks»

Родин А.В. Баскетбол в университете. Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Родин А.В., Губа Д.В.— Электрон.текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2009.— 168 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9873.html> .— ЭБС «IPRbooks»

Савельева О.Ю. Плавание. Самостоятельные занятия [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов факультетов физической культуры/ Савельева О.Ю.— Электрон.текстовые данные.— М.: Московский городской педагогический университет, 2010.— 116 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/26556.html> .— ЭБС «IPRbooks»

Семейкин А.И. Скоростно-силовая подготовка лыжников-гонщиков [Электронный ресурс]/ Семейкин А.И., Салова Ю.П.— Электрон.текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2007.— 46 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65024.html> .— ЭБС «IPRbooks»

Фетищев Н.И. Лыжная подготовка студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Фетищев Н.И., Вальков В.Б., Николаев В.А.— Электрон.текстовые данные.— Кемерово: Кемеровская государственная медицинская академия, 2008.— 80 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/6148.html> .— ЭБС «IPRbooks»

## 8.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия спортивного зала, открытого стадиона и парковой зоны для занятий на открытом воздухе и зимними видами спорта, крытого стадиона, стрелкового тира.

Технические средства обучения:

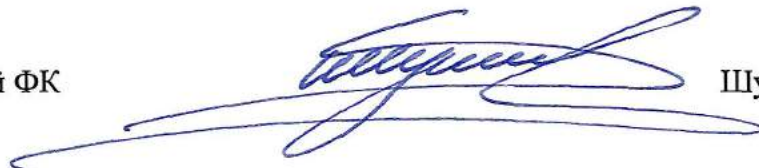
- интерактивная доска с лицензионным программным обеспечением;
- ноутбук;
- мультимедийный процессор.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 38.03.01 «Экономика».

Автор: Шулиманов Дмитрий Фёдорович, ст. преп. каф. ФК.

Программа одобрена на заседании кафедры физической культуры. Протокол № 14 от 13 марта 2017 г.

Зав. кафедрой ФК



Шулиманов Д.Ф.

Программа согласована с кафедрами Фик, БУА, МЭ.

Заведующая кафедрой Фик



доц. Михайлюк О. Н.

Заведующая кафедрой БУА



доц. Шатковская Е. Г.

Заведующая кафедрой МЭ



доц. Власова Е. Я.

Программа одобрена Методической комиссией Института мировой экономики.

Председатель комиссии



доц. Мочалова Л.А.