



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### **2.1.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка**

Шифр и наименование группы научных специальностей: 5.8 Педагогика

**Шифр и наименование научной специальности: 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка**

Форма обучения: очная

Институт: физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Кафедра: теории и методики физического воспитания

Трудоёмкость в ЗЕТ - 4

Трудоёмкость в часах – 144

Разработчик: кандидат педагогических наук, доцент Семянникова В.В.

## **Общие положения**

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и профессиональная физическая подготовка» разработана в соответствии с федеральными государственными требованиями, утвержденными приказом Министерства образования и науки высшего образования Российской Федерации от 20 октября 2021 г. № 951.

### **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Цель дисциплины:** обеспечить теоретическое осмысление у основ физической культуры и профессиональной физической подготовки и формировать умения практической реализации её теоретико-методических положений в профессиональной деятельности. Сформировать комплексное представление о профессиональной деятельности и о собственной ответственности за ее результаты, умение практической реализации педагогических положений физической культуры и профессиональной физической подготовке в профессиональной деятельности.

**Задачи изучения дисциплины:**

- сформировать систему знаний о сущности, специфике, содержании и методах физической культуры и профессиональной физической подготовке;
- преобразовать педагогические знания, умения и навыки в компоненты технологии учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса, по физической культуре и профессиональной физической подготовке.
- ознакомление с методами развития профессионального мышления и усвоение теоретических основ проектирования, организации и осуществления современного тренировочного процесса, диагностики его хода и результатов.

### **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ АСПИРАНТУРЫ**

Дисциплина относится к образовательному компоненту программы подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре

### **3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

По окончании изучения дисциплины аспиранты должны:

знать: уметь: владеть:

### **4. СТРУКТУРА, ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **4.1. Объем дисциплины и виды учебной работы**

Объем дисциплины «Физическая культура и профессиональная физическая подготовка»:

Курс: 2

Семестр: 3,4

Лекций: 36

Практических (семинарских) занятий: 36

Экзамен: 9

Самостоятельная работа: 63

Всего часов: 144

Трудоемкость: 4 зачетных единиц.

#### 4.2. Разделы дисциплины и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, академ. часы			
		Всего часов	аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	практические (лабораторные)	
1	Раздел 1. Теория и методика физического воспитания	66	18	18	30
2	Тема 1. Средства и методы, используемые для формирования физической культуры человека	22	6	6	10
3	Тема 2. Физическая культура в системе дошкольного, общего среднего, специального и высшего образования	22	6	6	10
4	Тема 3. Общие закономерности развития физических способностей и формирования двигательных навыков	22	6	6	10
5	Раздел 2. Профессиональная физическая подготовка	69	18	18	33
6	Тема 1. Общая теория спортивной подготовки	23	6	6	11
7	Тема 2. Теория и методика подготовки юных спортсменов	24	6	6	12

<b>8</b>	Тема 3. Теория и методика подготовки спортсменов высшей квалификации	22	6	6	10
	Промежуточная аттестация	9			
<b>ИТОГО:</b>		<b>144</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	<b>63</b>

## 5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

5.1. Текущий контроль по дисциплине осуществляется в форме тестирования.

### *Типовой вариант тестирования*

А 1. Мотивы начальной стадии спортивной деятельности характеризуются:

- формированием и развитием под знаком расширения отношений личности к команде, тренеру, самому себе, конкретному виду спорта;
- динамикой включения человека в новый двигательный режим, адаптацию к физическим нагрузкам и специфике отношений в спортивной группе;
- подчинением достижению успеха в спорте.

А 2. Мотивы стадии высшего спортивного мастерства характеризуются:

- формированием и развитием под знаком расширения отношений личности к команде, тренеру, самому себе, конкретному виду спорта;
- динамикой включения человека в новый двигательный режим, адаптацию к физическим нагрузкам и специфике отношений в спортивной группе;
- подчинением достижению успеха в спорте.

А 3. Мотивы стадии специализации характеризуются:

- формированием и развитием под знаком расширения отношений личности к команде, тренеру, самому себе, конкретному виду спорта;
- динамикой включения человека в новый двигательный режим, адаптацию к физическим нагрузкам и специфике отношений в спортивной группе;
- подчинением достижению успеха в спорте.

