

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина	<b>Основы спортивной практики</b>
Факультет	Факультет физической культуры и реабилитации
Кафедра	Кафедра теории и методики физической культуры и спорта
Курс	3

Направление (специальность): 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль/специализация): Технология спортивной подготовки

Форма обучения: очная, заочная

Дата введения в учебный процесс УлГУ: 01.09.2024 г.


Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Сведения о разработчиках:

ФИО	КАФЕДРА	Должность, ученая степень, звание
Проданов Александр Владимирович	Кафедра теории и методики физической культуры и спорта	Ассистент
	Кафедра физической культуры	Ассистент

<b>СОГЛАСОВАНО</b>
<b>Заведующий выпускающей кафедрой</b>
 / <u>Вальцев В.В.</u> / Подпись
«16» мая 2024г.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Цели освоения дисциплины:**

обобщение научных знаний, отражающих сущность спорта, общих закономерностей его функционирования и дальнейшего развития в обществе

### **Задачи освоения дисциплины:**

- освоение методов исследования, навыков организации и проведения эксперимента;
- освоение умений практической реализации научно-методических положений в процессе физкультурно-спортивных занятий;
- ознакомление с методами применения технических средств и компьютерной техники в процессе теоретических и практических занятий.
- Проводить научные исследования по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием опробованных методик;
- Осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований;
- Использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся, обработки результатов исследования, решения других практических задач

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП**

Дисциплина «Основы спортивной практики» относится к числу дисциплин блока Б1.О, предназначенного для студентов, обучающихся по направлению: 49.03.01 Физическая культура.

В процессе изучения дисциплины формируются компетенции: ПК-1.

Основные положения дисциплины используются в дальнейшем при изучении таких дисциплин как: Основы спортивной практики, Спортивная практика, Педагогическая практика, Проектная деятельность, Теория и методика юношеского спорта, Профессионально-ориентированная практика, Основы юношеского спорта, Ознакомительная практика, Тренерская практика, Преддипломная практика, Режиссура спортивно-массовых мероприятий, Выполнение, подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы.

## **3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Код и наименование реализуемой компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций
ПК-1 Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования	<p><b>знать:</b> Современные методы спортивной тренировки, технологии обучения техническим умениям и навыкам соревновательного упражнения и диагностики различных видов подготовки спортсмена;</p> <p><b>уметь:</b> использовать современные методы подготовки спортсмена, и технологии обучения технике в различных видах спорта и диагностики физического состояния спортсмена;</p> <p><b>владеть:</b> способностью целесообразно использовать современные методы тренировочного процесса, технологии технической и тактической подготовок для выведения спортсмена на максимально возможный результат и диагностики готовности спортсмена к выступлению в соревнованиях.</p>

#### 4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах (всего): 2 ЗЕТ

4.2. Объем дисциплины по видам учебной работы (в часах): 72 часа

Форма обучения: очная

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения <u>очная</u> )	
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам
		5
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	36	36
Аудиторные занятия:	36	36
Лекции	-	-
Семинары и практические занятия	36	36
Лабораторные работы, практикумы	-	-
Самостоятельная работа	36	36
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др. (не менее 2 видов)	Тестирование	Тестирование
Курсовая работа	-	-
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	Зачет (0)	Зачет
Всего часов по дисциплине	72	72

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

Форма обучения: заочная

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения <u>заочная</u> )	
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам
		5
1	2	3
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	10	10
Аудиторные занятия:	10	10
Лекции	-	-
Семинары и практические занятия	10	10
Лабораторные работы, практикумы	-	-
Самостоятельная работа	58	58
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др. (не менее 2 видов)	Тестирование	Тестирование
Курсовая работа	-	-
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	Зачет (4)	Зачет
Всего часов по дисциплине	72	72

#### 4.3. Содержание дисциплины. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Форма обучения: очная

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Раздел 1. Общая характеристика спорта</b>							
Тема 1.1. Спортивный отбор	8	0	4	0	0	4	Тестирование

