

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)

Институт прикладной математики, физики и информатики



УТВЕРЖДАЮ:

Директор института

Хорьков К.С.

« 08 »

2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ (для инвалидов и лиц с ОВЗ)**

(наименование дисциплины)

**направление подготовки / специальность**

02.03.02 «Фундаментальная информатика и информационные технологии»

(код и наименование направления подготовки (специальности))

**направленность (профиль) подготовки**

«Мобильные и Интернет-технологии»

(направленность (профиль) подготовки)

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью дисциплины является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих задач:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.
- получение навыков работы на аппаратно-программных средствах и диагностическом оборудовании, позволяющих определять индивидуальные психофизиологические особенности человеческого организма, позволяющие снижать утомляемость в процессе профессиональной деятельности и повышать качество ее результатов;
- изучение различных стратегий, а также социальных, медицинских, педагогических, психологических и информационных технологий первичной, вторичной, третичной профилактики нарушения здоровья человека;
- формирование и развитие мотивации к участию в волонтерском молодежном движении в области пропаганды здорового образа жизни, а также предупреждения отклоняющегося поведения.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (для инвалидов и лиц с ОВЗ)» относится к обязательной части учебного плана.

Занятия по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (для инвалидов и лиц с ОВЗ)» проводятся в форме практических занятий на спортивных объектах ВлГУ.

### 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП (компетенциями и индикаторами достижения компетенций).

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине, в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	
УК-7 – способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. <b>Знает</b> виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни	<b>Знает</b> методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; <b>Умеет</b> использовать средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; <b>Владеет</b> способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Контрольные нормативы
	УК-7.2. <b>Умеет</b> применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни	<b>Знает</b> основы теории и методики физической культуры и спорта, необходимые для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; <b>Умеет</b> использовать средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; <b>Владеет</b> средствами и методами физической культуры для	Контрольные нормативы

		поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	
	<b>УК-7.3. Владеет</b> средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования	<b>Знает</b> основные факторы здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; <b>Умеет</b> использовать средства и методы физической культуры для профессионально- личностного развития, физического самосовершенствован ия, формирования здорового образа жизни и стиля жизни; <b>Владеет</b> принципами, средствами и методами физической культуры для построения учебно- тренировочных занятий по физической культуре для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Контрольные нормативы

#### 4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 328 часов (форма обучения очная – ускоренная).

##### Тематический план: форма обучения – очная

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	в формате подготовки		
1	Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)	1	1-6		6			18	1 рейтинг-контроль
2	Плавание (адаптивные формы и виды)	1	7-12		6			18	2 рейтинг-контроль
3	Легкая атлетика (адаптивные формы и виды)	1	13-18		6			18	3 рейтинг-контроль
<b>Всего за 1 семестр</b>		<b>1</b>			<b>18</b>			<b>54</b>	<b>зачет</b>
1	Легкая атлетика (адаптивные формы и виды)	2	1-6		6			18	1 рейтинг-контроль
2	Спортивные и подвижные игры (адаптивные формы и виды)	2	7-18		12			36	2 рейтинг-контроль 3 рейтинг-контроль
<b>Всего за 2 семестр</b>		<b>2</b>			<b>18</b>			<b>54</b>	<b>зачет</b>
1	Адаптивная физическая культура	3	1-12		18			20	1 рейтинг-контроль 2 рейтинг-контроль
2	Легкая атлетика (адаптивные формы и виды)	3	13-18		36			18	3 рейтинг-контроль
<b>Всего за 3 семестр</b>		<b>3</b>			<b>54</b>			<b>38</b>	<b>зачет</b>
1	Легкая атлетика (адаптивные формы и виды).	4	1-6		18			20	1 рейтинг-контроль
2	Спортивные и подвижные игры (адаптивные формы и виды).	4	7-18		36			18	2 рейтинг-контроль 3 рейтинг-контроль

- Составление и проведение комплекса упражнений с учётом особенностей заболевания занимающихся (девушки, юноши);

2 рейтинг-контроль:

- Плавание 50 м (любым стилем), с учётом особенностей заболевания занимающихся (девушки, юноши);

3 рейтинг-контроль:

- Тест на скоростно-силовую подготовленность – бег 30 м, с учётом особенностей заболевания занимающихся (девушки, юноши);