А 4. Задачи нравственного воспитания спортсмена состоят в том, чтобы:

- формирование нравственного сознания, воспитание моральных чувств, формирование нравственного опыта, развитие навыков общественно оправданного поведения;
- обогащение специальными знаниями в области спорта, систематическое расширение и углубление их, развитие познавательных способностей, качеств ума;
- формировать эстетически зрелое стремление к физическому совершенству; формировать эстетику поведения и межличностных отношений в физкультурной, спортивной деятельности;

- формирование мотивационных, интеллектуальных и нравственных основ, которые обеспечат волевые проявления применительно к требованиям физкультурной, спортивной деятельности.

А.5. Задачи эстетического воспитания спортсмена состоят в том, чтобы:

- формирование нравственного сознания, воспитание моральных чувств, формирование нравственного опыта, развитие навыков общественно оправданного поведения;
- обогащение специальными знаниями в области спорта, систематическое расширение и углубление их, развитие познавательных способностей, качеств ума;
- формировать эстетически зрелое стремление к физическому совершенству; формировать эстетику поведения и межличностных отношений в физкультурной, спортивной деятельности;
- формирование мотивационных, интеллектуальных и нравственных основ, которые обеспечат волевые проявления применительно к требованиям физкультурной, спортивной деятельности.

А 6. Задачи интеллектуального воспитания спортсмена состоят в том, чтобы:

- формирование нравственного сознания, воспитание моральных чувств, формирование нравственного опыта, развитие навыков общественно оправданного поведения;
- обогащение специальными знаниями в области спорта, систематическое расширение и углубление их, развитие познавательных способностей, качеств ума;
- формировать эстетически зрелое стремление к физическому совершенству; формировать эстетику поведения и межличностных отношений в физкультурной, спортивной деятельности;
- формирование мотивационных, интеллектуальных и нравственных основ, которые обеспечат волевые проявления применительно к требованиям физкультурной, спортивной деятельности.

А 7. Задачи воспитания воли у спортсмена состоят в том, чтобы:

- формирование нравственного сознания, воспитание моральных чувств, формирование нравственного опыта, развитие навыков общественно оправданного поведения;
- обогащение специальными знаниями в области спорта, систематическое расширение и углубление их, развитие познавательных способностей, качеств ума;
- формировать эстетически зрелое стремление к физическому совершенству; формировать эстетику поведения и межличностных отношений в физкультурной, спортивной деятельности;
- формирование мотивационных, интеллектуальных и нравственных основ, которые обеспечат волевые проявления применительно к требованиям физкультурной, спортивной деятельности.

А 8. Физическая подготовка - это:

- упражнения, вызывающие утомление, усталость;

- педагогический процесс, направленный на совершенствование физических качеств и достижение максимального спортивного результата;
- выполнение специфических двигательных действий;
- целенаправленное совершенствование психических процессов.

А 9. Проявления какого качества на уровне «большого» спорта неразрывно связано с выполнением специфических двигательных действий, а, следовательно, в первую очередь с технической подготовкой:

- ловкость;
- выносливость;
- сила;
- быстрота.

А 10. Совершенствование, какого физического качества происходит в процессе в процессе упражнений, вызывающих утомление, усталость:

- ловкость;
- выносливость;
- сила;
- быстрота.

Ключ к тесту:

Часть А

№ вопроса	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10
Ответ	2	3	1	1	3	2	4	2	1	2

5.2. Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в 3 семестре в форме зачета.

### **Перечень вопросов к зачету (3 семестр)**

1. «Теория физической культуры» как наука и учебная дисциплина. Понятия: «Физическая культура», «Физическое воспитание», «Спорт», «Физическая рекреация», «Физическая реабилитация», «Физическое развитие», «Физическое совершенствование», «Физическая подготовленность».
2. Цель, задачи и общие принципы системы физической культуры, их сущность и основные аспекты реализации на практике.
3. Основы и основные направления российской системы физической культуры.
4. Основные и дополнительные средства физического воспитания, их классификационная характеристика.
5. Физические упражнения - основное средство физического воспитания. Классификации физических упражнений.
6. Техника физических упражнений (понятие «Спортивная техника», виды,

основа, ведущее звено, детали и фазы техники). Педагогические критерии техники.

