Подписан: Шебзухова Татьяна Александровна
Дата: 2021-08-31 10:57:48
Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шебзухова Татьяна Александровна
Должность: Директор Пятигорского института (филиал) Северо-Кавказского федерального университета
Дата подписания: 18.09.2023 12:03:41
Уникальный программный ключ:
d74ce93cd40e39275c3ba2f58486412a1c8ef96f

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Пятигорский институт (филиал) СКФУ

**УТВЕРЖДАЮ**
Директор Пятигорского института (филиал) СКФУ
_____ Т.А. Шебзухова
«__» _____ 20__ г.

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту

(ЭЛЕКТРОННЫЙ ДОКУМЕНТ)

| | |
|---|---|
| Направление подготовки | 38.03.02 Менеджмент |
| Направленность (профиль) | Управление бизнесом |
| Квалификация выпускника | Бакалавр |
| Форма обучения | Очно-заочная |
| Год начала обучения | 2021 г. |
| Изучается в 1-6 семестрах | |

## 1. Цель и задачи освоения дисциплины

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров с высшим образованием по направлению подготовки: 38.03.02 Менеджмент.

Целью преподавания данной дисциплины является получение разнообразных умений и навыков в использовании многообразных средств физической культуры для поддержания своего здоровья, продления профессионального долголетия.

При проведении занятий решаются следующие воспитательные, образовательные, развивающие и оздоровительные задачи:

- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и свойств личности;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;
- физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре, установки на здоровый образ жизни.

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту» входит в блок 1. Ее освоение происходит в 1-6 семестрах.

## 3. Связь с предшествующими дисциплинами

Дисциплина не имеет связи с предшествующими дисциплинами.

## 4. Связь с последующими дисциплинами

Изучение данной дисциплины связано с изучением дисциплины «Физическая культура и спорт».

## 5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

### 5.1 Наименование компетенций

| Код | Формулировка: |
|---|---|
| УК-7 | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

### 5.2 Знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

| **Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций** | **Формируемые компетенции** |
|---|---|
| **Знать:**<br>– законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте; основные понятия, термины физической культуры;<br>– способы сохранения и укрепления здоровья;<br>– содержание видов физической культуры: базовая - спорт, туризм; профессионально-прикладная; оздоровительно-реабилитационная; спортивно-реабилитационная, фоновые виды – гигиеническая, рекреативная; | УК-7 |

| | |
|---|---|
| – средства физического воспитания для физического совершенствования человека;<br>– методы самоконтроля, содержание методов самоконтроля за физической подготовленностью;<br>– цели и задачи производственной физической культуры, ее организационные основы;<br>– механизмы формирования двигательных умений и навыков;<br>– физические качества, средства и методы их развития;<br>– формы и организацию самостоятельных занятий;<br>– влияние физических упражнений на функциональные системы организма; действие и механизмы закаливания для укрепления здоровья;<br>– научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни. | |
| **Уметь:**<br>– составить долгосрочный план по физическому самосовершенствованию; составить комплекс гигиенической гимнастики;<br>– составить комплекс общеразвивающих упражнений индивидуально и в группе;<br>– составить комплексы производственной гимнастики (до занятий, физкультпауза, физкультминутка, микропауза) с учетом характера производственного труда;<br>– контролировать уровень и интенсивность нагрузки при самостоятельных занятиях физической культурой;<br>– проводить самоконтроль и анализировать полученные результаты; определять оптимальный уровень физической нагрузки по ЧСС и ЧДД. | УК-7 |
| **Владеть:**<br>– технологиями построения программы самостоятельных занятий физическими упражнениями;<br>– методиками оценки функциональной подготовленности и физического развития;<br>– технологиями определения уровня физической подготовленности посредством функциональных проб и физиологических индексов здоровья; технологиями проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда;<br>– технологиями разработки корригирующих комплексов физических упражнений, комплексы упражнений на осанку;<br>– технологиями разработки комплексов физических упражнений для развития физических качеств отдельных групп мышц;<br>– технологиями регулирования психоэмоционального состояния на занятиях физическими упражнениями и во внеаудиторное время;<br>– технологиями проведения закаливающих процедур;<br>– способами оценки и самооценки физического состояния организма. | УК-7 |

## 6. Объем учебной дисциплины/модуля

Объем занятий: Итого 246 ч.

