

**Бюджетное учреждение высшего образования**  
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры  
"Сургутский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УМР

\_\_\_\_\_ Е.В. Коновалова

16 июня 2022 г., протокол УС №6

## Индивидуальные виды спорта рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Физической культуры**

Учебный план б440301-ТехОбр-22-1.plx  
44.03.01 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ  
Направление (профиль): Технологическое образование

Квалификация **Бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

|                         |     |   |
|-------------------------|-----|---|
| Часов по учебному плану | 328 | Виды контроля в семестрах:<br>зачеты 1, 2, 3, 4, 5, 6 |
| в том числе:            |     |   |
| аудиторные занятия      | 304 |   |
| самостоятельная работа  | 24  |   |

### Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр<br>(<Курс>.<Семестр на<br>курсе>) | 1 (1.1) |    | 2 (1.2) |    | 3 (2.1) |    | 4 (2.2) |    | 5 (3.1) |    | 6 (3.2) |    | Итого |     |
|---|---------|----|---------|----|---------|----|---------|----|---------|----|---------|----|-------|-----|
|   | уп      | рп | уп      | рп | уп      | рп | уп      | рп | уп      | рп | уп      | рп |       |     |
| Неделя                                    | 17 2/6  |    | 17 1/6  |    | 17 2/6  |    | 17 4/6  |    | 17 2/6  |    | 12 4/6  |    |       |     |
| Вид занятий                               | уп      | рп | уп      | рп | уп      | рп | уп      | рп | уп      | рп | уп      | рп | уп    | рп  |
| Практические                              | 40      | 40 | 40      | 40 | 64      | 64 | 64      | 64 | 48      | 48 | 48      | 48 | 304   | 304 |
| Итого ауд.                                | 40      | 40 | 40      | 40 | 64      | 64 | 64      | 64 | 48      | 48 | 48      | 48 | 304   | 304 |
| Контактная работа                         | 40      | 40 | 40      | 40 | 64      | 64 | 64      | 64 | 48      | 48 | 48      | 48 | 304   | 304 |
| Сам. работа                               | 4       | 4  | 4       | 4  | 4       | 4  | 4       | 4  | 4       | 4  | 4       | 4  | 24    | 24  |
| Итого                                     | 44      | 44 | 44      | 44 | 68      | 68 | 68      | 68 | 52      | 52 | 52      | 52 | 328   | 328 |

Программу составил(и):

*д.п.н., доцент, Пешкова Н.В.; Препод., Красногорцева Н.А.*

Рабочая программа дисциплины

**Индивидуальные виды спорта**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)

составлена на основании учебного плана:

44.03.01 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Направление (профиль): Технологическое образование

утвержденного учебно-методическим советом вуза от 16.06.2022 протокол № 6.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Физической культуры**

Зав. кафедрой д.п.н., доцент Пешкова Н.В.

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

|     |  |
|-----|--|
| 1.1 | Цель освоения дисциплины «Индивидуальные виды спорта» - приобретение практического опыта применения разнообразных средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, поддержания должного уровня физической подготовленности как условия обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |
|-----|--|

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП**

|                    |  |
|--------------------|--|
| Цикл (раздел) ООП: | Б1.О.ДВ.01   |
| <b>2.1</b>         | <b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>   |
| 2.1.1              | Базовый уровень знаний в соответствии с ФГОС среднего общего образования по учебным предметам «Физическая культура», «Основы безопасности жизнедеятельности» |
| <b>2.2</b>         | <b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>   |
| 2.2.1              | Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена   |

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

|  |
|--|
| <b>УК-7.3: Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, регулярно занимаясь физическими упражнениями</b> |
|--|

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

|            |  |
|------------|--|
| <b>3.1</b> | <b>Знать:</b>  |
| 3.1.1      | - основы техники выполнения физических упражнений и методы их применения для поддержания должного уровня физической подготовленности.      |
| <b>3.2</b> | <b>Уметь:</b>  |
| 3.2.1      | - применять физические упражнения в процессе регулярных занятий различными видами двигательной активности                                  |
| <b>3.3</b> | <b>Владеть:</b>  |
| 3.3.1      | - способами поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/                       | Семестр / Курс | Часов | Компетенции | Литература   | Примечание |
|-------------|---|----------------|-------|-------------|--|------------|
|             | <b>Раздел 1. Этап спортивной ориентации</b>                     |                |       |             |  |            |
| 1.1         | Пропедевтика в видах спорта, видах двигательной активности /Пр/ | 1              | 34    | УК-7.3      | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |            |
| 1.2         | Общая физическая подготовка /Пр/                                | 1              | 6     | УК-7.3      | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |            |

|  |   |   |    |        |   |
|--|---|---|----|--------|---|
| 1.3  | Общая физическая подготовка /Ср/  | 1 | 4  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5      |
| 1.4  | /Зачёт/   | 1 | 0  | УК-7.3 |   |
| 1.5  | Пропедевтика в видах спорта, видах двигательной активности /Пр/         | 2 | 34 | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5      |
| 1.6  | Общая физическая подготовка /Пр/  | 2 | 6  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.2 Л2.3Л3.1<br>Л3.2 Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 1.7  | Общая физическая подготовка /Ср/  | 2 | 4  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5      |
| 1.8  | /Зачёт/   | 2 | 0  | УК-7.3 |   |
| <b>Раздел 2. Этап спортивной специализации</b> |   |   |    |        |   |
| 2.1  | История возникновения и современное состояние развития вида спорта /Ср/ | 3 | 2  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5      |
| 2.2  | Технико-тактическая подготовка по виду спорта /Пр/                      | 3 | 32 | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5      |

|     |  |   |    |        |  |
|-----|--|---|----|--------|--|
| 2.3 | Общая и специальная физическая подготовка по виду спорта /Пр/            | 3 | 12 | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 2.4 | Интегральная подготовка по виду спорта /Пр/                              | 3 | 16 | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 2.5 | Структура и содержание учебно-тренировочного занятия по виду спорта /Пр/ | 3 | 2  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 2.6 | Основы судейства соревнований по виду спорта /Пр/                        | 3 | 2  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 2.7 | Основы судейства соревнований по виду спорта /Ср/                        | 3 | 2  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 2.8 | /Зачёт/  | 3 | 0  | УК-7.3 |  |
| 2.9 | Технико-тактическая подготовка по виду спорта /Пр/                       | 4 | 32 | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |

|      |  |   |    |        |  |
|------|--|---|----|--------|--|
| 2.10 | Общая и специальная физическая подготовка по виду спорта /Пр/            | 4 | 12 | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 2.11 | Интегральная подготовка по виду спорта /Пр/                              | 4 | 16 | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 2.12 | Структура и содержание учебно-тренировочного занятия по виду спорта /Пр/ | 4 | 2  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 2.13 | Структура и содержание учебно-тренировочного занятия по виду спорта /Ср/ | 4 | 2  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 2.14 | Основы судейства соревнований по виду спорта /Пр/                        | 4 | 2  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 2.15 | Основы судейства соревнований по виду спорта /Ср/                        | 4 | 2  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 2.16 | /Зачёт/  | 4 | 0  | УК-7.3 |  |
|      | <b>Раздел 3. Этап спортивного совершенствования</b>                      |   |    |        |  |

|     |   |   |    |        |  |
|-----|---|---|----|--------|--|
| 3.1 | Технико-тактическая подготовка по виду спорта /Пр/  | 5 | 14 | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 3.2 | Специальная физическая подготовка по виду спорта /Пр/   | 5 | 8  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 3.3 | Общая физическая подготовка /Пр/  | 5 | 16 | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 3.4 | Интегральная подготовка по виду спорта /Пр/   | 5 | 8  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 3.5 | Организация и методика проведения соревнований по виду спорта. Судейство соревнований по виду спорта /Пр/ | 5 | 2  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 3.6 | Организация и методика проведения соревнований по виду спорта. Судейство соревнований по виду спорта /Ср/ | 5 | 4  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |
| 3.7 | /Зачёт/   | 5 | 0  | УК-7.3 |  |

|      |   |   |    |        |   |  |
|------|---|---|----|--------|---|--|
| 3.8  | Технико-тактическая подготовка по виду спорта /Пр/  | 6 | 12 | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3 Л1.4<br>Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |  |
| 3.9  | Специальная физическая подготовка по виду спорта /Пр/   | 6 | 6  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3 Л1.4<br>Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |  |
| 3.10 | Общая физическая подготовка /Пр/  | 6 | 16 | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3 Л1.4<br>Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |  |
| 3.11 | Интегральная подготовка по виду спорта /Пр/   | 6 | 8  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3 Л1.4<br>Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |  |
| 3.12 | Организация и методика проведения соревнований по виду спорта. Судейство соревнований по виду спорта /Пр/ | 6 | 2  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3 Л1.4<br>Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |  |
| 3.13 | Организация и методика проведения учебно-тренировочного занятия по виду спорта /Пр/                       | 6 | 2  | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3 Л1.4<br>Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |  |



|      |   |   |   |        |  |  |
|------|---|---|---|--------|--|--|
| 3.14 | Требования к планированию и контролю самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности различной целевой направленности /Пр/ | 6 | 2 | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |  |
| 3.15 | Требования к планированию и контролю самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности различной целевой направленности /Ср/ | 6 | 4 | УК-7.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3<br>Л1.4 Л1.5 Л1.6<br>Л1.7 Л1.8Л2.1<br>Л2.3Л3.1 Л3.2<br>Л3.3 Л3.4<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 |  |
| 3.16 | /Зачёт/   | 6 | 0 | УК-7.3 |  |  |

### 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

#### 5.1. Контрольные вопросы и задания

Представлено отдельным документом

#### 5.2. Темы письменных работ

Представлено отдельным документом

#### 5.3. Фонд оценочных средств

Представлено отдельным документом

### 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### 6.1. Рекомендуемая литература

##### 6.1.1. Основная литература

|      | Авторы,  | Заглавие  | Издательство, год  | Колич-во |
|------|--|---|--|----------|
| Л1.1 | Шестаков В. Б.,<br>Ерегина С. В.                                     | Теория и практика дзюдо: Учебник  | Москва: Советский спорт, 2011, электронный ресурс  | 1        |
| Л1.2 | Барчуков И. С.,<br>Назаров Ю. Н.,<br>Кикоть В. Я.                    | Физическая культура и физическая подготовка: Учебник                                    | Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2012, электронный ресурс   | 1        |
| Л1.3 | Гарник В. С.   | Боевые искусства и единоборства в психофизической подготовке студентов: Учебное пособие | Москва: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2012, электронный ресурс | 1        |
| Л1.4 | Булгакова Н. Ж.,<br>Попов О. И.,<br>Никитина С. М.,<br>Павлова Т. Н. | Плавание: Учебник   | Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2017, электронный ресурс                      | 1        |

|   | Авторы,  | Заглавие  | Издательство, год  | Колич-во |
|---|--|---|--|----------|
| Л1.5                                    | Стриханов М. Н.,<br>Савинков В. И.   | Физическая культура и спорт в вузах: Учебное пособие  | Москва:<br>Издательство<br>Юрайт, 2018,<br>электронный ресурс  | 1        |
| Л1.6                                    | Апокин В. В.   | Прикладное плавание: учебное пособие  | Сургут:<br>Издательский центр<br>СурГУ, 2012,<br>электронный ресурс  | 2        |
| Л1.7                                    | Пешкова Н. В.,<br>Бушева Ж. И.,<br>Шугова М. В.,<br>Ахтемзянова Н. М.,<br>Кан Н. Б., Пешков<br>А. А., Салахов И.<br>М. | Физическая культура и спорт в вузе: учебное пособие   | Сургут:<br>Издательский центр<br>СурГУ, 2018,<br>электронный ресурс  | 2        |
| Л1.8                                    | Гречанов П. Б.,<br>Зуева М. В.,<br>Ходакова Т. А.  | Физическая культура. Плавание способом брасс: Учебное пособие                                 | Новосибирск:<br>Новосибирский<br>государственный<br>технический<br>университет, 2016,<br>электронный ресурс                          | 1        |
| <b>6.1.2. Дополнительная литература</b> |  |   |  |          |
|   | Авторы,  | Заглавие  | Издательство, год  | Колич-во |
| Л2.1                                    | Забелина Л. Г.,<br>Нечунаева Е. Е.   | Легкая атлетика: Учебное пособие  | Новосибирск:<br>Новосибирский<br>государственный<br>технический<br>университет, 2010,<br>электронный ресурс                          | 1        |
| Л2.2                                    | Свищёв И. Д.,<br>Ереги́на С. В.  | Комплексная оценка подготовленности спортсменов и тренеров в дзюдо: Учебное пособие           | Москва: Советский спорт, 2013,<br>электронный ресурс   | 1        |
| Л2.3                                    | Лосев В. Ю.  | Теория и методика физической культуры (теория и методика спорта): учебно-методическое пособие | Сургут:<br>Издательский центр<br>СурГУ, 2016,<br>электронный ресурс  | 2        |
| <b>6.1.3. Методические разработки</b>   |  |   |  |          |
|   | Авторы,  | Заглавие  | Издательство, год  | Колич-во |
| Л3.1                                    | Переверзева И.В.,<br>Ушников А.И.,<br>Арбузова О.В.  | Оздоровительное плавание в вузе: учебно-методическое пособие                                  | Ульяновск:<br>Ульяновский<br>государственный<br>педагогический<br>университет имени<br>И.Н. Ульянова,<br>2015, электронный<br>ресурс | 1        |

|      | Авторы,                        | Заглавие   | Издательство, год   | Колич-во |
|------|--------------------------------|--|---|----------|
| ЛЗ.2 | Пешкова Н. В.,<br>Пешков А. А. | Проектная форма организации образовательного процесса по физической культуре в вузе (на примере учебного курса по лыжной подготовке): (на примере учебного курса по лыжной подготовке) | Сургут:<br>Издательский центр<br>СурГУ, 2008,<br>электронный ресурс | 2        |
| ЛЗ.3 | Николаев А. Ю.                 | Индивидуальные виды спорта (легкая атлетика): методические рекомендации по освоению содержания дисциплины  | Сургут:<br>Издательский центр<br>СурГУ, 2020,<br>электронный ресурс | 1        |
| ЛЗ.4 | Борисенко О. В.                | Индивидуальные виды спорта. Дзюдо: методические рекомендации по освоению дисциплины  | Сургут:<br>Издательский центр<br>СурГУ, 2020,<br>электронный ресурс | 1        |

### 6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

|    |   |
|----|---|
| Э1 | Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации <a href="https://www.minsport.gov.ru/">https://www.minsport.gov.ru/</a> |
| Э2 | Всероссийский портал ВФСК ГТО <a href="https://gto.ru/">https://gto.ru/</a>   |
| Э3 | Журнал "Культура физическая и здоровье" <a href="http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/">http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/</a>               |
| Э4 | Информационный сайт по физической культуре и спорту <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>           |
| Э5 | Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры" <a href="http://www.teoriya.ru/">http://www.teoriya.ru/</a>   |

### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1 Операционная система Microsoft Windows, пакет прикладных программ Microsoft Office

### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1 Информационно-правовой портал "Гарант" <http://www.garant.ru/>

6.3.2.2 Справочно-правовая система "Консультант-плюс" <http://www.consultant.ru/>

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

|     |   |
|-----|---|
| 7.1 | Спортивные залы для проведения занятий семинарского типа (практических занятий), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации: |
| 7.2 | Игровой зал №1, оснащенный необходимым оборудованием: шведские стенки, турники навесные комбинированные, трибуны, скамейки, стол.                                       |
| 7.3 | Игровой зал №2, оснащенный необходимым оборудованием: шведские стенки, турники навесные комбинированные, скамейки, стол.  |
| 7.4 | Зал единоборств, оснащенный необходимым оборудованием: татами, шведские стенки, турники навесные комбинированные, зеркала, гантели                                      |
| 7.5 | Плавательный бассейн: ванна бассейна 25 м., 6 дорожек, инвентарь, необходимый для обучения плаванию   |