

Министерство науки и высшего образования РФ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Прикладная физическая культура и спорт

Все направления / специальности

Форма обучения очная

Красноярск 2025

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Программу составили: Зав. кафедрой О. В. Булгакова
Ст. преподаватель кафедры А. А. Черепанова
Профессор кафедры А. А. Худик
Доцент кафедры Н.Ю. Патаркацишвили
Доцент кафедры Е.А. Дергач

1 Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель преподавания дисциплины.

Целью реализации дисциплины «Прикладная физическая культура и спорт» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, способности к самосовершенствованию, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

1.2 Задачи изучения дисциплины:

- содействие гармоничному развитию личности будущего специалиста;
- обеспечение условий для естественного процесса физического развития обучающихся - достижение должного уровня физической подготовленности, соответствующей возрастным особенностям обучающихся;
- сохранение и укрепление здоровья обучающихся в период напряженного умственного труда в высшем учебном заведении;
- обеспечение средствами дисциплины общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей полноценную социальную и психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- формирование мотивационно целостного отношения к физической культуре, основам здорового образа жизни и самовоспитания потребности к регулярным занятиям физкультурой и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, саморазвития личности;
- приобретение личного опыта повышения уровня функциональных возможностей организма, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессиональной деятельности;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях успешного достижения жизненных и профессиональных целей по совершенствованию и подготовки к профессиональной деятельности;
- понимание основ здоровьесбережения и адаптивной физической культуры, в зависимости от индивидуальной нозологии и степени ограниченности возможностей в соответствии с рекомендациями медико-социальной экспертизы или медико-педагогической комиссии

1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Запланированные результаты обучения по дисциплине
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	
УК-7.1 Применяет теоретические знания и практические умения для поддержания должного уровня физической подготовленности в профессиональной деятельности. УК-7.2. Использует разнообразные средства и методы физической культуры и спорта на основе выбора спортивных и здоровьесберегающих технологий для развития физических качеств, двигательных навыков и поддержания здорового образа жизни.	Знать: – Научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни. – Взаимосвязь между уровнем физической подготовленности и развитием профессионально важных умений, навыков и способностей. – Основные принципы и содержание общей, специальной и прикладной физической подготовки Уметь: – Использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. – Разработать индивидуальную программу физического развития для достижения поставленных целей и задач. – Осознанно выбирать и использовать здоровьесберегающие технологии для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. – Оценивать функциональное состояние организма и корректировать физическую нагрузку для достижения должного уровня физической подготовленности. – Выбирать физические упражнения с учетом функционального состояния организма для достижения должного уровня физической подготовленности Владеть: – Средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности. – Средствами контроля физического состояния, навыками разработки и применения программ физического совершенствования, способами контроля эффективности этих программ. – Основными двигательными и техническими навыками в базовых видах спорта (специализация) для дальнейшего саморазвития и самореализации в повседневной и профессиональной деятельности.

1.4 Особенности реализации дисциплины.

Язык реализации дисциплины русский

Учебная дисциплина «Прикладная физическая культура и спорт» реализуется в форме практических занятий физкультурно-спортивной

направленности, целью которых является обеспечение здорового образа жизни обучающихся, повышения уровня физической подготовленности и уровня функциональных возможностей организма с целью вовлечения обучающихся в регулярные занятия физической культурой и массовым спортом.

Дисциплина «Прикладная физическая культура и спорт» реализуется с использованием цифровой платформы «U-sport» <https://u-sport.sfu-kras.ru>. Для начала освоения дисциплины, студентам необходимо осуществить выбор физкультурно-спортивной специализации из перечня предложенных:

Адаптивная физическая культура, Атлетическая гимнастика, Баскетбол, Бокс, Волейбол, Гиревой спорт, Гольф, Комплексная специализация, Легкая атлетика, Настольный теннис, Оздоровительная физическая культура, Плавание, Подвижные игры, Регби, Скалолазание, Спортивная борьба, Спортивный туризм, Фитнес аэробика, Футбол.

Студент самостоятельно формирует индивидуальное расписание по дисциплине «Прикладная физическая культура и спорт» с учетом времени, отведенного на учебные занятия по остальным дисциплинам учебного плана в соответствии с основным расписанием занятий. Сопоставив свое основное учебное расписание с расписанием физкультурно-спортивной специализации и выбрав 2 занятия с перерывом не менее 1 дня, студент формирует свое индивидуальное расписание освоения дисциплины «Прикладная физическая культура и спорт». Запись студентов на физкультурно-спортивные специализации в осеннем семестре осуществляются с 1 по 9 сентября включительно, в весеннем семестре в период с 20 января по 10 февраля включительно. Студент имеет право скорректировать индивидуальное расписание практических занятий в рамках выбранной физкультурно-спортивной специализации согласно установленному лимиту мест, определенному нормативной пропускной способностью конкретного спортивного сооружения, кадровой обеспеченностью и рекомендациями преподавателя в осеннем семестре в период с 26 по 30 сентября, в весеннем семестре с 26 февраля по 1 марта.

К освоению дисциплины допускаются студенты, прошедшие инструктаж по технике безопасности. Инструктаж проводится преподавателем физкультурно-спортивной специализации в начале осеннего и весеннего семестра и включает сведения о правилах поведения на занятиях, об особенностях занятий, о гигиенических требованиях к спортивной форме. Прохождение инструктажа по технике безопасности в обязательном порядке фиксируется в соответствующем журнале.

Студент, пропустивший два и более практических занятий, обязан компенсировать их на последующих неделях, но не более двух раз в дополнении к индивидуальному расписанию.

Студенты, освобожденные на два или более месяца по состоянию здоровья от практических занятий, во время реабилитации выполняют задания, определенные преподавателем в электронном курсе физкультурно-спортивной специализации или в системе «U-sport» <https://u-sport.sfu-kras.ru> в разделе

«Дополнительные задания специализации» (выполняются, только по заданию преподавателя).

Студенты, проходящие производственную практику или иной вид практики, подтвержденной учебным планом, выполняют задания, определенные преподавателем в электронном курсе физкультурно-спортивной специализации или в системе «U-sport» <https://u-sport.sfu-kras.ru> в разделе «Дополнительные задания специализации» (выполняются, только по заданию преподавателя).

Смена физкультурно-спортивной специализации, спортивного объекта и индивидуального расписания возможна только по окончании семестра.

С целью обеспечения должного порядка организации учебных занятий по дисциплине «Прикладная физическая культура и спорт» в порядке установленном образовательной организацией (ФГОС ВО) и основной образовательной программы (ООП ВО), осуществляется организация медицинского осмотра обучающихся, по результатам которого студенты получают одну из установленных групп (основная группа, подготовительная группа, специальная медицинская группа, освобожденные от практических занятий).

Студенты, отнесённые по результатам медицинского осмотра к основной и подготовительной группе, допускаются к практическим занятиям по освоению дисциплины «Прикладная физическая культура и спорт» в рамках выбранной физкультурно-спортивной специализации, кроме специализаций «Оздоровительная физическая культура» и «Адаптивная физическая культура».

Студентам, отнесённым по результатам медицинского осмотра к специальной медицинской группе, рекомендовано приступить к практическим занятиям по освоению дисциплины «Прикладная физическая культура и спорт» в рамках специализации «Оздоровительная физическая культура» и «Адаптивная физическая культура».

Студентам, по результатам медицинского осмотра освобождённым от практических занятий, необходимо записаться на специализацию «Адаптивная физическая культура и спорт» и приступить к освоению дисциплины «Прикладная физическая культура и спорт» в рамках электронного курса «ПФКиС. Адаптивная физическая культура. 2024» <https://e.sfu-kras.ru/course/view.php?id=7695>.

Студенты, зачисленные в спортивную секцию Спортивного клуба СФУ или проходящие спортивную подготовку в специализированных учреждениях, подведомственных и аккредитованных Министерством спорта Красноярского края (подтвержденные документально), могут быть освобождены от посещения практических занятий по дисциплине «Прикладная физическая культура и спорт» на основании личного заявления https://u-sport.sfu-kras.ru/static/files/documents/instruction_kss/instruction_kss.pdf, в разделе «Особые условия» цифровой платформы «U-sport» https://u-sport.sfu-kras.ru/kss_and_dance/.

Студенты, являющиеся участниками танцевальных коллективов Центра студенческой культуры (ЦСК) СФУ, могут быть освобождены от посещения

практических занятий по дисциплине «Прикладная физическая культура и спорт» на основании оформления заявки https://u-sport.sfu-kras.ru/static/files/documents/instruction_dance/instruction_dance.pdf, в разделе «Особые условия» цифровой платформы «U-sport» https://u-sport.sfu-kras.ru/kss_and_dance/.

Зачёт выставляется у любого преподавателя физкультурно-спортивной специализации, на которую записан студент (согласно расписания физкультурно-спортивной специализации), при условии посещения необходимого количества практических занятий и выполнения контрольных нормативов специализации (средний бал не ниже 2,0).

Ликвидацию академической задолжности студент осуществляет на той специализации, где она была получена.

2 Объем дисциплины (модуля)

Вид учебной работы	Всего, ак. час.	Семестр					
		1	2	3	4	5	6
Общая трудоемкость дисциплины	328	54	54	54	54	56	56
Контактная работа с преподавателем:	306	52	50	52	50	52	50
Практические занятия (в рамках выбранной физкультурно-спортивной специализации)	306	52	50	52	50	52	50
Самостоятельная работа обучающихся	22	2	4	2	4	4	6
изучение теоретического курса (ТО) в рамках выбранной физкультурно-спортивной специализации	22	2	4	2	4	4	6
Вид промежуточной аттестации (зачет)		зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет

3 Содержание дисциплины (модуля)

Темы занятий	Контактная работа, ак. час.						Самостоятельная работа, ак. час.	
	Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа					
			Практические занятия		Лабораторные работы и/или практикумы			
	Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС
Раздел 1. Практические занятия в рамках выбранной физкультурно-спортивной специализации)								
1.1 Общая физическая подготовка			90				22	
1.2 Специальная подготовка в рамках выбранной физкультурно-спортивной специализации			186					
Раздел 2 Контрольные нормативы								
2.1 Сдача контрольных нормативов в рамках выбранной физкультурно-спортивной специализации			30					
			306				22	

4 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

4.1 Печатные и электронные издания:

Адаптивная физическая культура

Адаптивная физическая культура : учебное пособие / С. П. Евсеев, Н. А. Брюханова, Е. А. Дергач, А. И. Картавцева ; Сибирский федеральный университет, Институт физической культуры, спорта и туризма. - Красноярск : СФУ, 2021 (2021-06-11). - 164 с., 10.3 усл. печ. л. : ил., цв. ил., табл., граф. - Библиогр.: с. 157-163. - 100 экз. - ISBN 978-5-7638-4377-4 : 424.00 р. - Изд. № 2020-11511. - Текст : непосредственный : электронный.

Бегидова, Т. П. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14815-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544542> (дата обращения: 16.04.2024).

Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 181 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16768-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539639> (дата обращения: 16.04.2024).

Атлетическая гимнастика

Данилова, Елена Николаевна. Прикладная физическая культура и спорт. Основы тренировки в атлетизме : учебное пособие / Е. Н. Данилова, Л. И. Вериго, А. А. Черепанова ; Сибирский федеральный университет, Институт физической культуры, спорта и туризма. - Красноярск : СФУ, 2021 (2020-11-18). - 128 с., 8.0 усл. печ. л. : табл. - Библиогр.: с. 100-104. - 100 экз. - ISBN 978-5-7638-4432-0 : 268.00 р. - Изд. № 2020-12381. - Текст : непосредственный + Текст : электронный.

Терминология и техника атлетической тренировки. Методические рекомендации для самостоятельной работы : учебно-методическое пособие / Сиб. федер. ун-т, Ин-т физ. культуры, спорта и туризма ; сост. Л. И. Вериго [и др.]. - Электрон. текстовые дан. (pdf, 0,6 Мб). - Красноярск : СФУ, 2017. - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 25-27. - Изд. № 2017-2863 : Б. ц. - Текст : непосредственный.

Чепиков, Е. М. Атлетическая гимнастика : учебное пособие для вузов / Е. М. Чепиков. — 3-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 179 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11089-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542172> (дата обращения: 16.04.2024).

Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения : учебное пособие для вузов / Л. С. Дворкин. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 148 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11034-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/540810> (дата обращения: 16.04.2024).

Баскетбол

Коновалов, В. Л. Баскетбол : учебное пособие для вузов / В. Л. Коновалов, В. А. Погодин. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 84 с. — ISBN 978-5-507-49139-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/379337> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Мостовая, Н. В. Баскетбол : учебное пособие / Н. В. Мостовая, Л. Б. Андриященко, И. А. Васельцова. — Самара : СамГУПС, 2023. — 133 с. — ISBN 978-5-98941-366-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/379274> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Баскетбол : словарь-справочник / А. В. Сысоев, Д. В. Соболев, С. Н. Горлова, В. П. Брюховецкий. — Воронеж : ВГИФК, 2018. — 185 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/140385> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Миногоина, Е. В. Спортивные игры: баскетбол, стритбол (баскетбол 3 на 3) : учебно-методическое пособие / Е. В. Миногоина, И. С. Мисюк, В. В. Прокопиев. — Оренбург : ОГПУ, 2022. — 108 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/239612> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Безбородов, А. А. Физическая культура: практические занятия по баскетболу / А. А. Безбородов, С. А. Безбородов. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 112 с. — ISBN 978-5-507-48881-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/365849> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Бокс

Теория и методика бокса. Акцентированные и точные удары : учебное пособие для среднего профессионального образования / К. Н. Копцев, О. В. Меньшиков, А. И. Гарамян, З. М. Хусьянов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 174 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13628-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543133> (дата обращения: 17.04.2024).

Зиннатнуров, А. З. Базовые основы бокса : учебное пособие / А. З. Зиннатнуров, А. В. Барейчев. — Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2022. — 48 с. — ISBN 978-5-6047996-1-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/301544> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Зиннатнуров, Л. З. Организация и судейство соревнований по боксу : учебно-методическое пособие / Л. З. Зиннатнуров, А. В. Барейчев, И. Л. Земленухин. — Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2020. — 116 с. — ISBN 978-5-93962-976-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная

система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/251534> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Элективные курсы по физической культуре «Бокс» : учебное пособие / Р. М. Ямилева, А. В. Данилов, Д. Г. Огуречников, А. Р. Абдулов. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2019. — 88 с. — ISBN 978-5-907176-09-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/129839> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Организация, проведение и судейство соревнований по боксу в вопросах и ответах : учебное пособие / составители Ю. В. Яцин, Ю. В. Демченко. — Омск : СибГУФК, 2022. — 122 с. — ISBN 978-5-91930-211-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/317771> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Дашкин, А. Х. Методика и содержание раздела элективной дисциплины «Бокс» : учебное пособие / А. Х. Дашкин, О. В. Алексеев. — Уфа : БГАУ, 2021. — 54 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/201050> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Волейбол

Фурманов, А. Г. Волейбол : учебник / А. Г. Фурманов, Л. И. Акулич. — Минск : БГУФК, 2022. — 379 с. — ISBN 978-985-569-572-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/338678> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Голубенцов, С. Л. Волейбол : учебное пособие / С. Л. Голубенцов, Н. В. Мостовая, Ю. О. Кармазинская. — Самара : СамГУПС, 2022. — 89 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/379259> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Волейбол : учебно-методическое пособие / составители А. М. Плещев, А. П. Теплоухов. — Шадринск : ШГПУ, 2020. — 167 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/196839> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Безбородов, А. А. Практические занятия по волейболу / А. А. Безбородов. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 92 с. — ISBN 978-5-507-44558-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/230432> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Гиревой спорт

Физическая культура и спорт. Силовая подготовка в вузе : учебно-методическое пособие / Сиб. федер. ун-т, Ин-т физ. культуры, спорта и туризма ; сост. В. И. Грузенкин [и др.]. - Электрон. текстовые дан. (pdf, 1

Мб). - Красноярск : СФУ, 2020 (2020-05-29). - 56 с. - Загл. с титул. экрана. - Изд. № 2020-11387 : Б. ц. - Текст : электронный.