2 семестр:

1 рейтинг-контроль:

- Тест на скоростно-силовую подготовленность – бег 60 м, с учётом особенностей заболевания занимающихся (девушки, юноши);

2 рейтинг-контроль:

- Проведение подвижных игр или эстафет (девушки, юноши);

3 рейтинг-контроль:

- Броски мяча в кольцо с места. Определяется пять точек по периметру штрафной зоны площадки для бросков в кольцо. Выполняется по три броска с каждой точки на точность попадания. Мячи для бросков подает партнер (девушки, юноши);

3 семестр:

1 рейтинг-контроль:

- Тест на скоростно-силовую подготовленность - прыжки в длину с места (девушки, юноши).

2 рейтинг-контроль:

- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (юноши);

- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на коленях (девушки);

3 рейтинг-контроль:

- Тест на общую выносливость – прохождение дистанции 2000 м (девушки);

- Тест на общую выносливость – прохождение дистанции 3000 м (юноши).

4 семестр:

1 рейтинг-контроль:

- Тест на скоростно-силовую подготовленность – бег 100 м, с учётом особенностей заболевания занимающихся (девушки, юноши);

2 рейтинг-контроль:

- Челночный бег 3x10 метров (девушки, юноши);

3 рейтинг-контроль:

- Метание набивного мяча (1кг) из-за головы двумя руками, сидя на полу ноги врозь (девушки, юноши).

**5.2. Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины (зачёт).**

Вопросы к зачету по дисциплине:

1 семестр:

1. Общая характеристика олимпийских видов лыжного спорта:

- лыжные гонки;
- лыжное двоеборье;
- прыжки на лыжах с трамплина;
- горнолыжный спорт;
- биатлон;
- фристайл;
- сноуборд.

2. Эксплуатационные характеристики лыж, типы лыжных креплений, детали лыжной палки.

3. Требования к одежде и обуви лыжника-гонщика.

4. Общая характеристика лыжных мазей и парафинов.

5. Технология смазки лыж и нанесения парафина.
6. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры.
7. Физическая культура студента.
8. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования.
9. Организация физического воспитания в вузе.
10. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
11. Организация и правила проведения соревнований по легкой атлетике.
12. Основы техники спортивной ходьбы и бега.
13. Основы техники прыжка в высоту.
14. Основы техники прыжка в длину.
15. Основы техники метаний.

Тематика рефератов для студентов полностью освобожденных  
(со справкой КЭК).

1. Лечебная физическая культура (ЛФК) при заболеваниях органов дыхания.
2. ЛФК при заболеваниях эндокринной системы.
3. ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
4. ЛФК после перенесенных травм.
5. ЛФК при заболеваниях органов зрения.
6. ЛФК при ЛОР-заболеваниях.

Вопросы к зачету по дисциплине:

2 семестр:

1. Общеразвивающие и специальные упражнения легкоатлетов.
2. Типовая схема обучения технике легкоатлетических упражнений.
3. Средства повышения тренированности легкоатлетов.
4. Легкая атлетика в школе и оздоровительном лагере.
5. Легкая атлетика и современное олимпийское движение.
6. Виды соревнований по баскетболу.
7. Системы розыгрышей в баскетболе. Их различия.
8. Принципы обучения баскетболу.
9. Методы обучения баскетболу.
10. Этапы преподавания баскетбола.
11. Организм человека как единая саморазвивающаяся биологическая система.
12. Общее представление о строении тела человека.
13. Функциональные системы организма.
14. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека.
15. Средства физической культуры и спорта.

Тематика рефератов для студентов полностью освобожденных  
(со справкой КЭК).

1. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
2. ЛФК при заболеваниях желез внутренней секреции.
3. ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
4. ЛФК при заболеваниях нервной системы.
5. ЛФК при черепно-мозговой травме.
6. ЛФК при заболеваниях мочеполовой системы.

Вопросы к зачету по дисциплине:

3 семестр:

1. История возникновения футбола как вида спорта.
2. Основные изменения в правилах игры в футбол.
3. Характерные особенности футбола как вида спорта.

4. Требования, предъявляемые к футбольной площадке. Разметка линий.
5. Инвентарь для игры в футбол. Его эволюция.
6. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.
7. Утомление и восстановление при физической и умственной работе.
8. Витамины и их роль в обмене веществ.
9. Обмен энергии. Состав пищи и суточный расход энергии.
10. Двигательная функция и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.
11. Основы спортивной тренировки в легкой атлетике.
12. Совершенствование техники и методики легкоатлетических видов на основе результатов научных изысканий.
13. Средства и методы развития выносливости у легкоатлетов.
14. Средства, методы и динамика развития силы у легкоатлетов.
15. Типовая структура урока по легкой атлетике, ее характеристика.

Тематика рефератов для студентов полностью освобожденных  
(со справкой КЭК).

1. Здоровый образ жизни студента.
2. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие.
3. Здоровый образ жизни и характеристики его составляющих.
4. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры.
5. Физическая культура студента.
6. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования.

Вопросы к зачету по дисциплине:

4 семестр:

1. Средства и методы развития быстроты и ловкости у легкоатлетов.
2. Подготовка к соревнованиям легкоатлетов.
3. Меры безопасности и профилактика травматизма в легкой атлетике.
4. Особенности тренировки в легкоатлетических многоборьях.
5. Оздоровительный бег и его значение.
6. История развитие волейбола.
7. Основные этапы развития волейбола в России.
8. Эволюция развития правил игры в волейбол.
9. Понятие о технике игры волейбол. Классификация техники игры в волейбол.
10. Техника игры в волейбол в нападении.
11. Техника игры в волейбол в защите.
12. Последовательность обучения основным техническим приемам в волейболе.
13. Средства и методы технической подготовки волейболистов.
14. Понятие о тактике в волейболе. Классификация тактики игры.
15. Тактика игры в волейбол в нападении.

Тематика рефератов для студентов полностью освобожденных  
(со справкой КЭК).

1. Организация физического воспитания в вузе.
2. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
3. Организм человека как единая саморазвивающаяся биологическая система.
4. Общее представление о строении тела человека.
5. Функциональные системы организма.
6. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека.
7. Средства физической культуры и спорта.

### 5.3. Самостоятельная работа обучающегося.

Самостоятельная работа студентов по изучению дисциплины включает следующие виды работ: изучение материала, изложенного на лекции; изучение материала, вынесенного на практические занятия; подготовка к практическим занятиям, выполнение индивидуального задания (реферат), подготовка презентации доклада.

#### Тематика рефератов для самостоятельной работы студентов по дисциплине

##### Плавание:

1. Способы и методы спасения утопающего. Оказание первой медицинской помощи утопающему.
2. ОФП и СФП занимающихся плаванием.
3. Плавание как оздоравливающий фактор. Противопоказания занятий плаванием.
4. Оборудование, инвентарь для обучения и занятий плаванием. Инвентарь, форма одежды пловца.
5. Спортивные и прикладные способы плавания и значения, и применение их в жизненных ситуациях.
6. Последовательность и методы обучения плавания способом брасс.
7. Последовательность и методы обучения плавания способом брасс стартом, поворотам в плавании кр/гр; н/сп; брасс.
8. Правила проведения, инвентарь и оборудование для проведения соревнований по плаванию.
9. Комплексное и эстафетное плавание. Применение их использование в повседневной и соревновательной деятельности.
10. Двигательные действия в плавании как предмет обучения и его этапность в обучении.
11. Плавание как жизненно необходимый навык.
12. Спортивное плавание и водные виды спорта.
13. Оздоровительно – реабилитационное плавание и фитнес (оздоровительное плавание).
14. Основы техники спортивного плавания.
15. Зрелищно – театрализованные мероприятия и праздник на воде.
16. Последовательность и методы обучения плаванию способом дельфин (баттерфляй).
17. Биомеханические основы техники плавания.
18. Общие требования к рациональной технике плавания.
19. Организация и проведение занятий и соревнований по плаванию.
20. Основы прикладного плавания.
21. Техника и методика обучения прикладному плаванию.
22. Плавание в системе физического воспитания.
23. Техника спортивных способов плавания.
24. История возникновения Олимпийских игр и динамика их развития.
25. Основные направления в развитии плавания.

##### Баскетбол:

1. Урок как основная форма проведения занятия по обучению баскетболу. Этапы урока.
2. Сила как физическое качество, необходимое для игры в баскетбол.
3. Быстрота как физическое качество, необходимое для игры в баскетбол.
4. Выносливость как физическое качество, необходимое для игры в баскетбол.
5. Гибкость как физическое качество, необходимое для игры в баскетбол.
6. Технические приемы с мячом в баскетболе.
7. Технические приемы без мяча в баскетболе.
8. Характеристика индивидуальной игры в защите.
9. Индивидуальная игра в нападении.
10. Специальная физическая подготовка в баскетболе.
11. Выносливость и ее развитие у баскетболистов.
12. Быстрота и ее развитие у баскетболистов.
13. Прыгучесть и ее развитие у баскетболистов.

14. Сила и ее развитие у баскетболистов.
15. Гибкость и ее развитие у баскетболистов.
16. Основы техники игры в баскетбол.
17. Основы командной защиты в баскетболе.
18. Основы командного нападения в баскетболе.
19. Индивидуальная игра в защите.
20. Индивидуальная игра в нападении.

Футбол:

1. Виды соревнований по футболу.
2. Системы розыгрышей. Их различия.
3. Принципы обучения футболу.
4. Методы обучения футболу.
5. Этапы преподавания футбола.
6. Урок как основная форма проведения занятия по обучению футболу. Этапы урока.
7. Специальная физическая подготовка в футболе.
8. Сила как физическое качество, необходимое для игры в футбол.
9. Быстрота как физическое качество, необходимое для игры в футбол.
10. Выносливость как физическое качество, необходимое для игры в футбол.
11. Гибкость как физическое качество, необходимое для игры в футбол.
12. Технические приемы с мячом в футболе.
13. Характеристика игры в защите.
14. Индивидуальная игра в нападении.
15. Выносливость и ее развитие у футболистов.
16. Быстрота и ее развитие у футболистов.
17. Прыгучесть и ее развитие у футболистов.
18. Сила и ее развитие у футболистов.
19. Гибкость и ее развитие у футболистов.
20. Основы техники игры в футбол.
21. Основы игры в защите в футболе.
22. Основы игры в нападении в футболе.
23. Индивидуальная игра в защите.
24. Индивидуальная игра в нападении.
25. Физическая подготовка и система тренировок в футболе.

Фонд оценочных материалов для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ
		Наличие в электронном каталоге ЭБС
Основная литература		
1. <b>Базякин, Н.В.</b> Лыжная подготовка студентов во Владимирском государственном университете: учеб.-метод. пособие / Н.В. Базякин, М.В. Петова; Владим. гос. ун-т им. А.Г. и Н.Г. Столетовых. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2020. – 87 с. – ISBN 978-5-9984-1135-9.	2020	<a href="http://e.lib.vlsu.ru:80/handle/123456789/8387">http://e.lib.vlsu.ru:80/handle/123456789/8387</a>
2. <b>Калинцева, И.Г.</b> Волейбол в университете [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / И.Г. Калинцева, С.А. Песчанова; Владимирский государственный университет им. А.Г. и Н.Г. Столетовых (ВлГУ). — Электронные текстовые данные (1 файл: 1,6 Мб). — Владимир: (ВлГУ), 2017. — 137 с.	2017	<a href="http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/6646/1/01685.pdf">http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/6646/1/01685.pdf</a>
3. <b>Калинцева, И.Г.</b> Организация занятий со студентами специальной медицинской группы в вузе: учеб.-метод. пособие / И.Г. Калинцева, С.А. Песчанова; Владим. гос. ун-т им. А.Г. и Н.Г. Столетовых. –Владимир: Изд-во ВлГУ, 2019. –96 с. ISBN978-5-9984-1026-0	2019	<a href="http://e.lib.vlsu.ru:80/handle/123456789/7887">http://e.lib.vlsu.ru:80/handle/123456789/7887</a>
4. <b>Пресняков, А.Н.</b> Обучение плаванию студентов, испытывающих страх в водной среде [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / А.Н. Пресняков; Владимирский государственный университет им. А.Г. и Н.Г. Столетовых (ВлГУ). — ВлГУ, 2019. — 80 с.	2019	<a href="http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/7567/1/01778.pdf">http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/7567/1/01778.pdf</a>
5. <b>Репникова, Е.А.</b> Коррекция телосложения студенток в процессе занятий физической культурой [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Е.А. Репникова [и др.]; Владимирский государственный университет им. А.Г. и Н.Г. Столетовых (ВлГУ). — 2017.— 63 с.	2017	<a href="http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/6505/1/01670.pdf">http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/6505/1/01670.pdf</a>
Дополнительная литература		
1. <b>Бабушкин, Г.Д.</b> Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов: учебник / Г.Д. Бабушкин. — Саратов: Вузовское образование, 2020. — 294 с. — ISBN 978-5-4487-0679-0.	2020	<a href="http://www.iprbookshop.ru/91118.html">http://www.iprbookshop.ru/91118.html</a>

2. <b>Зюрин, Э.А.</b> История и теория физической культуры. Технологии физического воспитания: учеб. пособие/ Э.А. Зюрин [и др.]; Фе-дер. науч. центр физ. культуры и спорта; Владим. гос. ун-т им. А.Г. и Н.Г. Столетовых. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2019. – 292с. – ISBN978-5-9984-0996-7.	2019	<a href="http://e.lib.vlsu.ru:80/handle/123456789/8275">http://e.lib.vlsu.ru:80/handle/123456789/8275</a>
3. <b>Ишухин, В.Ф.</b> Баскетбол. Стритбол [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / В.Ф. Ишухин [и др.]; Владимирский государственный университет им. А.Г. и Н. Г. Столетовых (ВлГУ). — (ВлГУ), 2016. — 116 с.	2016	<a href="http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/5405/1">http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/5405/1</a>
4. <b>Одинцова, С.В.</b> Теория и методика физической культуры: методические рекомендации для самостоятельной работы студентов / С. В. Одинцова. — Владимир: ВлГУ, 2013. — 36 с.	2013	<a href="http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/2664/1/01177.pdf">http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/2664/1/01177.pdf</a>
5. <b>Пулина, В.В.</b> Физическое воспитание студентов специального медицинского отделения в ВУЗе. Учебно-методическое пособие. /В.В. Пулина. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2014. –79 с.	2014	<a href="http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/3612/1/01341.pdf">http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/3612/1/01341.pdf</a>
6. <b>Степанов, А.Я.</b> Обучение технике баскетбола студентов, специализирующихся по модулю «Баскетбол»: учеб.-метод. пособие / А.Я. Степанов, А.В. Лебедев. – Владимир: Издательство ВлГУ, 2015. – 80 с. ISBN 978 – 5 – 9984 – 0667 – 6	2015	<a href="http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/4305/1/01444.pdf">http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/4305/1/01444.pdf</a>
7. Физиологические технологии повышения работоспособности в физической культуре и спорте: учебное пособие / составители И.Н. Калинина, С.Ю. Калинин. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 110 с. — ISBN 2227-8397.	2014	<a href="http://www.iprbookshop.ru/64984.html">http://www.iprbookshop.ru/64984.html</a>

#### **6.2. Периодические издания:**

1. Ж.: Теория и практика физической культуры (библиотека ВлГУ, пр-кт Строителей, д.11).
2. Ж.: Физическая культура, воспитание, образование, тренировка (библиотека ВлГУ, пр-кт Строителей, д.11).
3. Ж.: Физкультура и спорт (библиотека ВлГУ, пр-кт Строителей, д.11).

#### **6.3. Интернет ресурсы:**

1. «Консультант студента» <http://www.studentlibrary.ru>.
2. «Библиотекс» <https://vlsu.bibliotech.ru/>

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

Для реализации практических занятий по дисциплине предоставляются:

1. Спортивный корпус №1, где имеются:
  - зал №1 (большой);
  - зал №2 (малый);

- зал бокса;
- зал тяжелой атлетики;
- тренажерный зал;
- плавательный бассейн;
- зал для занятий йогой;
- лыжная база.

2. Спортивный корпус №2:

- большой зал с тремя коврами для борьбы;
- малый зал для борьбы;
- танцевальный зал.

3. Стрелковый тир.

Так же на занятиях необходим спортивный инвентарь – мячи волейбольные, мячи баскетбольные, мячи футбольные, набивные мячи, коврики, гантели, скакалки, гимнастические палки, обручи, специальные обучающие устройства, тренажёры и другой специальный инвентарь.

