

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Рабочая программа дисциплины

Б.1.В.24 Элективные курсы по физической культуре и спорту

Направление подготовки: Б.1.В. 24 Управление персоналом

Профиль подготовки: Управление персоналом организации

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Форма обучения: заочная

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Б.1.В.24 Элективные курсы по физической культуре и спорту» являются:

- 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 профессиональной деятельности.
- воспитание потребности в физическом самосовершенствовании и самовоспитании;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, повышение физической и умственной работоспособности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.
- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях 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;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Б. В.24 Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к вариативной части. Требования к предшествующим знаниям представлены в таблице 2.1. Перечень дисциплин, для которых дисциплина «Б. В.24 Элективные курсы по физической культуре и спорту» является основополагающей, представлена в таблице 2.2

Таблица 2.1. Требования к пререквизитам дисциплины

Дисциплина	Раздел
Физическая культура	Программа среднего (полного) общего образования.

Таблица 2.2. Требования к постреквизитам дисциплины

Дисциплина	Раздел
Психология	Психическая регуляция поведения

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Таблица 3.1 – Взаимосвязь планируемых результатов обучения по дисциплине и планируемых результатов освоения образовательной программы

Индекс и содержание компетенции	Знания	Умения	Навыки и (или) опыт деятельности
(ОК-8) способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Этап 1 –знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовки студентов, о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни. Этап 2 – знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	Этап 1 – уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств. Этап 2- уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	Этап 1 – владеть практическими навыками основ физической культуры. Этап 2 – владеть практическими методами основ физической культуры.

4. Объем дисциплины

Объем дисциплины «Б.1.В.24 Элективные курсы по физической культуре и спорту» составляет 328 академических часа, распределение объема дисциплины на контактную работу обучающихся с преподавателем (КР) и на самостоятельную работу обучающихся (СР) по видам учебных занятий и по периодам обучения представлено в таблице 4.1.

Таблица 4.1 Распределение объема дисциплины по видам учебных занятий и по периодам обучения, академические часы

№ п/п	Вид учебных занятий	Итого КР	Итого СР	Сессия № 7		Сессия № 8		Сессия № 9		Сессия № 10	
				КР	СР	КР	СР	КР		КР	СР
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Лекции (Л)										
2	Лабораторные работы (ЛР)										
3	Практические занятия (ПЗ)			2	80	2	80	2	80	2	78
4	Семинары(С)										
5	Курсовое проектирование (КП)										
6	Рефераты (Р)										
7	Эссе (Э)										
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)										
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИВ)										
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)										
11	Промежуточная аттестация										2
12	Наименование вида промежуточной аттестации									зачет	
13	Всего			2	80	2	80	2	80	2	80

5. Структура и содержание дисциплины

Структура дисциплины представлена в таблице 5.1

Таблица 5.1 – Структура дисциплины

№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										Коды формируемых
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	индивидуальные домашние задания	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1.	Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	7			2								ОК -8
1.1.	Тема 1-4 Легкая атлетика	7								8			ОК -8
1.2.	Тема 5-8 Волейбол	7								8			ОК -8
1.3.	Тема 9-12 Баскетбол	7								8			ОК -8
2.	Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	7											ОК -8
2.1.	Тема 13- 16 Футбол	7								8			ОК -8
2.2.	Тема 17-20 Гимнастика	7								8			ОК -8
2.3.	Тема 21-24 Легкая атлетика	7								8			ОК -8
3.	Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	7											ОК -8
3.1.	Тема 25-28 Лыжная подготовка	7								8			ОК -8
3.3.	Тема 29-32 О.Ф. П.	7								8			ОК -8
3.4.	Тема 33-36 Гимнастика	7								8			ОК -8
3.5.	Тема 37-40 Футбол	7								8			ОК -8
4.	Объем дисциплины в семестре	7			2					80			ОК-8
5.	Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью	8			2								ОК -8
5.1.	Тема 41-45 Баскетбол	8								10			ОК -8
5.2.	Тема 46-50 Волейбол	8								10			ОК -8

№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										Коды формируемых
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	индивидуальные домашние задания	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
5.3.	Тема 51-55 Легкая атлетика	8								10			ОК -8
6.	Раздел 5 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	8											
6.1	Тема 56-60 Легкая атлетика	8								10			ОК -8
6.2	Тема 61-63 Волейбол	8								6			ОК -8
6.3.	Тема 64-66 Баскетбол	8								6			ОК -8
7.	Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	8											ОК -8
7.1.	Тема 67-71 Футбол	8								10			ОК -8
7.2.	Тема 72-76 Гимнастика	8								10			ОК -8
7.3.	Тема 77-80 О.Ф.П.	8								8			ОК -8
8.	Объем дисциплины в семестре	8			2					80			ОК -8
9.	Раздел 7 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	9			2								ОК -8
9.1.	Тема 81-83 Лыжная подготовка	9								6			ОК -8
9.2	Тема 84-86 Волейбол	9								6			ОК -8
9.3	Тема 87-89 Баскетбол	9								6			ОК -8
9.4	Тема 90-92 О.Ф.П.	9								6			ОК -8
10.	Раздел 8 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	9											ОК-8
10.1	Тема 93-95 Лыжная подготовка	9								6			ОК -8
10.2	Тема 96-98 О.Ф.П.	9								6			ОК -8
10.3	Тема 99-101 Волейбол	9								6			ОК -8
10.4	Тема 102-104 Баскетбол	9								6			ОК -8

№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										Коды формируемых
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	индивидуальные домашние задания	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
11.	Раздел 9 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	9											ОК -8
11.1	Тема 105-108 Легкая атлетика	9								8			ОК -8
11.2	Тема 109-111 О.Ф.П.	9								6			ОК -8
11.3	Тема 112-114 Волейбол	9								6			ОК -8
11.4	Тема 115-117 Баскетбол	9								6			ОК -8
11.5	Тема 118-120 Гимнастика	9								6			ОК -8
12.	Объем дисциплины в семестре	9			2					80			ОК-8
13.	Раздел 10 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	10			2								ОК -8
13.1	Тема 121-123 Волейбол	10								6			ОК -8
13.2	Тема 124-126 Футбол	10								6			ОК -8
13.3	Тема 127-129 Гимнастика	10								6			ОК -8
13.4	Тема 130-132 О.Ф.П.	10								6			ОК -8
14.	Раздел 11 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	10											ОК -8
14.1	Тема 133-135 Лыжная подготовка	10								6			ОК -8
14.2	Тема 136-137 О.Ф.П.	10								4			ОК -8
14.3	Тема 138-140 Баскетбол	10								6			ОК -8
14.4	Тема 141-143 Волейбол	10								6			ОК -8
14.5	Тема 144-146 Гимнастика	10								6			ОК -8
15.	Раздел 12 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	10											ОК -8
15.1	Тема 147-148 О.Ф.П.	10								4			ОК -8

№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										Коды формируемых
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	индивидуальные домашние задания	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
15.2	Тема 149-151 Баскетбол	10								6			ОК -8
15.3	Тема 152-154 Волейбол	10								6			ОК -8
15.4	Тема 155-159 Легкая атлетика	10								10			ОК -8
16.	Объем дисциплины в семестре	10			2					78		2	ОК -8
17.	Всего по дисциплине				8					318		2	ОК -8

5. 2. Структура и содержание дисциплины

5.2.1- Темы лекций (не предусмотрены учебным планом)

5.2.1- Темы лабораторных работ (не предусмотрены учебным планом)

5.2.1- Темы практических занятий

№ п.п.	Наименование темы занятия	Объем, академические часы
7 сессия		
ПЗ - 1	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.	2
8 сессия		
ПЗ – 2	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.	2
9 сессия		
ПЗ – 3	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	2
10 сессия		
ПЗ – 4	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	2
Итого по дисциплине		8

5.2.1- Темы самостоятельных занятий

№ п.п.	Наименование темы занятий	Объем, Академические часы
7 сессия		
СЗ - 1	Легкая атлетика.	2
СЗ - 2	Легкая атлетика.	2
СЗ - 3	Легкая атлетика.	2
СЗ - 4	Легкая атлетика.	2
СЗ - 5	Волейбол.	2

СЗ - 6	Волейбол.	2
СЗ - 7	Волейбол.	2
СЗ - 8	Волейбол.	2
СЗ - 9	Баскетбол	2
СЗ -10	Баскетбол	2
СЗ -11	Баскетбол	2
СЗ -12	Баскетбол	2
СЗ -13	Футбол	2
СЗ -14	Футбол	2
СЗ -15	Футбол	2
СЗ -16	Футбол	2
СЗ -17	Гимнастика	2
СЗ -18	Гимнастика	2
СЗ -19	Гимнастика	2
СЗ -20	Гимнастика	2
СЗ -21	Легкая атлетика	2
СЗ -22	Легкая атлетика	2
СЗ -23	Легкая атлетика	2
СЗ -24	Легкая атлетика	2
СЗ -25	Лыжная подготовка	2
СЗ -26	Лыжная подготовка	2
СЗ-27	Лыжная подготовка	2
СЗ -28	Лыжная подготовка	2
СЗ -29	О.Ф.П. (общая физическая подготовка)	2
СЗ -30	О.Ф.П.	2
СЗ -31	О.Ф.П.	2
СЗ -32	О.Ф.П.	2
СЗ -33	Гимнастика	2
СЗ -34	Гимнастика	2
СЗ -35	Гимнастика	2
СЗ -36	Гимнастика	2
СЗ -37	Футбол	2
СЗ -38	Футбол	2
СЗ -39	Футбол	2
СЗ -40	Футбол	2

8 сессия		
СЗ -41	Баскетбол	2
СЗ -42	Баскетбол	2
СЗ -43	Баскетбол	2
СЗ - 44	Баскетбол	2
СЗ -45	Баскетбол	2
СЗ -46	Волейбол.	2
СЗ -47	Волейбол.	2
СЗ -48	Волейбол.	2
СЗ -49	Волейбол.	2
СЗ -50	Волейбол.	2
СЗ -51	Легкая атлетика	2
СЗ -52	Легкая атлетика	2
СЗ -53	Легкая атлетика	2
СЗ -54	Легкая атлетика	2
СЗ -55	Легкая атлетика	2
СЗ -56	Легкая атлетика	2
СЗ -57	Легкая атлетика	2
СЗ -58	Легкая атлетика	2
СЗ -59	Легкая атлетика	2
СЗ -60	Легкая атлетика	2
СЗ -61	Волейбол.	2
СЗ - 62	Волейбол.	2
СЗ -63	Волейбол.	2
СЗ -64	Баскетбол	2
СЗ -65	Баскетбол	2
СЗ -66	Баскетбол	2
СЗ -67	Футбол	2
СЗ -68	Футбол	2
СЗ-69	Футбол	2
СЗ -70	Футбол	2
СЗ -71	Футбол	2
СЗ -72	Гимнастика	2
СЗ -73	Гимнастика	2
СЗ -74	Гимнастика	2

СЗ -75	Гимнастика	2
СЗ -76	Гимнастика	2
СЗ -77	О.Ф.П.	2
СЗ -78	О.Ф.П.	2
СЗ -79	О.Ф.П.	2
СЗ -80	О.Ф.П.	2
9 сессия		
СЗ -81	Лыжная подготовка	2
СЗ -82	Лыжная подготовка	2
СЗ -83	Лыжная подготовка	2
СЗ -84	Волейбол.	2
СЗ -85	Волейбол.	2
СЗ -86	Волейбол.	2
СЗ -87	Баскетбол	2
СЗ -88	Баскетбол	2
СЗ - 89	Баскетбол	2
СЗ -90	О.Ф.П.	2
СЗ -91	О.Ф.П.	2
СЗ -92	О.Ф.П.	2
СЗ -93	Лыжная подготовка	2
СЗ -94	Лыжная подготовка	2
СЗ -95	Лыжная подготовка	2
СЗ -96	О.Ф.П.	2
СЗ -97	О.Ф.П.	2
СЗ -98	О.Ф.П.	2
СЗ -99	Волейбол.	2
СЗ -100	Волейбол.	2
СЗ -101	Волейбол.	2
СЗ -102	Баскетбол	2
СЗ -103	Баскетбол	2
СЗ -104	Баскетбол	2
СЗ -105	Легкая атлетика	2
СЗ -106	Легкая атлетика	2
СЗ -107	Легкая атлетика	2
СЗ -108	Легкая атлетика	2

СЗ -109	О.Ф.П.	2
СЗ -110	О.Ф.П.	2
СЗ -111	О.Ф.П.	2
СЗ -112	Волейбол.	2
СЗ -113	Волейбол.	2
СЗ -114	Волейбол.	2
СЗ -115	Баскетбол	2
СЗ -116	Баскетбол	2
СЗ -117	Баскетбол	2
СЗ -118	Гимнастика	2
СЗ -119	Гимнастика	2
СЗ -120	Гимнастика	2
10 сессия		
СЗ -121	Волейбол.	2
СЗ -122	Волейбол.	2
СЗ -123	Волейбол.	2
СЗ -124	Футбол	2
СЗ -125	Футбол	2
СЗ -126	Футбол	2
СЗ -127	Гимнастика	2
СЗ -128	Гимнастика	2
СЗ -129	Гимнастика	2
СЗ -130	О.Ф.П.	2
СЗ -131	О.Ф.П.	2
СЗ -132	О.Ф.П.	2
СЗ -133	Лыжная подготовка	2
СЗ -134	Лыжная подготовка	2
СЗ -135	Лыжная подготовка	2
СЗ -136	О.Ф.П.	2
СЗ -137	О.Ф.П.	2
СЗ -138	Баскетбол	2
СЗ -139	Баскетбол	2
СЗ -140	Баскетбол	2
СЗ -141	Волейбол.	2
СЗ -142	Волейбол.	2

СЗ -143	Волейбол.	2
СЗ -144	Гимнастика	2
СЗ -145	Гимнастика	2
СЗ -146	Гимнастика	2
СЗ -147	О.Ф.П.	2
СЗ -148	О.Ф.П.	2
СЗ -149	Баскетбол	2
СЗ -150	Баскетбол	2
СЗ -151	Баскетбол	2
СЗ -152	Волейбол.	2
СЗ -153	Волейбол.	2
СЗ -154	Волейбол.	2
СЗ -155	Легкая атлетика	2
СЗ -156	Легкая атлетика	2
СЗ -157	Легкая атлетика	2
СЗ -158	Легкая атлетика	2
СЗ -159	Легкая атлетика	2
Практические занятия		8
Промежуточная аттестация		2
Итого по дисциплине		328

5.2.4- Темы семинарских занятий (не предусмотрены учебным планом)

5.2.5- Курсовых работ (проектов) (не предусмотрены планом)

5.2.6- Темы рефератов (не предусмотрены)

5.2.7- Темы эссе (не предусмотрены)

5.2.8- Темы индивидуальных домашних заданий (не предусмотрены)

5.2.9- Вопросы для самостоятельного изучения

№ п.п.	Наименование темы	Наименование вопроса	Объем, академические часы
1.	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	1. Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.	2

		<p>2.Формирование мотивов и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.</p> <p>3.Формы самостоятельных занятий.</p> <p>4.Содержание самостоятельных занятий.</p> <p>5. Планирование объема и интенсивности физических упражнений с учетом умственной учебной деятельности.</p> <p>6.Управление процессом самостоятельных занятий.</p> <p>7. Определение цели.</p> <p>8. Учет индивидуальных особенностей.</p> <p>9. Предварительный, текущий и итоговый учет тренировочной нагрузки и корректировка тренировочных планов.</p>	
2.	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	<p>1. Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС.</p> <p>2. Признаки чрезмерной нагрузки.</p> <p>3. Пульсовые режимы рациональной тренировочной нагрузки для лиц студенческого возраста.</p> <p>4. ЧСС/ПАНО (частота</p>	2