Симень, В. П. Техника современного гиревого спорта : учебное пособие / В. П. Симень. — Чебоксары : ЧГПУ им. И. Я. Яковлева, 2022. — 80 с. — ISBN 978-5-88297-677-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/354389> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Развитие силы у студентов средствами гиревого спорта : учебно-методическое пособие / И. В. Павлова, А. Ю. Переплеткин, М. В. Кузин, Е. В. Герман. — Омск : ОмГУПС, 2020. — 42 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/165691> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Планирование тренировочного процесса занимающихся гиревым спортом, в годичном цикле на этапе начальной подготовки : учебное пособие / А. А. Васильев, В. А. Бомин, Э. Э. Кугно [и др.]. — Иркутск : Иркутский ГАУ, 2021. — 100 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/257675> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Гольф

Корольков, А. Н. Гольф : учебное пособие / А. Н. Корольков. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 113 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08485-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539519>

Корольков А.Н. Содержание спортивной подготовки в гольфе: учебное пособие / А.Н. Корольков. – М.: Эдитус, 2018. – с. 144.

Корольков, А. Н. Теория и методика избранного вида спорта. Спортивная подготовка в гольфе / А. Н. Корольков. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 144 с. — ISBN 978-5-507-45060-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/256490> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Комплексная специализация

Комплексная тренировка в циклических видах спорта : учебное пособие / Е. Н. Данилова, А. Н. Христофоров, А. С. Горбачев, Д. В. Логинов ; Сиб. федер. ун-т, Ин-т физ. культуры, спорта и туризма. - Красноярск : СФУ, 2019 (2019-10-24). - 90 с. : табл. - Библиогр.: с. 87-90. - 100 экз. - ISBN 978-5-7638-4185-5 : 225.00 р. - Изд. № 2019-9128. - Текст : непосредственный + Текст : электронный.

Физическая культура и спорт. Лыжный спорт и спортивное ориентирование : учебное пособие / С. В. Худик [и др.]. ; Сиб. федер. ун-т, Ин-т физ. культуры, спорта и туризма. - Красноярск : СФУ, 2019 (2020-04-17). - 148 с. : ил., табл. - Библиогр.: с. 142-145. - 100 экз. - ISBN 978-5-7638-4190-9 : 293.00 р. - Изд. № 2019-9365. - Текст : непосредственный + Текст : электронный.

Спортивное ориентирование : [учеб.-метод. материалы к изучению дисциплины для ...49.03.01 Физическая культура] / Е.В Винникова ; Сиб. федерал. ун-т, Ин-т физической культуры, спорта и туризма. - Красноярск : СФУ, 2018. - Б. ц. - Текст : электронный.

Физическая культура и спорт. Лыжный спорт и спортивное ориентирование : учебное пособие / В. С. Близневская, С. В. Худик, А. Ю. Близневский [и др.]. ; Сибирский федеральный университет, Институт физической культуры, спорта и туризма. - Электрон. текстовые дан. (11,1 Мб). - Красноярск : СФУ, 2023 (2023-05-15). - 276 с., 17.3 усл. печ. л. : ил., цв. ил., табл. - Загл. с титул. экрана. - Электрон. версия печ. публикации. - Библиогр.: с. 248-256. - 100 экз. - ISBN 978-5-7638-4752-9 : Б. ц. - Изд. № 2022-17241. - Текст : электронный.

Северная ходьба : учебно-методическое пособие / Сиб. федер. ун-т, Ин-т физ. культуры, спорта и туризма ; сост. Н. Ю. Патаркацишвили [и др.]. - Красноярск : СФУ, 2024 (2024-03-05). - 104 с. - 100 экз. - Изд. № 2024-21095 : Б. ц. - Текст : непосредственный + Текст : электронный.

Легкая атлетика

Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика : учебное пособие для вузов / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 300 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12402-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543132> (дата обращения: 17.04.2024).