В т.ч. аудиторных 1,5 ч.
Из них:
Практических занятий 1,5 ч.
Самостоятельной работы 244,5 ч.
Зачет 2,4,6 семестр

**7. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов занятий**

**7.1 Тематический план дисциплины**

| № | Раздел (тема) дисциплины | Реализуемые компетенции | Контактная работа обучающихся с преподавателем, часов | | | | Самостоятельная работа, часов |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные работы | Групповые консультации | |
| **1 семестр** | | | | | | | |
| 1 | Тема № 1. Основы здорового образа жизни и его составляющие. | УК – 7 | - | - | - | - | 54 |
| | **Итого за 1 семестр:** | | - | - | - | - | **54** |
| **2 семестр** | | | | | | | |
| 2 | Тема № 2. Средства физической культуры в регулировании работоспособности студента. | УК – 7 | - | - | - | - | 54 |
| | **Итого за 2 семестр:** | | - | - | - | - | **54** |
| **3 семестр** | | | | | | | |
| 3 | Тема № 3. Развитие физических качеств.<br>Тема № 4. Основы обучения движениям. | УК – 7 | - | - | - | - | 54 |
| | **Итого за 3 семестр:** | | - | - | - | - | **54** |
| **4 семестр** | | | | | | | |
| 4 | Тема № 5. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. | УК – 7 | - | - | - | - | 27 |
| | **Итого за 4 семестр:** | | - | - | - | - | **27** |
| **5 семестр** | | | | | | | |
| 5 | Тема № 6. Особенности | УК – 7 | - | - | - | - | 27 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | самостоятельных занятий игровыми видами спорта: баскетболом, волейболом, футболом. | | | | | | |
| | **Итого за 5 семестр:** | | - | - | - | - | **27** |
| **6 семестр** | | | | | | | |
| 6 | Тема № 7. Современные оздоровительные системы. Особенности самостоятельных занятий плаванием, легкой атлетикой, гимнастикой, аэробикой. | УК – 7 | - | - | - | - | 48,5 |
| 7 | Тема № 8. Самоконтроль за физической подготовленностью занимающихся. | УК – 7 | - | 1,5 | - | - | - |
| | **Итого за 6 семестр:** | | - | **1,5** | - | - | **48,5** |
| | **Итого:** | | - | **1,5** | - | - | **244,5** |

**7.2 Наименование и содержание лекций**

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

**7.3 Наименование лабораторных работ**

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

**7.4 Наименование практических занятий**

| **№ Темы** | **Наименование тем дисциплины, их краткое содержание** | **Обьем часов** | **Интерактивная форма проведения** |
|---|---|---|---|
| | **6 семестр** | | |
| | **Тема № 8. Самоконтроль за физической подготовленностью занимающихся** | | |
| 1 | Двигательная подготовленность. Контрольные упражнения для оценки уровня развития силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. Оценка двигательной (физической) подготовленности. | 1,5 | - |
| | **Итого за 6 семестр:** | **1,5** | |
| | **Итого:** | **1,5** | |

**7.5 Технологическая карта самостоятельной работы обучающегося**

| Код реализуемой компетенции | Вид деятельности студентов | Итоговый продукт самостоятельной работы | Средства и технологии оценки | Обьем часов | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | СРС | Контактная работа с преподавателем | Всего |
| **1 семестр** | | | | | | |
| УК - 7 | Самостоятельное изучение литературы по теме № 1 | Ответы на вопросы по темам дисциплины | Собеседование | 48,6 | 5,4 | 54 |
| **Итого за 1 семестр:** | | | | **48,6** | **5,4** | **54** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **2 семестр** | | | | | | |
| УК - 7 | Самостоятельное изучение литературы по теме № 2 | Ответы на вопросы по темам дисциплины | Собеседование | 48,6 | 5,4 | 54 |
| | | | **Итого за 2 семестр:** | **48,6** | **5,4** | **54** |
| **3 семестр** | | | | | | |
| УК - 7 | Самостоятельное изучение литературы по темам № 3-4 | Ответы на вопросы по темам дисциплины | Собеседование | 48,6 | 5,4 | 54 |
| | | | **Итого за 3 семестр:** | **48,6** | **5,4** | **54** |
| **4 семестр** | | | | | | |
| УК - 7 | Самостоятельное изучение литературы по теме № 5 | Ответы на вопросы по темам дисциплины | Собеседование | 24,3 | 2,7 | 27 |
| | | | **Итого за 4 семестр:** | **24,3** | **2,7** | **27** |
| **5 семестр** | | | | | | |
| УК - 7 | Самостоятельное изучение литературы по теме № 6 | Ответы на вопросы по темам дисциплины | Собеседование | 24,3 | 2,7 | 27 |
| | | | **Итого за 5 семестр:** | **24,3** | **2,7** | **27** |
| **6 семестр** | | | | | | |
| УК - 7 | Самостоятельное изучение литературы по теме № 7 | Ответы на вопросы по темам дисциплины | Собеседование | 34,65 | 3,85 | 38,5 |
| | | | **Итого за 6 семестр:** | **34,65** | **3,85** | **38,5** |
| | | | **Итого:** | **220,05** | **24,45** | **244,5** |