		<p>сердечных сокращений/порог анаэробного обмена) у лиц разного возраста.</p> <p>5. Энергозатраты при физической нагрузке разной интенсивности.</p> <p>6. Гигиенические требования при проведении занятий: места занятий, одежда, обувь, профилактика травматизма.</p> <p>7. Гигиена самостоятельных занятий: питание, питьевой режим, уход за кожей.</p> <p>8. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.</p>	
3.	<p>Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями спортом.</p> <p>и</p>	<p>1. Диагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.</p> <p>2. Виды диагностики, их цели и задачи.</p> <p>3. Диспансеризация.</p> <p>4. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физическими упражнениями и спортом, его содержание и периодичность.</p> <p>5. Педагогический контроль, его содержание.</p> <p>6. Виды педагогического контроля.</p>	2
4.	<p>Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями</p> <p>и</p>	<p>1. Самоконтроль, его цель и задачи.</p> <p>2. Основные методы самоконтроля.</p> <p>3. Объективные и</p>	2

	спортом.	<p>субъективные показатели самоконтроля. 4.Критерии оценки самоконтроля. Дневник самоконтроля.</p> <p>5.Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности.</p> <p>6.Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.</p>	
Итого по дисциплине			Σ8

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература, необходимая для освоения дисциплины

1. Малютина М.В.Физическая культура студентов в вузе [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие \М.В.Малютина, В.И.Соболева, О.В.Загородняя, С.С.Загородний. – Оренбург: Издательский центр ОГАУ, 2016. – 84 с. ЭБС «Книгафонд»
2. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс] Учебник для вузов физической культуры. Л.П.Матвеев – Москва: Советский спорт, 2010.-340 с. ЭБС «Книгафонд»

6.2 Дополнительная литература, необходимая для освоения дисциплины

1. Мироненко Е.Н.Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник/Е.Н.Мироненко О..Л.Трещева Е.Б.Штучная, А.И.Муллер. - Москва :ИНТУИТ,2011.-197с. ЭБС «Книгафонд»
2. Балахничев В.В. Бегай, прыгай, метай [Электронный ресурс] Руководство по обучению легкой атлетике / В.В.Балахничев, В.Б.Зеличенка.- Москва; Человек.2011.-340 с. ЭБС «Книгафонд»
3. Серов Л.К.Профессиональный отбор в спорте [Электронный ресурс] Учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры /Л.К.Серов. – Москва: Человек 2011.-160 с. ЭБС «Книгафонд»

4.Брискин Ю.А Адаптивный спорт [Электронный ресурс]: Ю.А.Брискин, С.П.Евсеев, А.В. Передеркин. – Москва: Советский спорт, 2010.-315 с. ЭБС «Книгафонд»

6.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины и другие материалы к занятиям

Электронное учебное пособие включающее:

- методические указания по выполнению практических работ.

6. 4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа обучающихся не предусмотрена.

6. 5 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

1. Open Office
2. JoliTest (JTRun, JTEditor, TestRun)

6. 6 Перечень ресурсов информационных телекоммуникационной сети, «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. <http://www.knigafund.ru/> - ЭБС
2. <http://e.lanbook.com/> - ЭБС
3. <http://rucont.ru/> - ЭБС
4. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - ЭБС
5. <http://www.rsl.ru> Российская государственная библиотека (РГБ)
6. <http://www.edu.ru/> - федеральный портал российского образования.

Нормативные материалы по образованию, учебно-методические материалы и ресурсы по всем направлениям, специальностям.

7.<http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.

8. <http://tpfk.infosport.ru> – Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры

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

Занятия практического типа проводятся в легкоатлетическом манеже, оборудованном беговой дорожкой, футбольной и волейбольной площадками,

ковром для борьбы, тренажерами, а так же в спортивном зале, оборудованном баскетбольной и волейбольной площадками, и в зале ритмической гимнастики, оборудованном зеркальной стенкой и ковром.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине представлен в Приложении 1.

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 38.03.03 Управление персоналом, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от г. №

Разработал

В.В.Сапожников