Кравчук, В. И. Легкая атлетика : учебно-методическое пособие / В. И. Кравчук. — Челябинск : ЧГИК, 2013. — 183 с. — ISBN 978-5-94839-402-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177732> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Батырь, И. Н. Тренажеры в легкой атлетике : учебное пособие / И. Н. Батырь, А. С. Мартюшев. — Волгоград : ВГАФК, 2021. — 122 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/251567> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Введение в легкую атлетику : учебно-методическое пособие / составитель В. И. Никитин. — Екатеринбург : УрГПУ, 2016. — 42 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/129401> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Методика тренировки в легкой атлетике : учебное пособие / Т. П. Юшкевич, В. Г. Ярошевич, В. В. Руденик [и др.]. — Минск : БГУФК, 2021. — 562 с. — ISBN 978-985-569-532-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/245162> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Судейство соревнований по легкой атлетике : учебное пособие / составители В. Б. Крутько, А.В. Холостяков. — Уфа : БИФК, 2014. — 118

с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/283430> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Настольный теннис

Теннис, настольный теннис, бадминтон : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 95 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-19051-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/555844> (дата обращения: 17.04.2024).

Кузин, О. П. Азбука основ настольного тенниса. Знание. Умение. Совершенство : учебное пособие / О. П. Кузин. — Нижневартовск : НВГУ, 2019. — 236 с. — ISBN 978-5-00047-535-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/208160> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Методика обучения студентов технике игры в настольный теннис : учебно-методическое пособие / составитель Ю. А. Ретинская. — Орел : ОрелГАУ, 2018. — 73 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/118830> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Оздоровительная физическая культура

Бароненко, Валентина Александровна. Здоровье и физическая культура студента : учебное пособие / Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина. - 2, перераб. - Москва : Издательский дом "Альфа-М", 2018. - 336 с. - ISBN 978-5-98281-157-8. - ISBN 978-5-16-100225-4. - ISBN 978-5-16-003545-1 : Б. ц. - Текст : непосредственный.

Смелкова, Е. В. Физическая культура в вузе для девушек. Оздоровительная гимнастика : учебное пособие для вузов / Е. В. Смелкова, Г. Г. Шаламова. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 100 с. — ISBN 978-5-507-48401-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/380663> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Ериков, В. М. Общие основы и виды оздоровительной физической культуры : учебное пособие / В. М. Ериков, А. А. Никулин, П. В. Левин. — Рязань : РГУ имени С.А.Есенина, 2021. — 140 с. — ISBN 978-5-907266-65-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/261347> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Физическая культура. Занятия физической культурой оздоровительно-кондиционной направленности в вузе : учебное пособие / Л. Д. Рыбина, Е. А. Койпышева, М. Г. Епифанова, Е. Н. Грицай. — Иркутск : ИРНИТУ, 2017. — 158 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/164023> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Векилян, К. М. Оздоровительная физическая культура в системе здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / К. М. Векилян, В. Г. Дьяков, Т. Н. Власова. — Волгоград : Волгоградский ГАУ, 2021. — 72 с. — ISBN 978-5-4479-0325-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/339251> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Плавание

Е.П. Столярова, Г.Н. Нижник, Плавание с методикой обучения: учебно-методическое пособие. – Елец: ЕГУ им. И.А. Бунина, 2017

Агеева, Г. Ф. Плавание : учебное пособие для спо / Г. Ф. Агеева, В. И. Величко, И. В. Тихонова. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 64 с. — ISBN 978-5-507-47480-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/382304> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Теория и методика плавания : учебно-методическое пособие / составители Л. В. Сунагатова, А. С. Шемереко. — Мурманск : МАГУ, 2022. — 75 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/266099> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Ериков, В. М. Теория и методика спортивного и оздоровительного плавания : учебно-методическое пособие / В. М. Ериков, А. А. Никулин, Т. В. Иванникова. — Рязань : РГУ имени С.А.Есенина, 2020. — 220 с. — ISBN 978-5-907266-47-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177002> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Золотов, В. Н. Организация и судейство соревнований по спортивному плаванию : учебное пособие / В. Н. Золотов, А. А. Зиннатнурова, Е. А. Золотова. — Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2019. — 76 с. — ISBN 978-5-6042440-3-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/251537> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Высоцкая, Е. А. Обучение плаванию в системе физического воспитания студентов вуза : учебное пособие / Е. А. Высоцкая. — Липецк : Липецкий ГТУ, 2022. — 59 с. — ISBN 978-5-00175-167-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/363590> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Подвижные игры

Подвижные игры : учебное пособие / О. С. Шалаев, В. Ф. Мишенькина, Ю. Н. Эртман, Е. Ю. Ковыршина. — Омск : СибГУФК, 2019. — 158 с. — ISBN 978-5-91930-122-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/142491> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Королева, И. В. Подвижные игры : учебное пособие / И. В. Королева. — Вологда : ВоГУ, 2014. — 104 с. — Текст : электронный // Лань :

электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/93128> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Подвижные игры в физическом воспитании : учебно-методическое пособие / составители И. В. Ветрова [и др.]. — Красноярск : КГПУ им. В.П. Астафьева, 2019. — 426 с. — ISBN 978-5-00102-298-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/167672> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Регби

Программно-методическое обеспечение по регби для системы дополнительного образования. — Красноярск, 2017. — 324 с

Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18365-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/534867> (дата обращения: 17.04.2024).

Скалолазание

Зданович, И. А. Рекреационное скалолазание : учебное пособие / И. А. Зданович, А. В. Шунько, А. И. Кравчук. — Омск : СибГУФК, 2020. — 100 с. — ISBN 978-5-91930-158-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/398750> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Попованова, Н. А. Скалолазание как значимый компонент физической культуры обучающихся вуза : учебное пособие / Н. А. Попованова, В. С. Зоммер, В. Б. Дюков. — Красноярск : КГПУ им. В.П. Астафьева, 2022. — 156 с. — ISBN 978-5-00102-567-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/300545> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Спортивная борьба

Письменский, И. А. Теория и методика избранного вида спорта. Спортивная борьба : учебник для вузов / И. А. Письменский. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 264 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05910-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/540326>

Абрамов, Н. А. Основы методики обучения спортивной борьбе : учебно-методическое пособие / Н. А. Абрамов, С. М. Мугаллимов. — Казань : Поволжский ГУФКСИТ, 2022. — 251 с. — ISBN 978-5-6048935-0-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/301574> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Вареников, Н. А. Средства развития специальных физических качеств в спортивной борьбе : учебно-методическое пособие / Н. А. Вареников, С. С. Сандраков, М. С. Сандраков. — Воронеж : ВГАС, 2023. — 50 с. — Текст :

электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/394370> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Спортивная борьба в программе элективных занятий студентов вузов железнодорожного транспорта : учебное пособие / составители С. Н. Смоляр [и др.] ; под редакцией С. Н. Смоляра. — Хабаровск : ДВГУПС, 2021. — 160 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/179323> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Спортивный туризм

Спортивно-оздоровительный туризм : учебное пособие / С. В. Соболев, В. М. Пашкевич, Н. В. Соболева [и др.]. ; Сибирский федеральный университет, Институт физической культуры, спорта и туризма. - Красноярск : СФУ, 2021 (2021-08-24). - 180 с., 11.3 усл. печ. л. : табл., цв. ил. - Библиогр.: с. 155-157. - 100 экз. - ISBN 978-5-7638-4501-3 : 359.00 р. - Изд. № 2021-13354. - Текст : непосредственный : электронный.

Магомедов, Р. Р. Туризм и спортивное ориентирование с методикой преподавания : учебное пособие / Р. Р. Магомедов, К. Г. Зеленский. — Ставрополь : СГПИ, 2023. — 325 с. — ISBN 978-5-907642-55-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/398639> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Бойко, В. В. Спортивно-оздоровительный туризм. Тесты : учебно-методическое пособие / В. В. Бойко. — Орел : МАБИВ, 2020. — 133 с. — ISBN 2413-6379. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/176360> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Фитнес аэробика

Булгакова, Ольга Викторовна. Фитнес-аэробика : учебное пособие / О. В. Булгакова, Н. А. Брюханова ; Сиб. федер. ун-т, Ин-т физ. культуры, спорта и туризма. - Красноярск : СФУ, 2019. - 110 с. : табл., цв. ил. - Библиогр.: с. 91-92. - 100 экз. - ISBN 978-5-7638-4017-9 : 275.00 р. - Изд. № 2018-6525. - Текст : непосредственный + Текст : электронный.