7.Характеристики техники физических упражнений: количественные (пространственные, пространственно-временные, временные и динамические) и качественные.

8.Классификация методов физического воспитания. Требования к выбору методов.

9.Методы обучения двигательным действиям (методы целостного и расчлененного упражнения, метод сопряженного воздействия), их назначение и особенности применения.

10.Методы преимущественного воспитания физических способностей (виды, назначение, содержание, методические особенности).

11.Методы частично регламентированного упражнения (игровой и соревновательный), их назначение и особенности использования.

12.Методы слова, особенности их использования в процессе обучения.

13.Методы обеспечения наглядности, особенности их использования в процессе обучения.

14.Общеметодические принципы: а) сознательности и активности, б) наглядности, в) доступности и индивидуализации. Их характеристика и пути реализации в учебном процессе.

15.Специфические принципы: а) непрерывности, б) постепенности; в) циклического построения системы занятий, г) возрастной адекватности направлений педагогических воздействий. Общая характеристика и пути их реализации в процессе обучения.

16.Двигательные действия как предмет обучения в физическом воспитании. Понятия: «Двигательное умение», «Двигательный навык» и их характеристика.

17.Закономерности формирования двигательных умений и навыков. Структура процесса обучения двигательным действиям.

18.Этап начального обучения двигательному действию: задачи, средства и методы. Двигательные ошибки при обучении и пути их исправления.

19. Этап углубленного обучения двигательному действию: задачи, средства и методы.

20.Этап совершенствования двигательного действия: задачи, средства и методы.

21.Характеристика физических способностей (понятие, классификация, закономерности воспитания).

22.Силовые способности (понятие «Силовые способности», виды силовых способностей; факторы, влияющие на их проявление и воспитание). Средства и методы воспитания силовых способностей. Способы контроля.

23.Скоростные способности (понятие «Скоростные способности», формы проявления; факторы, влияющие на их проявление и воспитание). Средства и методы воспитания скоростных способностей. Способы контроля.

24.Выносливость (понятие «Выносливость», виды выносливости; факторы, влияющие на проявление и воспитание выносливости). Средства и методы

воспитания выносливости. Критерии и способы оценки выносливости.

25.Координационные способности (понятие «Координационные способности»; основные группы координационных способностей; факторы, влияющие на их проявление и воспитание). Средства и методы воспитания координационных способностей. Критерии и способы оценки координационных способностей.

26.Гибкость (понятие «Гибкость»; виды гибкости; факторы, влияющие на ее проявление и воспитание). Средства и методы воспитания гибкости. Критерии и способы оценки гибкости.

27.Осанка (понятие «Правильная осанка»; признаки правильной осанки; причины и виды нарушений осанки). Характеристика средств и методических правил формирования и коррекции осанки. Сенситивные периоды в формировании осанки. Критерии и способы контроля над осанкой.

28.Формы организации занятий физическими упражнениями, их классификация и характерные особенности.

29.Значение, задачи, основные средства физической культуры детей раннего и дошкольного возраста.

30.Формы организации и методика проведения физкультурных занятий с детьми дошкольного возраста.

#### **Перечень вопросов к экзамену (4 семестр)**

1. Теория и методика физической культуры и спорта в системе профессионального физкультурного образования. Проблемы модернизации системы физкультурного образования.
2. Дать определение «физической культуры». Физическая культура как социальное системно организованное явление, интенсивно развивающееся в структуре культуры общества.
3. Дать определение понятиям: «физическое развитие», «физическое воспитание», «физическое совершенство», «спорт».
4. Формы организации физической культуры в современном обществе.
5. Общекультурные и специфические функции физической культуры.
6. Физическая культура личности как качественное свойство человека, формирующееся в процессе двигательной (физкультурной) деятельности.
7. Дать определение понятиям: «система физического воспитания», «физкультурное движение». Система физического воспитания современного российского общества, общая характеристика.
8. Программно-нормативные, законодательные основы системы физического воспитания.
9. Цель физического воспитания в современном российском обществе.
10. Сущность задач, решаемых в физическом воспитании. Аспекты и формы конкретизации задач.
11. Средства физического воспитания (общая характеристика).
12. Физические упражнения - основное специфическое средство физического воспитания. Содержание и форма физического упражнения.