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
Тема 1.2. Средства, тренировочные и соревновательные нагрузки, методы спортивной тренировки	8	0	4	0	0	4	Тестирование
Тема 1.3. Техническая подготовка спортсмена	8	0	4	0	0	4	Тестирование
Тема 1.4. Тактическая подготовка спортсмена	8	0	4	0	0	4	Тестирование
<b>Раздел 2. Система спортивной тренировки</b>							
Тема 2.1. Психологическая и интеллектуальная подготовка спортсмена	8	0	4	0	0	4	Тестирование
Тема 2.2. Физическая подготовка спортсмена. Выносливость спортсмена	8	0	4	0	0	4	Тестирование
Тема 2.3. Силовые и скоростные способности спортсмена	8	0	4	0	0	4	Тестирование
Тема 2.4. Д	8	0	4	0	0	4	Тестирование

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний	
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа		
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы				
1	2	3	4	5	6	7	8	
вигательно-координационные способности спортсмена								ние
Тема 2.5. Гибкость спортсмена	8	0	4	0	0	4		Тестирование
<b>Итого подлежит изучению</b>	72	0	36	0	0	36		

### 4.3. Содержание дисциплины. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Форма обучения: заочная

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний	
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа		
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы				
1	2	3	4	5	6	7	8	
<b>Раздел 1. Общая характеристика спорта</b>								
Тема 1.1. Спортивный отбор	7	0	1	0	0	6		Тестирование
Тема 1.2. Средства, тренировочные и соревновательные нагрузки, методы спортивной тренировки	7	0	1	0	0	6		Тестирование
Тема 1.3. Техническая	7	0	1	0	0	6		Тестирование

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
подготовка спортсмена							
Тема 1.4. Тактическая подготовка спортсмена	7	0	1	0	0	6	Тестирование
<b>Раздел 2. Система спортивной тренировки</b>							
Тема 2.1. Психологическая и интеллектуальная подготовка спортсмена	12	0	2	0	0	10	Тестирование
Тема 2.2. Физическая подготовка спортсмена. Выносливость спортсмена	7	0	1	0	0	6	Тестирование
Тема 2.3. Силовые и скоростные способности спортсмена	7	0	1	0	0	6	Тестирование
Тема 2.4. Двигательно-координационные способности спортсмена	7	0	1	0	0	6	Тестирование
Тема 2.5. Гибкость спортсмена	7	0	1	0	0	6	Тестирование
<b>Итого подлежит</b>	68	0	10	0	0	58	

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
изучению							

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Раздел 1. Общая характеристика спорта

#### Тема 1.1. Спортивный отбор

1. Возрастные границы этапов спортивного отбора в избранном виде спорта 2. Критерии морфофункционального отбора. 3. Критерии педагогического отбора 4. Критерии психологического отбора 5. Критерии социологического отбора

#### Тема 1.2. Средства, тренировочные и соревновательные нагрузки, методы спортивной тренировки

1. Собственно-соревновательные средства в избранном виде спорта. 2. Специально-подготовительные средства в избранном виде спорта. 3. Обще-подготовительные средства в избранном виде спорта. 4. Привести примеры упражнений из разных зон мощности. 5. Общепедагогические методы 6. Общепсихологические методы 7. Практические методы

#### Тема 1.3. Техническая подготовка спортсмена

1. Понятие и виды техники. 2. Критерии техники 3. Техническое мастерство, его критерии. 4. Понятие технической подготовки. 5. Общетеchnическая подготовка. 6. Специальная техническая подготовка

#### Тема 1.4. Тактическая подготовка спортсмена

1. Понятие и виды тактики. 2. Критерии тактики. 3. Понятие тактической подготовки. 4. Общая тактическая подготовка. 5. Специальная тактическая подготовка

### Раздел 2. Система спортивной тренировки

#### Тема 2.1. Психологическая и интеллектуальная подготовка спортсмена

1. Понятие психологической подготовки. 2. Виды психологической подготовки. 3. Общая психологическая подготовка 4. Специальная психологическая подготовка 5. Классификация средств и методов психологической подготовки. 6. Понятие интеллектуальной подготовки. 7. Виды теоретической подготовки



Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

## **Тема 2.2. Физическая подготовка спортсмена. Выносливость спортсмена**

1. Понятие физической подготовки. 2. Виды физической подготовки. 3. Общая физическая подготовка. 4. Специальная физическая подготовка. 5. Понятие выносливости, ее виды. 6. Факторы, влияющие на проявление выносливости у спортсменов. 7. Средства и методы для развития выносливости. 8. Средства контроля за уровнем развития выносливости

## **Тема 2.3. Силовые и скоростные способности спортсмена**

1. Понятие силовых способностей, виды. 2. Факторы, влияющие на проявление силовых способностей у спортсменов. 3. Средства и методы для развития силовых способностей. 4. Средства контроля за уровнем развития силовых способностей. 5. Понятие скоростных способностей, виды. 6. Факторы, влияющие на проявление скоростных способностей у спортсменов. 7. Средства и методы для развития скоростных способностей. 8. Средства контроля за уровнем развития скоростных способностей

## **Тема 2.4. Двигательно-координационные способности спортсмена**

1. Понятие двигательно-координационных способностей, виды. 2. Факторы, влияющие на проявление двигательно-координационных способностей у спортсменов. 3. Средства и методы для развития двигательно-координационных способностей. 4. Средства контроля за уровнем развития двигательно-координационных способностей.

## **Тема 2.5. Гибкость спортсмена**

1. Понятие гибкости, виды. 2. Факторы, влияющие на проявление гибкости у спортсменов. 3. Средства и методы для развития гибкости. 4. Средства контроля за уровнем развития гибкости.

## **6. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ**

### **Раздел 1. Общая характеристика спорта**

#### **Тема 1.1. Спортивный отбор**

#### **Тема 1.2. Средства, тренировочные и соревновательные нагрузки, методы спортивной тренировки**

#### **Тема 1.3. Техническая подготовка спортсмена**

#### **Тема 1.4. Тактическая подготовка спортсмена**

### **Раздел 2. Система спортивной тренировки**

#### **Тема 2.1. Психологическая и интеллектуальная подготовка спортсмена**

#### **Тема 2.2. Физическая подготовка спортсмена. Выносливость спортсмена**

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

### **Тема 2.3. Силовые и скоростные способности спортсмена**

### **Тема 2.4. Двигательно-координационные способности спортсмена**

### **Тема 2.5. Гибкость спортсмена**

## **7. ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ, ПРАКТИКУМЫ**

Данный вид работы не предусмотрен УП.

## **8. ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ, РЕФЕРАТОВ**

Данный вид работы не предусмотрен УП.

## **9. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ**

1. Понятие "спорт" в узком и широком смысле. Виды спорта и функции в обществе.
2. Особенности организации спортивной работы в различных образовательных учреждениях.
3. Роль научно-методической деятельности в повышении эффективности процесса подготовки спортсменов.
4. Способы профилактики перенапряжения, переутомления и перетренировки в системе спортивной подготовки. Восстановление работоспособности спортсмена.
5. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах. Виды планирования учебно-тренировочного процесса.
6. Самоконтроль спортсмена. Основные разделы дневника спортсмена
7. Теоретическая подготовка как составная часть спортивной тренировки. Формы теоретической подготовки
8. Врачебный контроль в системе спортивной подготовки. Задачи врачебного контроля.
9. Понятие "спортивная ориентация". Связь ориентации с детско-юношеским спортом.
10. Связь спортивной тренировки с соревновательной деятельностью.
11. Техническая подготовка как составная часть спортивной тренировки. Этапы технической подготовки. Составные части технической подготовки.
- 12.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

13. Детско-юношеский спорт. Характеристика его связи со спортом высших достижений и с массовым спортом.
14. Понятие "спортивная подготовка". Разделы и этапы многолетней спортивной подготовки.
15. Соревнования как неотъемлемая часть спорта. Классификация соревнований.
16. Тренировочные, соревновательные нагрузки и восстановление. Характеристика педагогических, медико-биологических и психологических средств восстановления.
17. Дополнительные факторы в системе многолетней спортивной подготовки.
18. Понятие "спортивная форма". Характеристика спортивной формы.
19. Спортивная работа в оздоровительных и спортивно-оздоровительных лагерях, по месту жительства, в местах отдыха.
20. Учет и контроль в процессе спортивной подготовки.
21. Интегральная подготовка как составная часть спортивной тренировки. Средства интегральной подготовки.
22. Понятие "спортивный отбор". Особенности отбора на этапах многолетней системы подготовки спортсменов.
- 23.
24. Спортивная тренировка как основная форма спортивной подготовки. Роль тренировки в подготовке спортсменов.
25. Учет и контроль в процессе спортивной тренировки. Сравнительный анализ учебно-тренировочных занятий.
26. Морально-волевая подготовка как составная часть спортивной тренировки. Пути морально-волевой подготовки.
27. Понятие "тренировочная нагрузка". Особенности нормирования тренировочной нагрузки.
28. Спортивные соревнования. Классификация спортивных соревнований.
29. Факторы и тенденции развития спортивных достижений.
30. Основные методы оценки функционального состояния спортсмена.
31. Предстартовое состояние. Виды предстартовых состояний. Средства, методы, используемые для снижения предстартовых волнений.

32. Тактическая подготовка как составная часть спортивной тренировки. Обучение тактике и ее совершенствование.

33. Физическая подготовка как составная часть спортивной тренировки. Общая и специальная физическая подготовка.

34.

35. Основные методы тренировки. Характеристика общепедагогических и практических методов тренировки.

36. Профессиональные умения и навыки тренера по спорту. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий в процессе спортивной тренировки.

37. Тактическая подготовка как составная часть спортивной тренировки. Классификация тактики. Методы регистрации и оценки тактической подготовки.


## 10. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

*Содержание, требования, условия и порядок организации самостоятельной работы обучающихся с учетом формы обучения определяются в соответствии с «Положением об организации самостоятельной работы обучающихся», утвержденным Ученым советом УлГУ (протокол №8/268 от 26.03.2019г.).*

*По каждой форме обучения: очная/заочная/очно-заочная заполняется отдельная таблица*


Форма обучения: очная

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др).	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
<b>Раздел 1. Общая характеристика спорта</b>			
Тема 1.1. Спортивный отбор	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	4	Тестирование
Тема 1.2. Средства, тренировочные и соревновательные нагрузки, методы спортивной тренировки	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	4	Тестирование
Тема 1.3. Техническая	Проработка учебного материала с	4	Тестирование

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

<b>Название разделов и тем</b>	<b>Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др).</b>	<b>Объем в часах</b>	<b>Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)</b>
подготовка спортсмена	использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.		
Тема 1.4. Тактическая подготовка спортсмена	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	4	Тестирование
<b>Раздел 2. Система спортивной тренировки</b>			
Тема 2.1. Психологическая и интеллектуальная подготовка спортсмена	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	4	Тестирование
Тема 2.2. Физическая подготовка спортсмена. Выносливость спортсмена	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	4	Тестирование
Тема 2.3. Силовые и скоростные способности спортсмена	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	4	Тестирование
Тема 2.4. Двигательно-координационные способности спортсмена	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	4	Тестирование
Тема 2.5. Гибкость спортсмена	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	4	Тестирование

Форма обучения: заочная

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

<b>Название разделов и тем</b>	<b>Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др).</b>	<b>Объем в часах</b>	<b>Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)</b>
<b>Раздел 1. Общая характеристика спорта</b>			
Тема 1.1. Спортивный отбор	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 1.2. Средства, тренировочные и соревновательные нагрузки, методы спортивной тренировки	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 1.3. Техническая подготовка спортсмена	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 1.4. Тактическая подготовка спортсмена	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
<b>Раздел 2. Система спортивной тренировки</b>			
Тема 2.1. Психологическая и интеллектуальная подготовка спортсмена	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Тема 2.2. Физическая подготовка спортсмена. Выносливость спортсмена	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 2.3. Силовые и скоростные способности спортсмена	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 2.4. Двигательно-координационные способности спортсмена	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	6	Тестирование
Тема 2.5. Гибкость спортсмена	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-	6	Тестирование

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др).	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
	методического и информационного обеспечения дисциплины.		

## 11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### а) Список рекомендуемой литературы

#### основная

1. Никитушкин В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебник / В.Г. Никитушкин ; Никитушкин В.Г. - Москва : Советский спорт, 2013. - 280 с. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971806165.html>. - Режим доступа: ЭБС "Консультант студента"; по подписке. - ISBN 978-5-9718-0616-5. / .— ISBN 0\_256255

2. Евдокимов В.И. Методология и методика проведения научной работы по физической культуре и спорту : учебное пособие / В.И. Евдокимов, О.А. Чурганов ; Евдокимов В.И.; Чурганов О.А. - Москва : Советский спорт, 2010. - 246 с. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971804512.html>. - Режим доступа: ЭБС "Консультант студента"; по подписке. - ISBN 978-5-9718-0451-2. / .— ISBN 0\_250803

#### дополнительная

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник / Л.П. Матвеев ; Матвеев Л.П. - Москва : Спорт, 2021. - 520 с. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225596.html>. - Режим доступа: ЭБС "Консультант студента"; по подписке. - ISBN 978-5-907225-59-6. / .— ISBN 0\_260469

2. Степанова, М. В. Плавание в системе физического воспитания студентов вузов : учебное пособие / М. В. Степанова ; М. В. Степанова. - Оренбург : Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. - 137 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - Текст. - Весь срок охраны авторского права. - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <http://www.iprbookshop.ru/71310.html>. - Режим доступа: ЭБС IPR BOOKS; для авторизированных пользователей. - ISBN 978-5-7410-1745-6. / .— ISBN 0\_142460

3. Гавердовский Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики : учебник / Ю.К. Гавердовский ; Гавердовский Ю.К. - Москва : Советский спорт, 2014. - 368 с. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971806790.html>. - Режим доступа: ЭБС "Консультант студента"; по подписке. - ISBN 978-5-9718-0679-0. / .— ISBN 0\_250730

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

## учебно-методическая

1. Вальцев В. В. Основы спортивной практики : методические указания для самостоятельной работы бакалавров направления подготовки 49.03.01 – Физическая культура / В. В. Вальцев. - 2022. - 25 с. - Неопубликованный ресурс. - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/13967>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный. / .— ISBN 0\_476585.

Согласовано:

### б) Программное обеспечение

- Операционная система "Альт образование"
- Офисный пакет "Мой офис"

Специалист ведущий НБ УлГУ/ Ст адольникова Д.Р./ \_\_\_ *maef* 2024 г.

## в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

### 1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2024]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство ЮРАЙТ. – Москва, [2024]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Политехресурс. – Москва, [2024]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг. – Москва, [2024]. – URL: <https://www.gosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Букап. – Томск, [2024]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/> . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС Лань. – Санкт-Петербург, [2024]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС Znanium.com : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Знаниум. - Москва, [2024]. - URL: <http://znanium.com> . – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

### 2. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /ООО



Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

«Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2024].

**3. eLIBRARY.RU:** научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». – Москва, [2024]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

**4. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» :** электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2024]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

**5. Российское образование :** федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

**6. Электронная библиотечная система УлГУ :** модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

Согласовано:  
Инженер ведущий / Щуренко Ю.В. /  / 2024 г. \_  
Должность сотрудника УИИТ ФИО подпись

## 12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Аудитории для проведения лекций, семинарских занятий, для выполнения лабораторных работ и практикумов, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования, групповых и индивидуальных консультаций (*выбрать необходимое*)

Аудитории укомплектованы специализированной мебелью, учебной доской. Аудитории для проведения лекций оборудованы мультимедийным оборудованием для представления информации большой аудитории. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде, электронно-библиотечной системе. Перечень оборудования, используемого в учебном процессе:

- Мультимедийное оборудование: компьютер/ноутбук, экран, проектор/телевизор
- Компьютерная техника

## 13. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

- для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

- для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации.

В случае необходимости использования в учебном процессе частично/исключительно дистанционных образовательных технологий, организация работы ППС с обучающимися с ОВЗ и инвалидами предусматривается в электронной информационно-образовательной среде с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

Разработчик	Ассистент	Проданов Александр Владимирович
	Должность, ученая степень, звание	ФИО

Разработчик



Ассистент



Проданов А. В.