**8. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

**8.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОП ВО. Паспорт фонда оценочных средств**

| Код оцениваемой компетенции | Этап формирования компетенции (№ темы) | Средства и технологии оценки | Тип контроля(текущий/промежуточный) | Вид контроля (устный/ письменный) | Наименование оценочного средства |
|---|---|---|---|---|---|
| УК-7 | Темы № 1-7 | Собеседование | Текущий | Устный | Вопросы по темам дисциплины |

**8.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания**

| Уровни сформированности компетенций | Индикаторы | Дескрипторы | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | 2 балла | 3 балла | 4 балла | 5 баллов |
| Базовый | Знать: | Отсутствуют | Знания о | Имеются | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | необходимость физической культуры и здорового образа жизни | знания о необходимости заниматься физической культурой | необходимости физической культуры имеются, но практических навыков нет | знания о физической культуре и здоровье, но навыки реализуются недостаточно | |
| | Уметь: заниматься физической культурой и поддерживать здоровый образ жизни | Отсутствие способности заниматься физической культурой | Демонстрирует понимание значимости физической культуры, но проявляет недостаточные способности к занятиям | Практически занимается укреплением своего здоровья, но недостаточно использует на практике методы физического совершенствования | |
| | Владеть: знаниями и навыками в области физической культуры | Не владеет оценкой значимости физической культуры для профессиональной деятельности | Испытывает затруднения в практических занятиях физической культурой | Выполняет несложные задания по физической культуре | |
| Повышенный | Знать: принципы ведения здорового образа жизни и физического самосовершенствования | | | | Знает, как заниматься физической культурой и спортом, и практические навыки развиты хорошо |
| | Уметь: делать первичные выводы о необходимости и результатах занятий физической культурой | | | | Способен выполнять задания по физической культуре в полном объеме |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | Владеть: самостоятельно заниматься физической культурой и спортом | | | | Полностью способен к ведению здорового образа жизни и физическому самосовершенствованию |

**Описание шкалы оценивания**

Рейтинговая оценка знаний студента не предусмотрена.

**8.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности**

Процедура зачета как отдельное контрольное мероприятие не проводится, оценивание знаний обучающего происходит по результатам текущего контроля.

**8.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Текущая аттестация студентов проводится преподавателями по дисциплине «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту» в следующих формах: собеседование.

В процессе прохождения курса студент обязан:

- осуществлять самоконтроль за состоянием здоровья, физического развития, физической и спортивной подготовкой;
- успешно отвечать на вопросы собеседования;

Аттестацию студент получает, если:

- успешно отвечает на 60% и более по вопросам собеседования.

Аттестацию студент не получает, если:

– отвечает менее чем на 60% по вопросам собеседования.

Критерии оценивания результатов самостоятельной работы: ответы на вопросы по темам дисциплины, приведены в Фонде оценочных средств по дисциплине «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту».

**9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

На первом этапе необходимо ознакомиться с рабочей программой дисциплины, в которой рассмотрены темы и виды самостоятельной работы. По каждому виду самостоятельной работы предусмотрены определенные формы отчетности.

Для успешного освоения дисциплины, необходимо выполнить следующие виды самостоятельной работы, используя рекомендуемые источники информации:

| № п/п | Вид самостоятельной работы | Рекомендуемые источники информации (№ источника) | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Основная | Дополнительная | Методическая | Интернет-ресурсы |
| 1 | Самостоятельное изучение литературы по теме № 1. Основы здорового образа жизни и его составляющие | 1 | 1 | 4,5,11 | 1,2,4 |
| 2 | Самостоятельное изучение литературы по теме № 2. Средства физической культуры в | 1 | 1 | 4,5,6 | 2,3,4 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | регулировании работоспособности студента | | | | |
| 3 | Самостоятельное изучение литературы по теме № 3. Развитие физических качеств | 1 | 1 | 3,4,5,7 | 2,4 |
| 4 | Самостоятельное изучение литературы по теме № 4. Основы обучения движениям | 1 | 1 | 1,3-11 | 2,4 |
| 5 | Самостоятельное изучение литературы по теме № 5. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями | 1 | 1 | 4,5,6,7 | 2,4 |
| 6 | Самостоятельное изучение литературы по теме № 6. Особенности самостоятельных занятий игровыми видами спорта: баскетболом, волейболом, футболом | 1 | 1 | 3,4,7,9 | 2,4 |
| 7 | Самостоятельное изучение литературы по теме № 7. Современные оздоровительные системы. Особенности самостоятельных занятий плаванием, легкой атлетикой, гимнастикой, аэробикой | 1 | 1 | 2,4,7,11 | 3,4 |

**10. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

**10.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

**10.1.1. Перечень основной литературы:**

1. Тычинин Н.В. Элективные курсы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н.В. Тычинин. – Электрон. текстовые данные. – Воронеж: Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2017. – 64 с. – 978-5-00032-250-5. – Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/70821.html

**10.1.2. Перечень дополнительной литературы:**

1. Манжелей, И.В. Физическая культура: компетентностный подход /И.В. Манжелей, Е.А. Симонова. - М.; Берлин: Директ-Медиа, 2015- 183 с.: ил. - ISBN 978-5-4475-5233-6; То же [Электронный ресурс]. URL://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364912

**10.2. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине:**

1. Астахова, М.В., Стрельченко, В.Ф., Крахмалев, Д.П. Волейбол/ М.В. Астахова, В.Ф. Стрельченко, Д.П. Крахмалев. – Пятигорск: СКФУ, 2014. -112 с.

2. Бабченко, А.П., Коваль, Л.Н. Гзирьян, Р.В. Педагогические технологии развития двигательных качеств: учебное пособие [Текст] / А.П. Бабченко, Л.Н. Коваль, Р.В. Гзирьян; (филиал) СКФУ в г. Пятигорске. – Ставрополь: Ставролит, 2016. – 180 с.

3. Голякова, Н.Н. Фитбол-аэробика и степ-аэробика: учебно-методическое пособие для студентов очной и заочной форм обучения всех специальностей и направлений подготовки

[Текст] / Н.Н. Голякова; СКФУ (филиал) в г. Пятигорске. – Ставрополь: Ставролит, 2016. – 92 с.
4. Крахмалев, Д.П., Стрельченко, В.Ф., Ярошенко, Е.В. Плавание: учебно-методическое пособие / Д.П. Крахмалев, В.Ф. Стрельченко, Е.В. Ярошенко – Пятигорск: СКФУ, 2015. – 140 с.
5. Стрельченко, В.Ф., Коваль, Л.Н., Астахова, М.В. Методические рекомендации самостоятельной работы по развитию силы/ В.Ф. Стрельченко, Л.Н. Коваль, М.В. Астахова. – Пятигорск: СКФУ, 2014. – 102 с.
6. Стрельченко, В.Ф., Коваль, Л.Н. Основы самостоятельной работы по развитию двигательных качеств: учебно-методическое пособие / В.Ф. Стрельченко, Л.Н. Коваль – Пятигорск: СКФУ, 2015. – 182 с.
7. Стрельченко, В.Ф., Абрамовский, А.З., Шевченко, А.М. Футбол: учебно-методическое пособие / В.Ф. Стрельченко, А.З. Абрамовский, А.М. Шевченко – Пятигорск: СКФУ, 2017. – 140 с.
8. Стрельченко, В.Ф., Астахова, М.В., Кабиров, В.А. Методические указания по применению соревновательно-игрового метода по дисциплине «Элективный курс по физической культуре и спорту»: учебно-методическое пособие / В.Ф. Стрельченко, М.В. Астахова, В.А. Кабиров – Пятигорск: СКФУ, 2017. – 151 с.
9. Стрельченко, В.Ф., Алексеева, Е.Н., Богданов О.Г. Легкая атлетика: учебно-методическое пособие / В.Ф. Стрельченко, Е.Н. Алексеева, О.Г. Богданов – Пятигорск: СКФУ, 2016. – 287 с.
10. Ярошенко, Е.В., Стрельченко, В.Ф., Кузнецова, Л.А. Баскетбол. 10 ступеней совершенствования. Учебно-методическое пособие / Е.В. Ярошенко, В.Ф. Стрельченко, Л.А. Кузнецова – Пятигорск: СКФУ, 2014. – 101 с.
11. Стрельченко, В.Ф. Ярошенко, Е.В., Журавлева, Ю.И., Кабаев, И.Е. Спринтерский бег. Учебно-методическое пособие / В.Ф. Стрельченко, Е.В. Ярошенко, Ю.И. Журавлева, И.Е. Кабаев, Ставрополь: Ставролит, 2020. – 92 с.

**10.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

1. http://www.biblioclub.ru
2. http://e.lanbook.com
3. http://elibrary.ru
4. http://www.consultant.ru

**11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

Информационные технологии: не используются.

Информационные справочные системы: не используются.

Перечень программного обеспечения и информационных справочных систем: не используются.

**12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает: два спортивных зала, спортивная площадка, стадион с беговыми дорожками и футбольным полем, плавательный бассейн 25 м, тренажерный зал, вспомогательные помещения.

Размеры спортивного зала, расположенного в корпусе 7 строение «Г», составляют 24х12 м. В зале имеется следующее спортивное оборудование: два стационарно установленных баскетбольных щита стандартного размера, три гимнастические лестницы, стационарно установленные волейбольные стойки, гимнастические маты, гимнастические

скамейки, оборудованные теннисные столы, столы для занятий армрестлингом, тренажеры – скамья для пресса, навесные турники, борцовский ковер. Спортивный зал оборудован раздевалками, душевыми, туалетами.

Зал, расположенный в спортивном комплексе, имеет размер 24х12 м. Он оборудован: шестью стационарными стандартными баскетбольными щитами, два из которых – игровые на стальной раме с металлическим обрамлением, цельные (прозрачный акрил), переносной гимнастической перекладиной, съемными воротами для мини-футбола, стационарно установленными стойками для волейбола, гимнастическими скамейками, гимнастическими стенками, гимнастическими матами. Имеются две раздевалки, преподавательская и инвентарная. В залах имеется достаточная инвентарная база: баскетбольные и волейбольные мячи и сетки волейбольные, скакалки, набивные мячи различного веса, обручи, ракетки для бадминтона, теннисные ракетки; коврики, гантели различного веса, степ-платформы, мячи гимнастические для занятий аэробикой.

Спортивное ядро состоит из: легкоатлетических секторов, поля для мини-футбола, гимнастической спортивной площадки, комбинированной игровой площадки для волейбола и баскетбола.

В легкоатлетическое ядро входит 4-х круговые беговые дорожки по 400 м, сектор для метания, сектор для прыжков в длину с разбега.

Гимнастическая площадка оборудована двумя стационарными перекладинами, гимнастическим бревном, уличным комплексным тренажером для развития двигательных качеств: силы мышц сгибателей и разгибателей рук, туловища, спины и ног; параллельные брусья для развития и совершенствования скоростно-силовых координационных способностей и ловкости.

В комбинированную игровую площадку входит площадка для волейбола и баскетбола. Она оснащена стойками для волейбола и баскетбола и баскетбольными щитами из пластика.

Беговые легкоатлетические дорожки, поле для мини-футбола, гимнастическая и игровая площадки покрыты полимерным материалами.

Плавательный бассейн – размером 25х15 м расположен в спортивном комплексе корпуса №7. В бассейне имеются две вышки высотой 5 м и 3 м, пять плавательных дорожек, пять стартовых тумб. Он оснащен новейшим техническим оборудованием: пятиуровневой компьютерной очисткой воды (ультразвуковой, ультрафиолетовый), подводным освещением. На учебно-тренировочных занятиях температурный режим поддерживается от $27^0$ до $29^0$ С. Вспомогательные помещения плавательного бассейна состоят из: двух раздевалок, оборудованных индивидуальными шкафчиками, сушками для волос, зеркалами; туалетных комнат и душевых кабинок. В бассейне имеется достаточная инвентарная база: доски для плавания, калабашки, лопатки для плавания, укороченные ласты.