13. Техника физических упражнений.
14. Классификация физических упражнений.
15. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения.
17. Методы физического воспитания (общая характеристика).
18. Методы строгой регламентации физических упражнений, используемые при обучении двигательным действиям.
19. Методы строгой регламентации физических упражнений, направленные на воспитание двигательных способностей.
20. Методы упражнения в игровой форме (игровой метод).
21. Методы упражнения в соревновательной форме (соревновательный метод).
22. Общепедагогические и другие средства и методы в физическом воспитании.
23. Роль естественно-средовых и гигиенических факторов в физическом воспитании.
24. Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию (общая характеристика).
26. Общеметодические принципы и их основные требования (обобщенная характеристика).
27. Принцип сознательности и активности, его реализация в процессе физического воспитания.
28. Принцип наглядности, его реализация в процессе физического воспитания.
29. Принцип доступности и индивидуализации, реализация положений в практике физического воспитания.
30. Принципы, выражающие специфические закономерности построения физического воспитания (обобщенная характеристика).
31. Принцип непрерывности процесса физического воспитания и системность чередования в нем нагрузок и отдыха, реализация положений в практике физического воспитания.
32. Принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий и адаптивного сбалансирования их динамики, реализация основных положений в практике физического воспитания.
33. Принцип цикличности в построении системы занятий, реализация основных положений в практике физического воспитания.
34. Принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания, реализация исходных установок в практике физического воспитания.
35. Двигательные действия как предмет обучения в физическом воспитании, двигательные умения и навыки.
36. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям. Проблема готовности к обучению.
37. Задачи обучения на этапе начального разучивания двигательного действия, типичные средства и методы, определяющие черты методики.
38. Этап углубленного разучивания двигательного действия, решаемые

задачи, типичные средства и методы, определяющие черты методики.

40. Координационные способности человека. Понятие о ловкости. Средства и определяющие черты методики воспитания координационных способностей.

41. Силовые способности человека. Средства и определяющие черты методики воспитания силовых способностей.

42. Скоростные способности человека. Средства и определяющие черты методики воспитания скоростных способностей. Пути преодоления скоростного «барьера».

43. Выносливость. Типы выносливости. Средства и определяющие черты методики воспитания общей выносливости.

44. Особенности средств и методика воспитания специальной выносливости.

45. Направленное воздействие в процессе физического воспитания на осанку, гибкость. Типичные средства и особенности методики воспитания.

46. Возможности и особенности нравственного, интеллектуального и эстетического воспитания в процессе физического воспитания.

47. Формы построения занятий в физическом воспитании. Урочные и неурочные формы занятий.

48. Структура урока. Основное методическое содержание частей урока и особенности их проведения. Факторы, обуславливающие построение занятия.

49. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании.

50. Значение физического воспитания во всестороннем воспитании детей раннего и дошкольного возраста. Средства физического воспитания, формы построения занятий и определяющие черты методики.

51. Задачи физического воспитания детей школьного возраста. Программно-нормативные основы физического воспитания детей и молодежи школьного возраста.

52. Характеристика школьных программ физического воспитания. Основы планирования учебной работы по физической культуре в школе.

53. Формы физического воспитания в общеобразовательной школе.

54. Урок как основная форма организации занятий по физическому воспитанию школьников. Задачи урока.

55. Методика проведения урока физической культуры с учащимися младшего школьного возраста.

56. Методика проведения урока физической культуры с учащимися среднего школьного возраста.

57. Методика проведения урока физической культуры с учащимися старшего школьного возраста.

58. Педагогический анализ, хронометрирование и пульсометрия как методы определения эффективности урока. Оценка успеваемости учащихся на уроке.

59. Особенности методики обучения движениям в школьные годы.

60. Методика воспитания физических качеств в школьные годы.

61. Особенности занятий со школьниками подготовительной и специальной медицинских групп.

62. Задачи и формы внеклассной работы по физической культуре в общеобразовательной школе.

63. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня общеобразовательной школы.
64. Методика организации и проведения спортивных соревнований в общеобразовательной школе.
65. Организационно-методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями учащихся младшего, среднего и старшего школьного возраста.
66. Профилактика травматизма на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.
67. Цель и задачи физического воспитания студенческой молодежи. Обязательный и факультативный курс физического воспитания в ВУЗе.
68. Особенности построения занятий и методические особенности их проведения со студентами в различных отделениях. Физическая культура в быту студенческой молодежи.
69. Формы использования физической культуры, методические основы построения занятий с людьми старшего и пожилого возраста.
70. Физическая культура в образе жизни девушки и женщины и ее возможности для подготовки к выполнению функций материнства.
71. Теоретико-методические основы профессионально-прикладной физической подготовки и военно-прикладных видов спорта.
73. Состязание как основа специфики спорта. Система спортивных состязаний, классификация спортивных соревнований.
74. Современные тенденции развития соревновательной деятельности в видах спорта и основы ее метрологического контроля.
75. Положение о соревнованиях, их подготовка и проведение.
76. Общая характеристика подготовки спортсмена. Основные закономерности и принципы подготовки спортсмена.
77. Система спортивной тренировки. Цели и задачи спортивной тренировки. Основные разделы подготовки спортсмена.
78. Методические основы физической подготовки спортсмена. Особенности специальной физической подготовки в виде спорта.
79. Характеристика средств и методов подготовки спортсмена.
80. Техника и тактика спортивно-соревновательной деятельности.
81. Общая характеристика структуры спортивной тренировки. Методика построения отдельного занятия в виде спорта.
82. Микро- и мезоструктура спортивной тренировки.
83. Особенности построения больших (типа годовых и полугодовых) циклов подготовки. Понятие о спортивной форме.
84. Подготовка спортсмена как многолетний процесс (его основные стадии и этапы).
85. Теоретико-методические основы юношеского спорта. Особенности преломления специфических принципов спортивной тренировки в подготовке детей и молодежи.
86. Теоретико-методические основы спорта высших достижений.
87. Теоретико-методические основы спорта женщин.

88. Теоретико-методические основы рекреативного спорта.
90. Особенности соревновательной деятельности спортсмена в вашем виде спорта. Соревновательная нагрузка в виде спорта. Нагрузка соревновательного упражнения.
91. Особенности средств подготовки и построение тренировочных нагрузок в вашем виде спорта на этапах годичного цикла, в многолетней подготовке.
92. Структура нагрузок в вашем виде спорта, допустимые объемы тренировочных нагрузок.
93. Интегральная подготовленность и основы интегральной подготовки в вашем виде спорта.
94. Контроль физических качеств спортсмена в вашем виде спорта.
95. Контроль соревновательной деятельности в вашем виде спорта.
96. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок в вашем виде спорта.
97. Отбор и ориентация спортсмена в процессе многолетней подготовки.
98. Моделирование в спорте. Модели подготовленности, соревновательной деятельности, морфофункциональные модели, модели тренировочных программ.
99. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в подготовке спортсмена.
100. Соревнования и тренировка в условиях среднегорья и высокогорья, в условиях жаркого и холодного климата.
101. Соревнования и тренировка в связи с изменением географического пояса и погодных условий.
102. Тренажеры в системе спортивной подготовки.
103. Диагностическая и управляющая аппаратура в подготовке спортсмена.
104. Основы оздоровительной физической культуры. Физиологические исследования по оценке эффективности оздоровительной физической культуры.
105. Средства, формы и методы оздоровительной физической культуры.
106. Содержание и методика оздоровительной физической культуры различных слоев населения и возрастных групп.
107. Оптимальные двигательные режимы. Оценка уровня физического состояния занимающихся оздоровительной физической культурой
108. Оздоровительная физическая культура в профилактике различных заболеваний. Медицинское обеспечение занимающихся в физкультурно-оздоровительных группах.
109. Физкультурно-оздоровительные системы и технологии.
110. Физкультурная деятельность с оздоровительно-рекреативной направленностью. Основные виды физической рекреации.
111. Дозирование физических нагрузок при занятиях физическими упражнениями с оздоровительно-рекреативной направленностью.
112. Понятие адаптивной физической культуры. Виды адаптивной физической культуры.
113. Цель, содержание и область применения адаптивной физической

культуры. Программно-нормативные основы АФК.

114. Средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры.

115. Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонением состояния здоровья.

116. Роль адаптивной физической культуры в воспитании и социализации личности детей-инвалидов.

