Подписан: Шебзухова Татьяна Александровна
Дата: 2021-08-31 10:51:14
Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шебзухова Татьяна Александровна
Должность: Директор Пятигорского института (филиал) Северо-Кавказского федерального университета
Дата подписания: 18.09.2025 11:55:37
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
Зам. директора по УР
Пятигорского института (филиал) СКФУ
_____ Мартыненко М.В.
«____» ____ 202_ г.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛИНЫ

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту

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

СОГЛАСОВАНО:
Зав. выпускающей кафедрой ЭМиГУ
_____ И.С. Штапова
«__» _____ 202_ г.

Рассмотрено УМК Пятигорского института (филиал) СКФУ
Протокол №___от «___»_____202_ г.

Председатель УМК Пятигорского института (филиал) СКФУ
_____ А.Б. Нарыжная
«____»_____202_ г.

РАЗРАБОТАНО:
И.о. зав. кафедрой физической культуры
_____ Р.В. Гзирьян
«____» _____ 202_ г.

Доцент кафедры физической культуры
_____ Л.Н. Коваль
«__» _____ 202_ г.

Пятигорск, 202_

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Пятигорский институт (филиал) СКФУ

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по УР
Пятигорского института (филиал) СКФУ
_____ Мартыненко М.В.
«____» ___ 202_ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту

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

СОГЛАСОВАНО:
Зав. выпускающей кафедрой ЭМиГУ
_____ И.С. Штапова
«__» __ 202_ г.

Рассмотрено УМК Пятигорского института (филиал) СКФУ
Протокол №___от «___»_____202_ г.

Председатель УМК Пятигорского института (филиал) СКФУ
_____ А.Б. Нарыжная
«____»_____202_ г.

РАЗРАБОТАНО:
И.о. зав. кафедрой физической культуры
_____ Р.В. Гзирьян
«____» _____ 202_ г.

Доцент кафедры физической культуры
_____ Л.Н. Коваль
«__» _____ 202_ г.

Пятигорск, 202_

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 вариативную часть блока 1. Ее освоение происходит в 1-6 семестрах.

3. Связь с предшествующими дисциплинами

Изучение данной дисциплины базируется на знании дисциплины «Физическая культура и спорт».

4. Связь с последующими дисциплинами

Связи с последующими дисциплинами не имеется.

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: -правила соревнований по баскетболу, волейболу, легкой атлетике, футболу, плаванию; -технику изучаемых двигательных действий; -средства и методы развития физических качеств	УК-7
Уметь:	УК-7

-провести комплекс гигиенической гимнастики; -провести комплекс общеразвивающих упражнений; -направленно использовать средства физической культуры для повышения уровня физической подготовленности; -составить комплекс гигиенической гимнастики; -составить комплекс общеразвивающих упражнений; -проводить самоконтроль и анализировать полученные результаты; -контролировать уровень и интенсивность нагрузки при самостоятельных занятиях физической культурой	
Владеть: -технологиями определения уровня физической подготовленности при помощи тестов; -техникой бега на короткие, средние и длинные дистанции; -техникой оздоровительной ходьбы, бега, прыжка в длину; -техникой прикладных упражнений – лазаньем, перелазаньем, упражнениями в равновесии; -техникой плавания различными способами плаваниями; -техникой и тактикой двусторонней игры в баскетбол; -техникой и тактикой двусторонней игры в волейбол; -техникой и тактикой двусторонней игры в футбол; -технологиями мышечной релаксации; -технологиями регулирования психоэмоционального состояния на занятиях физическими упражнениями; -способами сохранения, укрепления здоровья, способами оценки и самооценки физического состояния организма; -технологиями построения самостоятельных занятий физическими упражнениями; -технологиями проведения закаливающих процедур; -технологиями разработки комплексов физических упражнений для развития двигательных способностей; -технологиями разработки корригирующих комплексов физических упражнений (комплексы упражнений на осанку).	УК-7

6. Объем учебной дисциплины/модуля

Объем занятий: Итого	246	ч.
В т.ч. аудиторных	156	ч.
Практических занятий	156	ч.
Самостоятельной работы	90	ч.

