



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

S/N: 23D16332

Владелец: кафедра физического воспитания

Должность: И.о. ректора

E-mail: kuleshin.mg@sspsti.ru

Организация: ГБОУ ВО СПИ

Дата подписания: 19.05.2023

Действителен: с 04.05.2023 до 04.05.2026

Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»

Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

Р.Р. Магомедов

протокол № 8

от 20.04.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методика оздоровительной физической культуры

(наименование учебной дисциплины)

Уровень основной образовательной программы

бакалавриат

Направление(я) подготовки (специальность)

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Форма обучения

заочная

Срок освоения

5 лет 6 месяцев

Кафедра

физического воспитания и адаптивной физической культуры

Год начала

подготовки

2023

Ставрополь, 2023 г.

Программу составил(-и): к.п.н., доцент, Стрельников Р.В.

Рабочая программа дисциплины "Методика оздоровительной физической культуры" разработана в соответствии с ФГОС: Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (приказ Минобрнауки России от

Рабочая программа дисциплины составлена на основании учебного плана: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного учёным советом вуза от 12.05.2023, протокол № 6.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры от 20.04.2023 г., протокол № 8 для исполнения в 2023-2024 учебном году.

Зав. кафедрой  Р.Р. Магомедов

Рабочая программа дисциплины согласована с заведующим библиотекой.

Зав. библиотекой  Фролова Т.А.



Срок действия рабочей программы дисциплины: 2023-2024 учебный год.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Обеспечение готовности студентов к применению основных методов оздоровительной физической культуры для сохранения и укрепление здоровья обучающихся, формирование у них потребности в физическом совершенствовании и здоровом образе жизни.

2. ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Обеспечение понимания роли оздоровительной физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
2. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями;
3. Овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности;
4. Способствование адаптации организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширению функциональных возможностей физиологических систем, повышению сопротивляемости защитных сил организма;
5. Овладение методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха

3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП: Б1.В.ДВ.05

3.1. Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Анатомия

Безопасность жизнедеятельности

Биохимия

Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья

Гимнастика с методикой преподавания

Информационная безопасность

Кибербезопасность

Концептуальные основы безопасности жизнедеятельности

Легкая атлетика с методикой преподавания

Основы искусственного интеллекта

Основы медицинских знаний

Первая помощь пострадавшим

Плавание с методикой преподавания

Природные опасности и защита от них

Психологическая безопасность

Спортивные и подвижные игры с методикой преподавания

Техногенные опасности и защита от них

Туризм и спортивное ориентирование с методикой преподавания

Физиология физкультурно-спортивной деятельности

Физическая культура и спорт

Экологическая безопасность

3.2. Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Безопасный отдых и туризм

Олимпийское образование

Организация дополнительного образования в области физической культуры

Спортивные сооружения

Теория и методика этноспорта	
4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК-6 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-	ПК-6.1 Применяет меры профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для	УК-7.1 Определяет личный уровень сформированности показателей физического
УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной	УК-8.1 Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

знать:	уметь:	владеть:
<p>ПК-6.1 основные составляющие здорового образа жизни, основы рационального питания, физической культуры, охраны психического здоровья, обеспечивающие полноценное качество жизни для оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей</p> <p>ПК-6.2 нормы и правила безопасных организации и проведения занятий, специальные методики и современные технологии психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья; правила оказания неотложной помощи при наиболее частых травмах и острых патологических состояниях при занятиях спортом.</p> <p>УК-7.1 основные принципы, средства и методы физической культуры.</p> <p>УК-7.2 способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности</p> <p>УК-8.1 требования нормативно-правовых актов в сфере образования и норм профессиональной этики по обеспечению условий безопасной и комфортной</p>	<p>ПК-6.1 строить образовательный процесс с использованием современных здоровьесберегающих технологий для оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей</p> <p>ПК-6.2 оказать первую помощь при травме и внезапном заболевании.</p> <p>УК-7.1 формулировать конкретные задачи физической культуры в различных звеньях системы физического воспитания с учетом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития, физической подготовленности занимающихся, имеющихся условий для занятий.</p> <p>УК-7.2 оценивать эффективность занятий, анализировать технику упражнений, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения.</p> <p>УК-8.1 оценивать потенциальную опасность в повседневной жизни и чрезвычайных ситуациях, осуществлять выбор различных стратегий безопасного поведения, оказывать необходимую обучающимся</p>	<p>ПК-6.1 Специальных методик и современных технологий психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>ПК-6.2 Оказания первой доврачебной помощи обучающимся</p> <p>УК-7.1 Определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p> <p>УК-7.2 Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p> <p>УК-8.1 Оценивания факторов риска, умения обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности.</p> <p>УК-8.2 Применения методов защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирования культуры безопасного и ответственного поведения.</p>

образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся. УК-8.2 способы защиты населения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.	первую помощь. УК-8.2 оказывать первую медицинскую помощь при возникновении опасных и чрезвычайных ситуаций.
---	--

5. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные (-ых) единицы (-ы) (108), включая промежуточную аттестацию.

Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	5		Итого	
	уп	рп		
Лекции	4	4	4	4
Практические	8	6	8	6
Консультации	2	2	2	2
Контактная работа (Эк, Зч, ЗчО)	0,5		0,5	
Итого ауд.	12	10	12	10
Контактная работа	14,5	12,5	14,5	12,5
Сам. работа	85	87	85	87
Часы на контроль	8,5	8,5	8,5	8,5
Итого	108	108	108	108

6. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО РАЗДЕЛАМ (ТЕМАМ) И ВИДАМ ЗАНЯТИЙ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	Раздел 1.					
1.1	/Тема/	5	0			
1.2	Оздоровительная физическая культура в системе физкультурного образования. /Лек/	5	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.3	Оздоровительная физическая культура в системе физкультурного образования. /Пр/	5	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.4	Оздоровительная физическая культура в системе физкультурного образования. /Ср/	5	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		

1.5	Анатомо-физиологические основы оздоровительной физической культуры. /Лек/	5	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.6	Анатомо-физиологические основы оздоровительной физической культуры. /Пр/	5	0	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.7	Анатомо-физиологические основы оздоровительной физической культуры. /Ср/	5	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.8	Теоретико-методологические основы оздоровительной физической культуры. /Пр/	5	0	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.9	Теоретико-методологические основы оздоровительной физической культуры. /Ср/	5	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.10	Общие подходы к развитию физических качеств в оздоровительной физической культуре. /Пр/	5	0	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.11	Общие подходы к развитию физических качеств в оздоровительной физической культуре. /Ср/	5	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.12	Психология здоровья в системе оздоровительной физической культуры. /Пр/	5	0	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.13	Психология здоровья в системе оздоровительной физической культуры. /Ср/	5	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		

1.14	Тренировочные программы, основанные на использовании видов двигательной активности аэробной направленности. /Пр/	5	0	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.15	Тренировочные программы, основанные на использовании видов двигательной активности аэробной направленности. /Ср/	5	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.16	Тренировочные программы, направленные на развитие гибкости. /Пр/	5	0	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.17	Тренировочные программы, направленные на развитие гибкости. /Ср/	5	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.18	Тренировочные программы с использованием восточной оздоровительной гимнастики и боевых искусств. /Пр/	5	0	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.19	Тренировочные программы с использованием восточной оздоровительной гимнастики и боевых искусств. /Ср/	5	4	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.20	Тренировочные программы силовой направленности. /Пр/	5	0	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.21	Тренировочные программы силовой направленности. /Ср/	5	3	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.22	Внутренировочные факторы в системе оздоровительной физической культуры /Пр/	5	0	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		

1.23	Внетренировочные факторы в системе оздоровительной физической культуры /Ср/	5	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.24	Гигиенические средства восстановления работоспособности. /Пр/	5	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.25	Гигиенические средства восстановления работоспособности. /Ср/	5	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.26	Гигиенические аспекты питания в ОФК. /Пр/	5	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.27	Гигиенические аспекты питания в ОФК /Ср/	5	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.28	Фармакологические средства восстановления работоспособности. Допинговые препараты. /Пр/	5	0	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.29	Фармакологические средства восстановления работоспособности. Допинговые препараты. /Ср/	5	4	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.30	Консультации /Конс/	5	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
1.31	Контактная работа по практике /КПр/	5	0,5	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		

1.32	/Экзамен/	5	8,5	УК-7.1 УК-7.2 УК-8.1 УК-8.2 ПК-6.1 ПК-6.2		
------	-----------	---	-----	--	--	--

Планы проведения учебных занятий отражены в оценочных материалах (Приложение 2.).

7. КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль качества освоения учебного материала по дисциплине проводится в форме текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ГБОУ ВО СГПИ и его филиалах».

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы используются оценочные материалы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций (Приложение 2).

Уровень сформированности компетенции			
не сформирована	сформирована частично	сформирована в целом	сформирована полностью
«Не зачтено»	«Зачтено»		
«Неудовлетворительно»	«Удовлетворительно»	«Хорошо»	«Отлично»
Описание критериев оценивания			
Обучающийся демонстрирует: - существенные пробелы в знаниях учебного материала; - допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий; - непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета; - отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины; - отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.	Обучающийся демонстрирует: - знания теоретического материала; - неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; - неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; - недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины; - умение без грубых ошибок решать практические задания.	Обучающийся демонстрирует: - знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала; - твердые знания теоретического материала. - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития; - правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы; - умение решать практические задания, которые следует выполнить; - владение основной литературой, рекомендованной	Обучающийся демонстрирует: - глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала; - полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории; - логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора;

		программой дисциплины; Возможны незначительные неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.	- умение решать практические задания; - наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам; - свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.
--	--	---	---

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебно-методическое обеспечение дисциплины включает рабочую программу дисциплины, методические материалы, оценочные материалы.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает: учебники, учебные пособия, электронные образовательные ресурсы, методические материалы.

Самостоятельная работа обучающихся является формой организации образовательного процесса по дисциплине и включает следующие виды деятельности: поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций, электронным учебником, со словарями и справочниками и др. источниками информации (конспектирование); составление плана и тезисов ответа; подготовка реферата; выполнение творческих заданий и проблемных ситу-аций; подготовка к коллоквиуму, собеседованию, практическим занятиям; подготовка к зачету и экзамену.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

9.1. Рекомендуемая литература

9.1.1. Основная литература

Л.1.1	Магомедов Р. Р., Стрельников Р. В., Мхце Б. А. Методика оздоровительной физической культуры: антрополого-педагогический подход [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Ставрополь: СГПИ, 2019. - 167 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/136128
Л.1.2	Двигательная рекреация. Оздоровительная тренировка [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Омск: СибГУФК, 2018. - 100 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/118598
Л.1.3	Шутова Т. Н., Шаравьёва А. В., Рыбакова Е. О. Оздоровительная аэробика в подготовке бакалавров физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов институтов физической культуры. - Чайковский: ЧГИФК, 2017. - 100 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/152748
Л.1.4	Токарь Е. В., Корчевский А. М. Физкультурно-оздоровительная технология повышения качества жизни преподавателей вуза [Электронный ресурс]:. - Благовещенск: АмГУ, 2019. - 172 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/156561
Л.1.5	Куршев А. В. Оздоровительная гимнастика для студентов вуза, имеющих отклонения в состоянии здоровья [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Казань: КНИТУ, 2019. - 212 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/166196
Л.1.6	Коновалова Н. Г. Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных учреждениях: малые формы [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Новокузнецк: НФИ КемГУ, 2017. - 310 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/169604
Л.1.7	Дубровин В. А. Оздоровительная методика нетрадиционных средств физического воспитания [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. - Норильск: ЗГУ им. Н.М. Федоровского, 2021. - 167 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/224537