Ратманская, Татьяна Игоревна. Фитнес : Учебное пособие / Сибирский федеральный университет. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2021. - 100 с. - ISBN 978-5-7638-4512-9 : Б. ц. - Текст : непосредственный.

Базовые виды спорта. Аэробика : учебное пособие / составители О. Ю. Дружинина, Н. Б. Вершинина. — Ижевск : УдГАУ, 2020. — 76 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158619> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учебное пособие для вузов / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт,

2024. — 138 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07225-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539201> (дата обращения: 17.04.2024).

Силовые фитнес – технологии : учебно-методическое пособие / Е. Н. Чернышева, А. Е. Эрастов, Е. Н. Карасева [и др.]. — Великие Луки : Великолукская ГСХА, 2022. — 173 с. — ISBN 978-5-8047-0113-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/302531> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Футбол

Гладюк, В. Г. Футбол : учебное пособие для вузов / В. Г. Гладюк, Е. В. Конеева ; ответственный редактор Е. В. Конеева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 106 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12293-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/555757> (дата обращения: 16.04.2024).

Мальцев, Д. Н. Футбол в вузе : учебное пособие / Д. Н. Мальцев. — 2-е изд., пересмотр. и доп. — Киров : Кировский ГМУ, 2020. — 144 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/175357> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Базовые виды спорта. Футбол : учебное пособие. — Ижевск : УдГАУ, 2020. — 84 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158622> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Прокофьев, И. Е. Теория и методика футбола (общие и частные аспекты) : учебное пособие / И. Е. Прокофьев. — Елец : ЕГУ им. И.А. Бунина, 2022. — 98 с. — ISBN 978-5-00151-336-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/331946> (дата обращения: 17.04.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

4.2 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства (программное обеспечение, на которое университет имеет лицензию, а также свободно распространяемое программное обеспечение):

Для организации работы студентам требуется компьютеры с выходом в систему электронного обучения Сибирского федерального университета (e.sfu-kras.ru), с наличием программного обеспечения Microsoft Office.

1. WinRAR Standard License – для юридических лиц
2. Office Professional Plus 2007 Russian OLP NL AE
3. Windows Vista Starter 32-bit Russian 1pk DSP OEI DVD-2
4. Adobe Acrobat 8.0 Standard Russian Version Win Full Educ

4.3 Интернет-ресурсы, включая профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Цифровая платформа «U-sport» : официальный сайт. – Красноярск, - 2024. - URL: <https://u-sport.sfu-kras.ru>
2. Система электронного обучения СФУ : сайт / Центр обучающих систем Сибирского федерального университета, sfu-kras.ru. – Красноярск : СФУ, 2024 – URL: <http://e.sfu-kras.ru/>.
3. Библиотечно-издательский комплекс Сибирского федерального университета : сайт / Центр обучающих систем Сибирского федерального университета, sfu-kras.ru. – Красноярск : СФУ, 2024. – URL: <http://bik.sfu-kras.ru/>.
4. Государственная универсальная научная библиотека Красноярского края : официальный сайт. – Красноярск : КГАУК ГУНБ КК. - 2024 – URL: <http://www.kraslib.ru/>.
5. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту : сайт / Государственный центральный ордена Ленина институт физической культуры. – Москва : РУС «ГЦОЛИФК», 2024 – URL: <http://www.lib.sportedu.ru>.
6. ВФСК ГТО : официальный сайт. – Казань, – 2024 – URL: <https://gto.ru/>.
7. Здоровая Россия : официальный сайт. – Москва, – 2024 – URL: <http://www.takzdorovo.ru/>.
8. Электронно-библиотечная система Лань : официальный сайт. – Москва, - 2024 - URL: <https://e.lanbook.com/>
9. Образовательная платформа Ю-райт Лань : официальный сайт. – Москва, - 2024 - URL: <https://urait.ru/>

5 Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств является приложением к рабочей программе дисциплины (модуля), хранится на кафедре, обеспечивающей преподавание данной дисциплины (модуля).

6 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Спортивные залы, спортивные объекты и плоскостные сооружения, входящие в состав ФГАОУ ВО «Сибирский федеральный университет».