Зачет 2,4,6 семестры

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. Легкая атлетика	УК-7	-	1,5	-	-	-
2	Тема № 2. Легкая атлетика	УК-7	-	1,5	-	-	-
3	Тема № 3. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
4	Тема № 4. Легкая атлетика	УК-7	-	1,5	-	-	-
5	Тема № 5. Легкая атлетика	УК-7	-	1,5	-	-	-
6	Тема № 6. Легкая атлетика	УК-7	-	1,5	-	-	-
7	Тема № 7. Легкая атлетика	УК-7	-	1,5	-	-	-
8	Тема № 8. Легкая атлетика	УК-7	-	1,5	-	-	-
9	Тема № 9. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
10	Тема № 10. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
11	Тема № 11. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
12	Тема № 12. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
13	Тема № 13. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
14	Тема № 14. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
15	Тема № 15. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
16	Тема № 16. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
17	Тема № 17. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
18	Тема № 18. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
	Итого за 1 семестр:		-	**27**	-	-	-
	2 семестр						
19	Тема № 19. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
20	Тема № 20. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
21	Тема № 21. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
22	Тема № 22. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
23	Тема № 23. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
24	Тема № 24. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
25	Тема № 25. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
26	Тема № 26. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
27	Тема № 27. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
28	Тема № 28. Легкая атлетика.	УК-7	-	1,5	-	-	-

	Гимнастика						
29	Тема № 29. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
30	Тема № 30. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
31	Тема № 31. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
32	Тема № 32. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
33	Тема № 33. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
34	Тема № 34. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
35	Тема № 35. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
	Итого за 2 семестр:		-	**24**	-	-	-
	3 семестр						
36	Тема № 36. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
37	Тема № 37. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
38	Тема № 38. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
39	Тема № 39. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
40	Тема № 40. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
41	Тема № 41. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
42	Тема № 42. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
43	Тема № 43. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
44	Тема № 44. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
45	Тема № 45. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
46	Тема № 46. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
47	Тема № 47. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
48	Тема № 48. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
49	Тема № 49. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
50	Тема № 50. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
51	Тема № 51. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
52	Тема № 52. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
53	Тема № 53. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	УК-7	-	-	-	-	13,5
	Итого за 3 семестр:		-	**27**	-	-	**13,5**
	4 семестр						
54	Тема № 54. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
55	Тема № 55. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
56	Тема № 56. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
57	Тема № 57. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
58	Тема № 58. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
59	Тема № 59. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
60	Тема № 60. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
61	Тема № 61. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-

62	Тема № 62. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
63	Тема № 63. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
64	Тема № 64. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
65	Тема № 65. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
66	Тема № 66. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
67	Тема № 67. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
68	Тема № 68. Плавание	УК-7	-	1,5	-	-	-
69	Тема № 69. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
70	Тема 70. Особенности самостоятельных занятий игровыми видами спорта: баскетболом, волейболом, футболом	УК-7	-	-	-	-	12
	Итого за 4 семестр:		-	**24**	-	-	**12**
5 семестр							
71	Тема № 71. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
72	Тема № 72. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
73	Тема № 73. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
74	Тема № 74. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
75	Тема № 75. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
76	Тема № 76. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
77	Тема № 77. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
78	Тема № 78. Легкая атлетика.	УК-7	-	1,5	-	-	-
79	Тема № 79. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
80	Тема № 80. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
81	Тема № 81. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
82	Тема № 82. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
83	Тема № 83. Легкая атлетика	УК-7	-	1,5	-	-	-
84	Тема № 84. Легкая атлетика	УК-7	-	1,5	-	-	-
85	Тема № 85. Легкая атлетика. Гимнастика	УК-7	-	1,5	-	-	-
86	Тема № 86. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	- -
87	Тема № 87. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
88	Тема № 88. Баскетбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
89	Тема № 89. Особенности самостоятельных занятий плаванием, легкой атлетикой, гимнастикой, аэробикой	УК-7	-	-	-	-	32,25

	Итого за 5 семестр:		-	**27**	-	-	**13,5**
6 семестр							
90	Тема № 90. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
91	Тема № 91. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
92	Тема № 92. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
93	Тема № 93. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
94	Тема № 94. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
95	Тема № 95. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
96	Тема № 96. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
97	Тема № 97. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
98	Тема № 98. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
99	Тема № 99. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
100	Тема № 100. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
101	Тема № 101. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
102	Тема № 102. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
103	Тема № 103. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
104	Тема № 104. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
105	Тема № 105. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
106	Тема № 106. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
107	Тема № 107. Волейбол	УК-7	-	1,5	-	-	-
108	Тема № 108. Самоконтроль за физической подготовленностью занимающихся	УК-7	-	-	-	-	51
	Итого за 6 семестр:			**27**			**51**
	Итого:			**156**			**90**

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**
	1 семестр		
	Тема 1. Легкая атлетика		
1	Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Низкий и высокий старт по командам, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 2. Легкая атлетика		
2	Низкий и высокий старт по командам, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Бег 60 м. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 3. Легкая атлетика. Гимнастика		
3	Низкий и высокий старт по командам, стартовый разгон,	1,5	-

	бег по дистанции, финиширование. Поднимание ног до угла 90^0 из положения лежа на спине, руки вдоль туловища. Игра в настольный теннис.		
	Тема 4. Легкая атлетика		
4	Бег на короткие дистанции 60 м,100 м. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 5. Легкая атлетика		
5	Чередование ходьбы и бега. ОФП: приседания на двух ногах, отжимания в упоре лежа. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 6. Легкая атлетика		
6	Прыжки в длину с места. Кроссовый бег – 30-40 мин. Упражнения на растяжку. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 7. Легкая атлетика		
7	Игры и эстафеты на развитие выносливости. Упражнения на растяжку. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 8. Легкая атлетика		
8	Бег на средние дистанции – 500 м (дев.), 1000 м (юн.). Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 9. Легкая атлетика. Гимнастика		
9	Тест Куппера - бег за 12 мин (м). Приседание на двух ногах за 1 минуту. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 10. Баскетбол		
10	Общеразвивающие и подготовительные упражнения баскетболиста. Передвижения (стойка, ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты). Подвижные игры с элементами спортивных игр.	1,5	-
	Тема 11. Баскетбол		
11	Общеразвивающие и подготовительные упражнения баскетболиста. Ведение мяча на месте и в движении, обводка предметов. Передача мяча на месте и в движении. Игры и эстафеты с мячом	1,5	-
	Тема 12. Баскетбол		
12	Общеразвивающие и подготовительные упражнения баскетболиста. Ведение мяча на месте и в движении, обводка предметов. Передача мяча на месте и в движении. Игры и эстафеты с мячом	1,5	-
	Тема 13. Баскетбол		
13	Общеразвивающие и подготовительные упражнения баскетболиста. Ведение мяча на месте и в движении, обводка предметов. Передача мяча на месте и в движении. Игры и эстафеты с мячом	1,5	-
	Тема 14. Баскетбол		
14	Передачи мяча тремя способами с ведением по площадке 20 м	1,5	-
	Тема 15. Баскетбол		
15	Общеразвивающие и подготовительные упражнения баскетболиста. Ведение мяча: с низким и высоким отскоком; обводка с изменением направления, скорости. Броски в корзину: бросок двумя руками от груди, бросок двумя руками сверху, бросок двумя руками снизу	1,5	-
	Тема 16. Баскетбол		

16	Общеразвивающие и подготовительные упражнения баскетболиста. Ведение мяча на месте и в движении, обводка предметов. Передача мяча на месте и в движении. Броски в корзину: бросок двумя руками от груди, бросок двумя руками сверху, бросок двумя руками снизу, бросок двумя руками сверху вниз, бросок одной рукой от плеча, бросок в прыжке.	1,5	-
	Тема 17. Баскетбол		
17	Штрафные броски. Броски в кольцо из-под щита за 30 с	1,5	-
	Тема 18. Баскетбол		
18	Общеразвивающие и подготовительные упражнения баскетболиста. Учебная игра. Правила соревнований.	1,5	-
	Итого за 1 семестр:	**27**	-
	2 семестр		
	Тема 19. Волейбол		
19	Упражнения на технику владения мячом. Стойки и перемещения волейболиста.	1,5	-
	Тема 20. Волейбол		
20	Упражнения на технику владения мячом. Стойки и перемещения волейболиста.	1,5	-
	Тема 21. Волейбол		
21	Упражнения на технику владения мячом. Стойки и перемещения волейболиста. Верхняя и нижняя передача мяча в парах.	1,5	-
	Тема 22. Волейбол		
22	Упражнения на технику владения мячом. Стойки и перемещения волейболиста. Верхняя и нижняя передача мяча на месте и в движении. Верхняя, нижняя прямая подача. Учебная игра.	1,5	-
	Тема 23. Волейбол		
23	Общеразвивающие и подготовительные упражнения волейболиста. Стойки и перемещения волейболиста. Волейбол- передача в цель (кол.) d– 1 м. Верхняя, нижняя прямая подача. Учебная игра.	1,5	-
	Тема 24. Волейбол		
24	Передача мяча сверху двумя руками на месте и с перемещением. Волейбол - многократная передача мяча (верхняя, нижняя, комбинированная).	1,5	-
	Тема 25. Волейбол		
25	Прием мяча снизу одной и двумя руками. Волейбол - передача через сетку в парах (кол.раз)	1,5	-
	Тема 26. Волейбол		
26	Подачи мяча: нижняя прямая, верхняя прямая, верхняя боковая. Волейбол - подача мяча (количество успешных попыток из 10). Правила соревнований	1,5	-
	Тема 27. Легкая атлетика. Гимнастика		
27	Бег на короткие дистанции. Прыжки в длину с места. ОФП: упражнение на развитие мышц брюшного пресса, отжимание, прыжки на скакалке.	1,5	-
	Тема 28. Легкая атлетика. Гимнастика		

28	Бег на короткие дистанции 60 м,100 м. Метание набивного мяча из-за головы. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 29. Легкая атлетика. Гимнастика		
29	Низкий и высокий старт по командам, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Двоеборье: Юноши- поднимание туловища из полож. лежа, руки за головой + сгибание и разгибание рук в упоре лежа (30сек+30сек) девушки - поднимание туловища + приседание (30сек+30сек). Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 30. Легкая атлетика. Гимнастика		
30	Челночный бег 6х9 м, 9х9 м. Прыжки через скакалку. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 31. Легкая атлетика. Гимнастика		
31	ОФП: упражнение на развитие мышц брюшного пресса, отжимание, прыжки на скакалке. Метание набивного мяча (1кг) из-за головы, из положения сидя ноги врозь. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 32. Легкая атлетика. Гимнастика		
32	Бег на средние дистанции. Игры и эстафеты на развитие выносливости. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 33. Легкая атлетика. Гимнастика		
33	Бег на средние дистанции – 500 м (дев.), 1000 м (юн.). Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 34. Легкая атлетика. Гимнастика		
34	Бег на средние дистанции – 500 м (дев.), 1000 м (юн.). Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 35. Легкая атлетика. Гимнастика		
35	Прыжки через скакалку. Поднимание ног до угла 90^0в висе. Двоеборье. Поднимание ног до угла 90^0из положения лежа. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	3 семестр		
	Тема 36. Плавание		
36	Техника безопасности на занятиях по плаванию. Спортивный способ плавания кроль на груди: согласование движения рук, ног и дыхания.	1,5	-
	Тема 37. Плавание		
37	Спортивный способ плавания кроль на груди: согласование движения рук, ног и дыхания. Плавание вольным стилем - 25 м (сек).	1,5	-
	Тема 38. Легкая атлетика. Гимнастика		
38	Прыжок в длину с места. Поднимание туловища в сед из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены за 1 мин.	1,5	-
	Тема 39. Плавание		
39	Спортивный способ плавания кроль на груди: согласование движения рук, ног и дыхания. Плавание вольным стилем.	1,5	-
	Тема 40. Плавание		
40	Спортивный способ плавания кроль на спине: согласование движения рук, ног и дыхания.	1,5	-

	Плавание кролем на спине.		
	Тема 41. Легкая атлетика. Гимнастика		
41	Бег на короткие дистанции 60 м, 100 м. Прыжки через скакалку. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 42. Плавание		
42	Спортивный способ плавания кроль на груди: согласование движения рук, ног и дыхания. Плавание вольным стилем - 50 м (сек).	1,5	-
	Тема 43. Плавание		
43	Спортивный способ плавания кроль на спине: согласование движения рук, ног и дыхания. Плавание кролем на спине – 25 м (сек).	1,5	-
	Тема 44. Баскетбол		
44	Действия игроков в защите: Противодействие (выбивание, отбивание, накрывание, перехват, вырывание, взятие отскока, финты).	1,5	-
	Тема 45. Плавание		
45	Спортивный способ плавания кроль на груди: согласование движения рук, ног и дыхания.	1,5	-
	Тема 46. Плавание		
46	Спортивный способ плавания кроль на спине: согласование движения рук, ног и дыхания. Плавание кролем на спине – 50 м (сек).	1,5	-
	Тема 47. Баскетбол		
47	Действия игроков в защите: Противодействие (выбивание, отбивание, накрывание, перехват, вырывание, взятие отскока, финты). Баскетбол – передачи мяча тремя способами с ведением по площадке 20 м.	1,5	-
	Тема 48. Плавание		
48	Спортивный способ плавания брасс: согласование движения рук, ног и дыхания.	1,5	-
	Тема 49. Плавание		
49	Плавание брасом – 25 м (сек)	1,5	-
	Тема 50. Баскетбол		
50	Индивидуальные тактические действия игрока в нападении. Баскетбол – броски мяча в кольцо из-под щита за 30 сек.	1,5	-
	Тема 51. Плавание		
51	Плавание брасом – 50 м (сек)	1,5	-
	Тема 52. Плавание		
52	Старт. Повороты. Финиширование. Плавание способом по выбору с соревновательной скоростью.	1,5	-
	Итого за 3 семестр:	**27**	
	4 семестр		
	Тема 54. Волейбол		
54	Общеразвивающие и подготовительные упражнения волейболиста. Стойки и перемещения волейболиста. Передача мяча сверху двумя руками на месте и с перемещением.	1,5	-
	Тема 55. Плавание		

55	Техника безопасности на занятиях по плаванию. Спортивный способ плавания кроль на груди: согласование движения рук, ног и дыхания.	1,5	-
	Тема 56. Плавание		
56	Плавание вольным стилем - 25 м (сек).	1,5	-
	Тема 57. Волейбол		
57	Общеразвивающие и подготовительные упражнения волейболиста. Многократная передача мяча.	1,5	-
	Тема 58. Плавание		
58	Спортивный способ плавания кроль на груди: согласование движения рук, ног и дыхания. Плавание вольным стилем - 50 м (сек).	1,5	-
	Тема 59. Плавание		
59	Спортивный способ плавания кроль на спине: согласование движения рук, ног и дыхания.	1,5	-
	Тема 60. Волейбол		
60	Подачи мяча. Передача мяча через сетку в парах. Передача мяча в цель.	1,5	-
	Тема 61. Плавание		
61	Спортивный способ плавания кроль на спине 25 м (сек).	1,5	-
	Тема 62. Плавание		
62	Спортивный способ плавания кроль на спине: согласование движения рук, ног и дыхания.	1,5	-
	Тема 63. Волейбол		
63	Общеразвивающие и подготовительные упражнения волейболиста. Прямой атакующий удар. Подачи мяча: нижняя прямая, верхняя прямая, верхняя боковая.	1,5	-
	Тема 64. Плавание		
64	Спортивный способ плавания кроль на спине 50 м (сек).	1,5	-
	Тема 65. Плавание		
65	Спортивный способ плавания брасс 25 м.	1,5	-
	Тема 66. Легкая атлетика. Гимнастика		
66	Упражнения для развития мышц брюшного пресса; приседание на одной ноге; приседание на двух ногах; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; подтягивание и подъем переворотом из виса на перекладине; тест на гибкость. Бег на средние дистанции – 500 м (дев.), 1000 м (юн.). Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 67. Плавание		
67	Спортивный способ плавания брасс 50 м (сек).	1,5	-
	Тема 68. Плавание		
68	Старт. Повороты. Финиширование.	1,5	-
	Тема 69. Легкая атлетика		
69	Челночный бег 6х9 м. Прыжки в длину с места. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Итого за 4 семестр:	**24**	
5 семестр			
	Тема 71. Легкая атлетика. Гимнастика		
71	Общие и специальные упражнения для развития физических качеств. Кроссовый бег. Игра в настольный теннис.	1,5	-

	Тема 72. Легкая атлетика. Гимнастика		
72	Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Общие и специальные упражнения для развития физических качеств. Бег на средние дистанции – 1000 м (дев.), 2000 м (юн.). Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 73. Гимнастика		
73	Общие и специальные упражнения для развития физических качеств: упражнения для развития мышц брюшного пресса; приседание на одной ноге; приседание на двух ногах; сгибание и разгибание рук в упоре лежа; подтягивание и подъем переворотом из виса на перекладине; тест на гибкость. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 74. Легкая атлетика. Гимнастика		
74	Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами на месте и в движении. Бег на короткие дистанции 60 м. Челночный бег 6х9м. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 75. Легкая атлетика. Гимнастика		
75	Специальные беговые упражнения, специальные прыжковые упражнения. Кроссовый бег. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 76. Легкая атлетика. Гимнастика		
76	Бег на короткие дистанции 100 м. Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 77. Гимнастика		
77	Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами на месте и в движении. Поднимание ног в висе на гимнастической лестнице до угла 90^0. Бег по пересеченной местности и различным грунтам. Кроссовый бег. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 78. Легкая атлетика. Гимнастика		
78	Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами на месте и в движении. Прыжки в длину с места, тройной прыжок. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 79. Легкая атлетика. Гимнастика		
79	Специальные беговые упражнения, специальные прыжковые упражнения. Челночный бег 6х9 м. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 80. Легкая атлетика. Гимнастика		
80	Специальные беговые упражнения, специальные прыжковые упражнения. Тест Куппера. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 81. Легкая атлетика. Гимнастика		
81	Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами на месте и в движении. Бег по пересеченной местности и различным грунтам. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 82. Легкая атлетика. Гимнастика		
82	Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами на месте и в движении. Кроссовый бег. Игра в настольный теннис.	1,5	-

	Тема 83. Легкая атлетика		
83	Бег на длинные дистанции 1000 м (дев.). Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 84. Легкая атлетика		
84	Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами на месте и в движении. Бег на длинные дистанции 2000 м (дев.), 3000 м (юн.). Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 85. Легкая атлетика. Гимнастика		
85	Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами на месте и в движении. Кроссовый бег. Игра в настольный теннис.	1,5	-
	Тема 86. Баскетбол		
86	Ловля и передача мяча: двумя от груди, двумя руками сверху, двумя руками снизу. Подвижные игры с элементами спортивных игр.	1,5	-
	Тема 87. Баскетбол		
87	Ловля и передача мяча: одной рукой от плеча, одной рукой от головы, одной рукой «крюком», скрытая передача за спиной. Двухсторонняя игра в баскетбол.	1,5	-
	Тема 88. Баскетбол		
88	Ведение мяча: с низким и высоким отскоком; обводка с изменением направления, скорости. Передача мяча тремя способами с ведением по площадке. Двухсторонняя игра в баскетбол.	1,5	-
	Итого за 5 семестр:	**27**	-
	<u>6</u> семестр		
	Тема 90. Волейбол		
90	Передача мяча сверху двумя руками на месте и с перемещением. Передача через сетку в парах. Двухсторонняя игра в волейбол.	1,5	-
	Тема 91. Волейбол		
91	Передача мяча сверху двумя руками на месте и с перемещением. Многократная передача мяча. Передача в цель. Двухсторонняя игра в волейбол.	1,5	-
	Тема 92. Волейбол		
92	Прием мяча снизу одной и двумя руками. Двухсторонняя игра в волейбол.	1,5	-
	Тема 93. Волейбол		
93	Прием мяча снизу одной и двумя руками. Двухсторонняя игра в волейбол.	1,5	-
	Тема 94. Волейбол		
94	Прием мяча снизу одной и двумя руками. Двухсторонняя игра в волейбол.	1,5	-
	Тема 95. Волейбол		
95	Подачи мяча: нижняя прямая, верхняя прямая. Многократная передача мяча. Передача в цель. Двухсторонняя игра в волейбол.	1,5	--
	Тема 96. Волейбол		
96	Подачи мяча: нижняя прямая, верхняя прямая, верхняя боковая, нижняя боковая. Двухсторонняя игра в волейбол.	1,5	-

	Тема 97. Волейбол		
97	Передача мяча сверху двумя руками на месте и с перемещением. Передача через сетку в парах. Двухсторонняя игра в волейбол.	1,5	-
	Тема 98. Волейбол		
98	Прием подачи. Подачи мяча. Двухсторонняя игра в волейбол.	1,5	-
	Тема 99. Волейбол		
99	Подачи мяча: нижняя прямая, верхняя прямая, верхняя боковая, нижняя боковая, в прыжке. Двухсторонняя игра в волейбол. Волейбол - подача мяча (количество успешных попыток из 10 в 6 зону).	1,5	-
	Тема 100. Волейбол		
100	Индивидуальные тактические действия в нападении. Двухсторонняя игра в волейбол. Правила соревнований	1,5	-
	Тема 101. Волейбол		
101	Подачи мяча: нижняя прямая, верхняя прямая, верхняя боковая, нижняя боковая, в прыжке. Двухсторонняя игра в волейбол. Волейбол - подача мяча (количество успешных попыток из 10 в 6 зону).	1,5	-
	Тема 102. Волейбол		
102	Подачи мяча: нижняя прямая, верхняя прямая, верхняя боковая, нижняя боковая. Двухсторонняя игра в волейбол.	1,5	-
	Тема 104. Волейбол		
104	Индивидуальные тактические действия в нападении. Двухсторонняя игра в волейбол. Правила соревнований	1,5	-
	Тема 105. Волейбол		
105	Подачи мяча: нижняя прямая, верхняя прямая, верхняя боковая, нижняя боковая, в прыжке. Двухсторонняя игра в волейбол. Волейбол - подача мяча (количество успешных попыток из 10 в 6 зону).	1,5	-
	Тема 106. Волейбол		
106	Атакующие удары: по ходу разбега ускоренный и скоростной; по ходу разбега медленный; с переводом; с поворотом туловища; боковой; по блоку за линию; с задней линии.	1,5	-
	Тема 107. Волейбол		
107	Блокирование: одиночное зонное с места; одиночное зонное после передвижения; одиночное ловящее с места; одиночное ловящее после передвижения; двойное зонное; двойное ловящее.	1,5	-
	Итого за 6 семестр:	**27**	-
	Итого:	**156**	-

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

3 семестр						
УК-7	Самостоятельное изучение литературы по теме № 54	Ответы на вопросы по темам дисциплины	Собеседование	12,15	1,35	13,5
			Итого за 3 семестр:	**12,15**	**1,35**	**13,5**
4 семестр						
УК-7	Самостоятельное изучение литературы по теме № 71	Ответы на вопросы по темам дисциплины	Собеседование	10,8	1,2	12
			Итого за 6 семестр:	**10,8**	**1,2**	**12**
5 семестр						
УК-7	Самостоятельное изучение литературы по теме № 90	Ответы на вопросы по темам дисциплины	Собеседование	12,15	1,35	13,5
			Итого за 5 семестр:	**12,15**	**1,35**	**13,5**
6 семестр						
УК-7	Самостоятельное изучение литературы по теме № 108	Ответы на вопросы по темам дисциплины	Собеседование	45,9	5,1	51
			Итого за 6 семестр:	**45,9**	**5,1**	**51**
			Итого:	**81**	**9**	**90**

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	Вид контроля	Наименование оценочного средства
УК-7	Темы № 3, 4, 8, 9, 14, 17, 23-26, 28-31, 34, 35, 37, 38, 41-43, 46, 47, 49-52, 56-58, 60, 61, 63-67, 69, 72-74, 76, 77-80, 83-84, 90, 95	Тестирование физической и технической подготовленности	Текущий	Устный	Фонд тестовых заданий (тесты физической и технической подготовленности)
УК-7	Темы № 53, 70, 89, 108	Собеседование	Текущий	Устный	Вопросы по темам дисциплины

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

Уровни сформиро-	Индикаторы	Дескрипторы			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов

ванности компетенций					
Базовый	**Знать**: необходимости физической культуры и здорового образа жизни	Отсутствуют знания о необходимости заниматься физической культурой	Знания о необходимости физической культуры имеются, но практических навыков нет	Имеются 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:** принципов ведения здорового образа жизни и физического самосовершенствования				Знает, как заниматься физической культурой и спортом, и практические навыки развиты хорошо
	Уметь:				Способен

	делать первичные выводы о необходимости и результатах занятий физической культурой				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

Максимальная сумма баллов устанавливается по 100 баллов и переводится в оценку по 5-балльной системе в соответствии со шкалой:

Шкала соответствия рейтингового балла 5-балльной системе

Рейтинговый балл	Оценка по 5-бальной системе
88-100	Отлично
72-87	Хорошо
53-71	Удовлетворительно
<53	Неудовлетворительно

Для возможности получения зачета студенты должны набрать от 53 до 100 баллов.

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, ведущими практические занятия по дисциплине «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту» в следующих формах: тестирование физической и технической подготовленности, собеседование.

В процессе прохождения курса физической культуры студент обязан:

– систематически посещать занятия по физической культуре в дни и часы, предусмотренные учебным расписанием;

- повышать свою физическую подготовку, выполнять требования и нормы и совершенствовать спортивное мастерство;
- выполнять контрольные упражнения по физической и технической подготовленности в установленные сроки;
- соблюдать рациональный режим учебы, отдыха и питания;
- активно участвовать в массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятиях в учебной группе, курсе, факультете, вузе;
- проходить медицинское обследование в установленные сроки, осуществлять самоконтроль за состоянием здоровья, физического развития, физической и спортивной подготовкой;
- иметь спортивный костюм и спортивную обувь по размеру, соответствующие виду занятий.

Максимальное количество баллов студент получает, если он:

- систематически посещает занятия по физической культуре;
- выполняет контрольные упражнения по физической и технической подготовленности в установленные сроки на оценку «отлично»;
- активно участвует в массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятиях в учебной группе, курсе, факультете, вузе.

Оценка снижается, если студент:

- испытывает затруднения при выполнении физических упражнений на практических занятиях;
- выполняет контрольные упражнения по физической и технической подготовленности на оценку «хорошо» и «удовлетворительно»;
- недостаточно использует на практике методы физического совершенствования.

Критерии оценивания самостоятельной работы - тестирование физической и технической подготовленности, 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 рассмотрено содержание тем практических занятий, 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	Виды самостоятельной работы	Рекомендуемые источники информации (№ источника)			
		Основная	Дополни-тельная	Методическая	Интернет-ресурсы
1	Самостоятельное изучение литературы по теме № 53. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	1	1	1-11	2,4
2	Самостоятельное изучение литературы по теме № 70. Особенности самостоятельных занятий игровыми видами спорта: баскетболом,	1	1	1,2,4,7,11	1,2,4,

	волейболом, футболом				
3	Самостоятельное изучение литературы по теме № 89. Особенности самостоятельных занятий плаванием, легкой атлетикой, гимнастикой, аэробикой	1	1	3,4,7,8,9	1,2,3,4
4	Самостоятельное изучение литературы по теме № 108. Самоконтроль за физической подготовленностью занимающихся	1	1	1,4,11	2,3,4

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 c. – 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. 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.
11. 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.

10.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникативной сети «Интернет», обучающихся по дисциплине:

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, 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.

Для изучения теоретического раздела программы изготовлены методические плакаты по теме: «Анатомия человека».

Спортивная площадка имеет размер 30х20 м. Она оборудована пятью стационарными перекладинами, гимнастическим бревном и полосой препятствий.

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.