9.1.2. Дополнительная литература

Л.2.1	Латышевская Н. И., Герусова Г. П., Давыденко Л. А., Ковалева М. Д., Яцышена Т. Л., Беляева В., А. Л. М., Бочарова Н. В., Левченко Е. Л., Шестопалова Е. В., Яхонтова Д. С., Новиков Гигиена окружающей среды. Гигиена питания. Гигиена труда [Электронный ресурс]: Учебное пособие по дисциплине «Гигиена» для студентов педиатрического факультета для самостоятельной работы с теоретическими основами. - Волгоград: ВолГМУ, 2019. - 220 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/141230
Л.2.2	Иванина Л. И., Алдошина Е. А. Лечебная физическая культура в системе общефизической подготовки студентов [Электронный ресурс]:. - Орел: ОрелГАУ, 2013. - 72 с. – Режим доступа: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=71313
Л.2.3	Краткая характеристика этапов возрастного развития. Здоровье и физическое развитие детей. Формирование осанки. Рациональное питание детей. Травматизм и основные заболевания детей: учебное пособие [Электронный ресурс]: Учебное пособие. - Вологда: ВоГУ, 2014. - 148 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/93093
Л.2.4	Цибулькинова В. Е., Леванова Е. А. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании [Электронный ресурс]: учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов. - Москва: МПГУ, 2017. - 148 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/106109
Л.2.5	Зименкова Ф. Н. Питание и здоровье [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов по спецкурсу «питание и здоровье». - Москва: МПГУ, 2014. - 168 с. – Режим доступа: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=70049
Л.2.6	Третьякова Н. В. Основы организации здоровьесберегающей деятельности в учебном заведении [Электронный ресурс]:. - Екатеринбург: РГППУ, 2009. - 142 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_cid=25&pl1_id=5413
Л.2.7	Савин С. В., Степанова О. Н., Соколова В. С., Николаев И. В. Оздоровительная тренировка лиц зрелого возраста: направленность, содержание, методики [Электронный ресурс]: монография. - Москва: МПГУ, 2017. - 200 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/106106
Л.2.8	Мезенцева В. А., Блинков С. Н., Башмак А. Ф. Оздоровительная гимнастика для лиц с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс]: методические указания. - Самара: СамГАУ, 2021. - 28 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/222197

10.1 Интернет-ресурсы (базы данных, информационно-справочные системы и др.)

ЭБС «Лань»	https://e.lanbook.com
Национальная электронная библиотека (НЭБ)	https://rusneb.ru
ЭБС «Юрайт»	https://urait.ru
ЭБС «Журнальный зал»: русский толстый журнал как эстетический феномен	https://magazines.gorky.media
«Электронная библиотека ИМЛИ РАН»	http://biblio.imli.ru
«Электронная библиотека ИРЛИ РАН» (Пушкинский Дом)	http://lib.pushkinskijdom.ru
Научный архив	https://научныйархив.рф
ЭБС «Педагогическая библиотека»	http://pedlib.ru
ЭБС «Айбукс.ру»	https://www.ibooks.ru
Научная электронная библиотека eLibrary.ru	https://elibrary.ru
ЭБС Буконлайн	https://bookonlime.ru
Научная электронная библиотека «Киберленинка»	https://cyberleninka.ru/
Государственная публичная научно-техническая библиотека России. Ресурсы открытого доступа	http://www.gpntb.ru/elektronnye-resursy-udalennogo-dostupa/1874-1024.html

Библиотека академии наук (БАН). Ресурсы открытого доступа	http://www.rasl.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php
10.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы	
Университетская информационная система РОССИЯ	https://uisrussia.msu.ru
Единое окно доступа к образовательным ресурсам	http://window.edu.ru/catalog
Словари и энциклопедии	https://dic.academic.ru
Педагогическая мастерская «Первое сентября»	https://fond.1sept.ru
Сайт Единой коллекции цифровых образовательных ресурсов	http://school-collection.edu.ru
Национальная платформа «Открытое образование»	https://openedu.ru
Портал «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов»	http://school-collection.edu.ru
Российское образование. Федеральный портал	http://edu.ru
Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования	http://fgosvo.ru
Единая цифровая коллекция первоисточников научных работ удостоверенного качества «Научный архив»	https://научныйархив.рф
Портал проекта «Современная цифровая образовательная среда в РФ»	https://online.edu.ru

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Занятия, текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине проводятся в учебных аудиториях, укомплектованных типовой мебелью для обучающихся и преподавателя, техническими и мультимедийными средствами обучения, включенными в локальную сеть вуза и с доступом к информационным ресурсам сети Интернет.

Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.

Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение:

1. Пакет программного обеспечения общего назначения Microsoft Office (MS Word, MS Microsoft Excel, MS PowerPoint).
2. Adobe Acrobat Reader.
3. Браузер (Internet Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome, Opera и др.).
4. Программа тестирования Айрен.