117. Виды адаптивного спорта.

118. Адаптивная физическая реабилитация, восстановление и совершенствование физического, психологического и социального здоровья инвалидов.

119. Использование средовых факторов в физическом и личностном развитии инвалидов.

**Оценочные средства для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине «Физическая культура и профессиональная физическая подготовка».**

***Критерии оценивания для зачета с оценкой.***

Оценка «отлично» - наличие глубоких исчерпывающих знаний (в объеме утвержденной программы дисциплины в соответствии с поставленными программой курса целями и задачами обучения); грамотное и логически стройное изложение материала, усвоение основной и знакомство с дополнительной литературой.

Оценка «хорошо» - наличие твердых и достаточно полных знаний (в объеме утвержденной программы дисциплины в соответствии с целями обучения), правильные действия по применению знаний, умений, владений на практике, четкое изложение материала, допускаются отдельные логические и стилистические погрешности, сдающий усвоил основную литературу, рекомендованную в программе дисциплины;

Оценка «удовлетворительно» - наличие недостаточно полных знаний (в объеме утвержденной программы), изложение материала с отдельными ошибками, правильные в целом действия по применению знаний на практике.

Оценка «неудовлетворительно» - тема реферата не раскрыта, наличие грубых ошибок, непонимание сущности излагаемого вопроса, неумение применять знания на практике.

***Критерии оценивания для кандидатского экзамена.***

Содержание и структура кандидатского экзамена и критерии оценивания определены в Программе кандидатского экзамена по специальности.

## **6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **6.1. Основная литература**

1.Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» (утв.

Президентом РФ 4.02.2010 Пр-271) [Электронный ресурс]// Российское образование: федеральный портал. - Режим доступа: <http://www.edu.ru>.

Об образовании в Российской Федерации [Текст]: федер. закон [принят Гос. Думой 29 декабря 2012 г.]//Российская газета. – 2012. - Федеральный выпуск № 5976 от 31.12.12.

2. ФГОС основного общего образования [Электронный ресурс]// Федеральные государственные образовательные стандарты. – Режим доступа: <http://standart.edu.ru>.

ФГОС среднего (полного) общего образования [Электронный ресурс]// Федеральные государственные образовательные стандарты. – Режим доступа: <http://standart.edu.ru>.

3.Барчуков И.С., Нестеров А.А. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений /И.С.Барчуков, А.А.Нестеров; под общ. ред. Н.Н.Маликова. – М.: «Академия», 2014. – 528 с.

4. Максименко, А.М. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов физической культуры /А.М.Максименко. – М.: Физическая культура, 2011. – 496 с.

5. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: Учеб. пособ. для студ. высших пед. уч. завед. / Ю.Д.Железняк, В.А.Кашкаров, И.П.Кравцевич и др.; Под ред. Ю.Д.Железняка, - М.: «Академия», 2012. -384 с.

6. Теория и методика физической культуры: Учебник /Под ред. Ю.Ф.Курамшина. – М.: Советский спорт, 2013 – 464 с.

6. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Академия, 2013. – 480 с.

## **6.2. Дополнительная литература**

1. Выдрин В.М. Современные проблемы теории физической культуры как вида культуры: Учебное пособие. – СПб.: СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 2001. – 76с.

2. Курамшин Ю.Ф. Высшие спортивные достижения как объект системного анализа: монография. – СПб.: РГПУ им. А.И.Герцена, 2002. – 148с.

3. Курамшин Ю.Ф. Методы обучения двигательным действиям и развитие физических качеств: теория и технология применения / СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта. – СПб, 1998. – 76с.

4. Матвеев Л.П. Общая теория спорта. Учебная книга для завершающих уровней высшего физкультурного образования. – М.: 4-й филиал Воениздата, 1997. – 304с.

5. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учебник для институтов физической культуры. – М.: ФиС, 1991. – 543с.

6. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в

предмет: учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. 3-е изд. – СПб.: издательство «Лань», 2003. – 160 с.

### **6.3. Электронные образовательные ресурсы**

<b>№ пп</b>	<b>Ссылка на информационный ресурс</b>	<b>Наименование разработки в электронной форме</b>	<b>Доступность</b>
1.	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a>	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы.