

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Белгородский Валерий Савельевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 18.09.2024 15:30:42
Уникальный программный ключ:
b3195602a2d8b6426f2b2ea60ab708c0d91c0195

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
Российский государственный университет им. А.Н. Косыгина
(Технологии. Дизайн. Искусство)»



УТВЕРЖДАЮ

Проректор

по учебно-методической работе

С.Г. Дембицкий

«28» июня 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Физическая культура и спорт»

Уровень освоения основной
профессиональной
образовательной программы

академический бакалавриат

Направление подготовки 54.03.01 «Дизайн»

Профиль Дизайн среды

Формы обучения

очная, очно-заочная

Нормативный срок
освоения ОПОП

4 года

Институт

филиал РГУ им. А.Н. Косыгина в Твери

Кафедра

Гуманитарных наук и дизайна

Начальник учебно-методического
управления



Е.Б. Никитаева

Москва, 2021 г.

1. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина Физическая культура и спорт включена в базовую часть блока Б1

2. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РАМКАХ ИЗУЧАЕМОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 1

Код компетенции	Формулировка компетенций в соответствии с ФГОС ВО
1	2
ОК-7	способность к самоорганизации и самообразованию
ОК-8	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

3. СТРУКТУРА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Структура учебной дисциплины для обучающихся очной формы обучения

Таблица 2.1

Структура и объем дисциплины		Объем дисциплины по семестрам				Общая трудоемкость
		№ 1	№ -	№ -	№ -	
Объем дисциплины в зачетных единицах		2				2
Объем дисциплины в часах		72				72
Аудиторные занятия (всего)		17				17
в том числе в часах:	Лекции (Л)	17				17
	Практические занятия (ПЗ)					
	Семинарские занятия (С)					
	Лабораторные работы (ЛР)					
	Индивидуальные занятия (ИЗ)					
Самостоятельная работа студента в семестре, час		55				55
Самостоятельная работа студента в период промежуточной аттестации, час						
Форма промежуточной аттестации						
	Зачет (зач.)	зачет				
	Дифференцированный зачет (диф.зач.)					
	Экзамен (экз.)					
	Курсовая работа (курсовой проект)					

3.2 Структура учебной дисциплины для обучающихся очно-заочной формы обучения

Таблица 2.1

Структура и объем дисциплины		Объем дисциплины по семестрам				Общая трудоемкость
		№ 1	№ -	№ -	№ -	
Объем дисциплины в зачетных единицах		2				2
Объем дисциплины в часах		72				72
Аудиторные занятия (всего)		17				17
в том числе в часах:	Лекции (Л)	17				17
	Практические занятия (ПЗ)					
	Семинарские занятия (С)					
	Лабораторные работы (ЛР)					
	Индивидуальные занятия (ИЗ)					

Самостоятельная работа студента в семестре, час		55				55
Самостоятельная работа студента в период промежуточной аттестации, час						
Форма промежуточной аттестации						
	Зачет (зач.)	зачет				
	Дифференцированный зачет (диф.зач.)					
	Экзамен (экз.)					
	Курсовая работа (курсовой проект)					

4. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Содержание разделов учебной дисциплины для очной формы обучения

Таблица 3.1

Наименование раздела учеб- ной дисципли- ны (мо- дуля)	Лекции		Наименование практических (се- минарских) занятий		Наименование лаборатор- ных работ		Итого по учебному плану	Форма текущего и промежу- точного контроля успевае- мости (оценочные средства)
	Тематика лекции	Трудоемкость, час	Тематика практического занятия	Трудоемкость, час	Тематика лабораторной работы	Трудоемкость, час		
Семестр №1								
	Физическая культура в общекуль- турной и профессиональной подго- товке студентов культура в общекультурной и про- фессиональной подготовке студен- тов.	2					2	Текущий контроль успевае- мости: <i>Упражнения, проверка до- машней работы, конспект, дискуссия</i> Промежуточная аттестация: <i>зачет (Зач.)</i>
	Социально-биологические основы физической культуры	2					2	
	Физическая тренировка в обеспе- чении здоровья	2					2	
	Средства и методы физической культуры в регулировании работо- способности	3					3	
	Общая физическая и специальная подготовка	2					2	
	Современные оздоровительные технологии. Особенности органи- зации студенческого спорта	2					2	
	Основы методики самостоятель- ных занятий физическими упраж- нениями	4					4	
Всего:		17	Всего:		Всего:		17	

4.2 Содержание разделов учебной дисциплины для очно-заочной формы обучения

Таблица 3.1

Наименование раздела учеб- ной дисципли- ны (мо- дуля)	Лекции		Наименование практических (се- минарских) занятий		Наименование лаборатор- ных работ		Итого по учебному плану	Форма текущего и промежу- точного контроля успевае- мости (оценочные средства)
	Тематика лекции	Трудоемкость, час	Тематика практического занятия	Трудоемкость, час	Тематика лабораторной работы	Трудоемкость, час		
Семестр №1								
	Физическая культура в общекуль- турной и профессиональной подго- товке студентов культура в общекультурной и про- фессиональной подготовке студен- тов.	2					2	Текущий контроль успевае- мости: <i>Упражнения, проверка до- машней работы, конспект, дискуссия</i> Промежуточная аттестация: <i>зачет (Зач.)</i>
	Социально-биологические основы физической культуры	2					2	
	Физическая тренировка в обеспе- чении здоровья	2					2	
	Средства и методы физической культуры в регулировании работо- способности	3					3	
	Общая физическая и специальная подготовка	2					2	
	Современные оздоровительные технологии. Особенности органи- зации студенческого спорта	2					2	
	Основы методики самостоятель- ных занятий физическими упраж- нениями	4					4	
Всего:		17	Всего:		Всего:		17	

5. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

5.1. Самостоятельная работа обучающихся очной формы обучения

Таблица 4.2

№ п/п	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Содержание самостоя- тельной работы	Трудо- емкость в часах
1	3	4	5
Семестр № 1			
1	Физическая культура в общекультурной и профессио- нальной подготовке студентов культура в общекультурной и профессиональной подго- товке студентов. Социально-биологические основы физической культуры Физическая тренировка в обеспечении здоровья Средства и методы физической культуры в регулировании работоспособно- сти Общая физическая и специальная подготовка Современные оздоровительные технологии. Особенности организации студенческого спорта Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	Подготовка докладов, сообщений	55
Всего часов в семестре по учебному плану			55
Общий объем самостоятельной работы обучающе- гося			55

5.2. Самостоятельная работа обучающихся очно-заочной формы обучения

Таблица 4.2

№ п/п	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Содержание самосто- ятельной работы	Трудо- емкость в часах
1	3	4	5
Семестр № 1			
1	Физическая культура в общекультурной и профессио- нальной подготовке студентов культура в общекультурной и профессиональной подго- товке студентов. Социально-биологические основы физической культуры Физическая тренировка в обеспечении здоровья Средства и методы физической культуры в регулировании работоспособно- сти Общая физическая и специальная подготовка Современные оздоровительные технологии. Особенности организации студенческого спорта Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	Подготовка докладов, сообщений	55
Всего часов в семестре по учебному плану			55
Общий объем самостоятельной работы обучающе- гося			55

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

6.1 Связь результатов освоения дисциплины с уровнем сформированности заявленных компетенций в рамках изучаемой дисциплины

Таблица 5

Код компетенции	Уровни сформированности заявленных компетенций в рамках изучаемой дисциплины	Шкалы оценивания компетенций
ОК-7	Пороговый <u>Знать:</u> - усваивает и воспроизводит в целом самостоятельно полученные знания: излагает (устно, письменно), даёт определения основным понятиям, фиксирует наиболее существенные аспекты и проблемы. <u>Уметь:</u> - определяет цели и разрабатывает план самостоятельной образовательной работы; - применяет самостоятельно полученные знания при подготовке выступлений (докладов, лекций, практических и семинарских заданий, сообщений и т.п.) <u>Владеть:</u> - способен реализовывать методику самостоятельного освоения материала, организовать процесс самообразования, систематизировать самостоятельно полученные знания.	зачет
	Повышенный <u>Знать:</u> основные понятия физической культуры <u>Уметь:</u> - определяет цели и задачи самообразования - анализирует самостоятельно найденный материал, критически его оценивает, сравнивает концепции, подходы, - применяет полученные знания при самостоятельной подготовке выступлений (докладов, лекций, сообщений и т.п.), публикаций (статей и т.п.) <u>Владеть:</u> - способен разработать методику самостоятельного освоения материала, организовать и осуществлять самостоятельную образовательную деятельность.	зачет
	Высокий <u>Знать</u> определения основные понятия <u>Уметь</u> определять цели и задачи самообразования, оценивать уровень их сложности, разрабатывать план саморазвития; - анализировать самостоятельно найденный материал, критически его оценивать, сравнивать концепции, подходы, точки зрения, дискутировать, выдвигать гипотезы; - применять полученные знания при самостоятельной подготовке выступлений (докладов, сообщений и т.п.) <u>Владеть</u> способностью разработать методику самостоятельного освоения материала, организовать и осуществлять самостоятельную образовательную деятельность, систематизировать полученную информацию, анализировать и	зачет

	критически её оценивать, формировать и высказывать суждения.	
ОК-8	Пороговый <u>Знать</u> основы формирования базовой физической культуры студента. <u>Уметь</u> самостоятельно заниматься различными видами спорта. <u>Владеть</u> некоторыми средствами физической культуры	зачет
	Повышенный <u>Знать</u> научно-теоретические основы формирования базовой, спортивной, оздоровительной, рекреационной, профессионально-прикладной физической культуры студента <u>Уметь</u> управлять своим физическим здоровьем, самостоятельно заниматься различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами <u>Владеть</u> средствами и методами физической культуры для оценки своего физического развития.	зачет
	Высокий <u>Знать</u> научно-теоретические основы формирования базовой, спортивной, оздоровительной, рекреационной, профессионально-прикладной физической культуры студента и понимать их интегрирующую роль в процессе формирования здоровьесбережения. <u>Уметь</u> управлять своим физическим здоровьем, самостоятельно заниматься различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами, применять высокоэффективные оздоровительные и спортивные технологии практические умения и навыки по физической культуре в производственной деятельности. <u>Владеть</u> средствами и методами физической культуры для оценки своего физического развития, функционального потенциала, физической работоспособности.	зачет

6.2 Оценочные средства для студентов с ограниченными возможностями здоровья

Оценочные средства для лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

Таблица 6

Категории студентов	Виды оценочных средств	Форма контроля	Шкала оценивания
С нарушением слуха	Тесты, контрольные вопросы	Преимущественно письменная проверка	В соответствии со шкалой оценивания, указанной в Таблице 5
С нарушением зрения	Собеседования	Преимущественно устная проверка (индивидуально)	
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение тестов, контрольные вопросы дистанционно.	Письменная проверка, организация контроля с использованием информационно-коммуникационных технологий.	

7. ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ И ДРУГИЕ МАТЕРИАЛЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОЦЕНКИ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ ЗАЯВЛЕННЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ В РАМКАХ ИЗУЧАЕМОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ВКЛЮЧАЯ САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ

7.4. Примеры используемых оценочных средств

Для текущей успеваемости:

Планы лекционных занятий

Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов

Цель: раскрыть сущность, значение и место физической культуры, ее социальные функции и формы

Перечень изучаемых элементов содержания

Физическая культура, физическое воспитание, физическая подготовленность, двигательная подготовленность, профессионально-прикладная подготовка, спорт, средства физической культуры, методы физической культуры, компоненты физической культуры.

Вопросы для самоподготовки:

1. Чем характеризуются понятия: физическая культура, спорт, физическое воспитание, физическое совершенство, физическая рекреация, физическое развитие, физическая подготовка, физическое упражнение;
2. Что отражает понятие «компоненты физической культуры»;
3. Что относится к понятию «массовый спорт» и «спорт высших достижений» и в чем их различие.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: эссе, реферат, доклад (по выбору)

1. Физическая культура в системе общечеловеческой культуры.
2. Ценностный компонент базовой физической культуры студента.
3. Деятельностный компонент базовой физической культуры студента.
4. Роль общекультурных компетенций в формировании бакалавра по направлению подготовки.

Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры

Цель: *познакомить с анатомо-морфологическими особенностями и физиологическими функциями организма*

Перечень изучаемых элементов содержания

Организм, физиологические функции, физическое развитие, физическая работоспособность, гипоксия, умственная работоспособность, утомление, биологические ритмы, внешняя среда

Вопросы для самоподготовки:

1. Чем характеризуется взаимосвязь физической и умственной работоспособности.
2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность.
3. Внешняя среда и ее влияние на здоровье человека.
4. Гипокинезия и гиподинамия как проблемы современного общества.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

1. Дать оценку физической работоспособности по тесту Мартине.
2. Дать оценку умственной работоспособности по тесту «Корректирующая проба»

Тема 3. Физическая тренировка в обеспечении здоровья

Цель: *познакомить с физиологическими механизмами и закономерностями воздействия физической тренировки на здоровье*

Перечень изучаемых элементов содержания

Тренировка, кровообращение, дыхание, нервная система, обмен веществ и энергии, устойчивость, тренированность.

Вопросы для самоподготовки:

1. Чем характеризуется тренированность.
2. Как можно оценить тренированность.
3. Какие изменения происходят в системе кровообращения под влиянием тренированности.
4. Какие изменения происходят в системе дыхания под влиянием тренированности.
5. Как физическая нагрузка влияет на нервную систему.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

1. Дать оценку физического развития (метод стандартов и антропометрических профилей).

Тема 4. Средства и методы физической культуры в регулировании работоспособности

Цель: познакомить со средствами и методами физической культуры для регулирования работоспособности

Перечень изучаемых элементов содержания

Труд студента, психофизическая работоспособность, средства физической культуры, методы физической культуры, средство профилактики, средства коррекции.

Вопросы для самоподготовки:

1. Какие пути профилактики умственного утомления вы знаете.
2. Какие пути профилактики физического утомления вы знаете.
3. Основные причины изменения психофизического состояния студента в период сессии.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

1. Дать оценку физической работоспособности (степ-тест).
2. Дать оценку функционального состояния (проба Штанге, проба Генче).

Тема 5. Общая физическая и специальная подготовка

Цель: познакомить со средствами и методами общей физической и специальной физической тренировки

Перечень изучаемых элементов содержания

Средства физического воспитания, методы физического воспитания, физические качества, психические качества, интенсивность нагрузок, общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка

Вопросы для самоподготовки:

1. Какие пути профилактики умственного утомления вы знаете.
2. Какие пути профилактики физического утомления вы знаете.
3. Основные причины изменения психофизического состояния студента в период сессии.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: практическое задание

1. ____ Подготовить комплекс упражнений для развития силы.
2. ____ Подготовить комплекс упражнений для развития выносливости.
3. ____ Подготовить комплекс упражнений для развития координации.

Тема 6. Современные оздоровительные технологии. Особенности организации студенческого спорта

Цель: познакомить студентов с разновидностями современных оздоровительных технологий

Перечень изучаемых элементов содержания

Аэробика, фитнес, фитбол-аэробика, бодибилдинг, калланетик, дыхательная гимнастика, йога, шейпинг, гиревой спорт.

Вопросы для самоподготовки:

1. Система организации студенческого спорта за рубежом.
2. Система организации студенческого спорта в России.
3. Система спортивных секций в вузе.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

1. Оценка психологического статуса.
2. Оценка самочувствия, активности, настроения

Тема 7. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями

Цель: познакомить студентов с методикой самостоятельных занятий физическими упражнениями

Перечень изучаемых элементов содержания

Двигательная активность, мотивация, формы занятий, содержание занятий, гигиена занятий, определение нагрузки, самоконтроль.

Вопросы для самоподготовки:

1. Понятие оптимальной двигательной активности.
2. Формирование мотивации к занятиям физическими упражнениями.
3. Особенности планирования нагрузки.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание

1. Составить комплекс упражнений для самостоятельных занятий утренней гимнастикой.
2. Составить комплекс упражнений для физкульт-паузы.

Рассчитать оптимальную физическую нагрузку по формуле: $(ЧСС_2 - ЧСС_1) : ЧСС_1 \times 100\%$
(Оценка: «5» - 20 и <; «4» - 21-40; «3» - 41-65; «2» - 66-75; «1» - 76 и >.)

Для промежуточной аттестации:

Тестовые задания к зачету

1. Состояние, при котором у человека имеет место совершенство саморегуляции функций организма, гармония физиологических процессов и максимальная адаптация к различным факторам внешней среды. – это определение:

1. Физического здоровья
2. Психического здоровья
3. Социального здоровья

2. Какие показатели характеризуют популяционное здоровье?

1. Рождаемость
2. Смертность
3. Адаптационный потенциал
4. Заболеваемость

3. Максимальное воздействие на формирование здоровья оказывает:

1. Окружающая среда
2. Учреждения здравоохранения
3. Генетический фактор
4. Образ жизни

4. Какие типы относятся к морфологическим типам конституции

1. нормостеник
2. холерик
3. гиперстеник
4. астеник
5. спринтер

5. Антропогенные экологические факторы - это:

1. факторы неживой среды
2. факторы, связанные с влиянием живых существ

3. факторы, созданные человеком

6. Недельная продолжительность цикла тренировочных занятий характерна для:

1. мезоцикла
2. микроцикла
3. макроцикла

7. К субъективным показателям самоконтроля состояния здоровья при занятиях физическими тренировками относят:

1. самочувствие
2. сон
3. аппетит
4. работоспособность
5. частота сердечных сокращений

8. Биотические экологические факторы - это:

1. факторы неживой среды
2. факторы, связанные с влиянием живых существ
3. факторы, созданные человеком

9. Формирование морфологической конституции заканчивается к:

1. 5-6 лет
2. 6-7 лет
3. 7-9 лет?

10. Состояние индивидуума, при котором имеет место установка на отрицание болезни, ее преодоление, что должно являться «стратегией жизни человека» - это определение :

1. Физического здоровья
2. Психического здоровья
3. Социального здоровья

11. Перечислите методы оценки индивидуального здоровья:

1. Морфометрический
2. Популяционный
3. Функциональный
4. Интегральный

12. Абиотические экологические факторы - это:

1. факторы неживой среды
2. факторы, связанные с влиянием живых существ
3. факторы, созданные человеком

13. Прогнозирование здоровья – это

1) поиск информативных маркеров (факторов) повышенного риска развития заболеваний, определение их характера и выраженности с последующим построением собственно прогноза

2) число лет, которое в среднем могло бы прожить поколение одновременно родившихся или сверстников при условии сохранения показателей возрастной смертности на уровне исходного периода

3) уровень, частота распространения всех болезней, вместе взятых и каждой в отдельности среди населения в целом и его отдельных возрастных, половых, социальных, профессиональных и других группах.

14. Какие упражнения следует рекомендовать для организации оздоровительных тренировок?

1. Анаэробные
2. Аэробные
3. Циклические
4. Постоянные
5. Ациклические.

15. Перечислите критерии, имеющие прогностическую значимость:

1. Пол
2. Возраст
3. Тип конституции
4. Факторы риска
5. Наследственность

16. Рациональная периодичность и продолжительность оздоровительных тренировок:

- 1) 2-3 раза в неделю по 45-60 минут каждое, в сочетании с ежедневной 15-20-минутной утренней гимнастикой
- 2) 1-2 раза в неделю по 20 минут каждое
- 3) 5 раз в неделю по 45 минут каждое
- 4) ежедневная утренняя гимнастика по 15-20 минут

17. Перечислите основные химические факторы, влияющие на физическое развитие плода:

1. 1.никотин
2. 2.алкоголь
3. 3.азон
4. 4.пестициды

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 7

№ п/п	Наименование учебных аудиторий (лабораторий) и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность учебных аудиторий и помещений для самостоятельной работы
170001, г. Тверь, ул. Спартака, д. 39		
1	Спортивный зал, № 14	Стенка шведская, турники на шведскую стенку, кольца баскетбольные, скамьи гимнастические, стол теннисный, гантели, маты гимнастические, обручи, бревно гимнастическое, брусья гимнастические, подушка боксерская, мячи футбольные, мячи волейбольные, мячи баскетбольные, переносной ноутбук, переносной проектор, переносной экран
170100, г. Тверь, пер. Смоленский, д.1, корп. 2		

2	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, № 24	Комплект учебной мебели, доска меловая передвижная; переносной ноутбук, переносной проектор, переносной экран
3	Помещение для самостоятельной работы студентов, в том числе, научно-исследовательской, подготовки курсовых и выпускных квалификационных работ, читальный зал библиотеки, № 26	Комплект учебной мебели, стеллажи для книг, персональные компьютеры с подключением к сети "Интернет" и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в электронную информационно-образовательную среду организации
3	Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	Шкаф, сейф, ноутбук, проектор, принтер лазерный, компьютер

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 8

№ п/п	Автор(ы)	Наименование издания	Вид издания (учебник, УП, МП и др.)	Издательство	Год издания	Адрес сайта ЭБС или электронного ресурса (заполняется для изданий в электронном виде)	Количество экземпляров в библиотеке Университета
1	2	3	4	5	6	7	8
9.1 Основная литература, в том числе электронные издания							
1	Татарова С.Ю., Татаров В.Б.	Физическая культура как один из аспектов составляющих здоровый образ жизни студентов	учебное пособие	Москва : Научный консультант,	2017	https://znanium.com/bookread2.php?book=1023871	
2	Зульфугарзаде Т. Э.	Правовые основы физической культуры и спорта	Учебное пособие	ИНФРА-М	2017	http://znanium.com/bookread2.php?book=809916	
9.2 Дополнительная литература, в том числе электронные издания							
1	Муллер А. Б., Дядичкина Н. С., Богащенко Ю. А., Близневский А. Ю.	Физическая культура студента	Учебное пособие	Сибирский федеральный университет	2011	http://znanium.com/bookread2.php?book=443255	
2	Чертов Н. В.	Физическая культура	Учебное пособие	ЮФУ	2012	http://znanium.com/bookread2.php?book=551007	

9.4 Информационное обеспечение учебного процесса

9.4.1. Ресурсы электронной библиотеки

- **ЭБС Znanium.com** научно-издательского центра «Инфра-М» <http://znanium.com/> (учебники и учебные пособия, монографии, сборники научных трудов, научная периодика, профильные журналы, справочники, энциклопедии);
Электронные издания «РГУ им. А.Н. Косыгина» на платформе ЭБС «Znanium.com» <http://znanium.com/> (электронные ресурсы: монографии, учебные пособия, учебно-методическими материалы, выпущенными в Университете за последние 10 лет);
- **ООО «ИВИС»** <https://dlib.eastview.com> (электронные версии периодических изданий ООО «ИВИС»);
- **Web of Science** <http://webofknowledge.com/> (обширная международная универсальная реферативная база данных);
- **Scopus** <https://www.scopus.com> (международная универсальная реферативная база данных, индексирующая более 21 тыс. наименований научно-технических, гуманитарных и медицинских журналов, материалов конференций примерно 5000 международных издательств);
- **«SpringerNature»** <http://www.springernature.com/gp/librarians> (международная издательская компания, специализирующаяся на издании академических журналов и книг по естественнонаучным направлениям);
- **Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU** <https://elibrary.ru> (крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования);
- **ООО «Национальная электронная библиотека» (НЭБ)** <http://нэб.рф/> (объединенные фонды публичных библиотек России федерального, регионального, муниципального уровня, библиотек научных и образовательных учреждений);
- **«НЭИКОН»** <http://www.neicon.ru/> (доступ к современной зарубежной и отечественной научной периодической информации по гуманитарным и естественным наукам в электронной форме);
- **«Polpred.com Обзор СМИ»** <http://www.polpred.com> (статьи, интервью и др. информагентств и деловой прессы за 15 лет).

9.4.2 Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

- <http://www.scopus.com/>;
- <http://elibrary.ru/defaultx.asp>;
- <http://www.garant.ru/>;
- www.consultant.ru/

9.4.3 Лицензионное программное обеспечение

Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic Open No Level
Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian Academic Open No Level
Dr.Web Desktop Security Suite Антивирус
Adobe Reader (свободно распространяемое).
Google Chrome (свободно распространяемое).
Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition