

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ И.Т.ТРУБИЛИНА»**

ФАКУЛЬТЕТ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ

УТВЕРЖДАЮ
Декан экономического
факультета

профессор К. Э. Тропаков
«23» мая 2022 г.

Рабочая программа дисциплины

**Элективные курсы по физической культуре и спорту:
Аэробика и фитнес аэробика**

**Направление подготовки
38.03.02 Менеджмент**

**Направленность
Инновационный менеджмент**

**Уровень высшего образования
Бакалавриат**

**Форма обучения
Очная, очно-заочная**

**Краснодар
2022**

Рабочая программа дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Аэробика и фитнес аэробика» разработана на основе ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ 12 августа 2020 г. № 970.

Авторы:
к.п.н., доцент


С.А. Евтых

Рабочая программа обсуждена и рекомендована к утверждению решением кафедры физического воспитания от 28.03.2022г., протокол № 8

И. о. зав. кафедрой
к.э.н., доцент


А.В. Яни

Рабочая программа одобрена на заседании методической комиссией экономического факультета протокол от 18.04.2022г., протокол № 11

Председатель
методической комиссии
д-р экон. наук, профессор


А.В. Толмачев

Руководитель
основной профессиональной
образовательной программы
к.э.н., доцент


А.П. Соколова

1 Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Аэробика и фитнес аэробика» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи

- сформировать у обучающихся устойчивую положительную мотивацию к учебным занятиям, участию в соревнованиях и научно-практических конференциях по физической культуре.
- развивать у обучающихся знания по теории, истории и методике физической культуры на основе инновационных технологий обучения.
- обучить обучающихся практическим умениям и навыкам занятий различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами.
- сформировать у обучающихся готовность применять спортивные и оздоровительные технологии для достижения высокого уровня физического здоровья и поддержания его в процессе обучения в вузе, дальнейшей профессиональной деятельности.
- развивать у обучающихся индивидуально-психологические и социально-психологические качества и свойства личности, необходимые для успешной учебной и профессиональной деятельности.

2 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

В результате освоения дисциплины формируется следующая компетенция:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

3 Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

«Элективные курсы по физической культуре и спорту. Аэробика и фитнес аэробика» является дисциплиной части, формируемой участниками образовательных отношений ОПОП ВО подготовки обучающихся по направлению подготовки 38.03.02 «Менеджмент», направленность «Инновационный менеджмент».

4 Объем дисциплины (328 часов)

Виды учебной работы	Объем, часов
Контактная работа	222
в том числе:	
— аудиторная по видам учебных занятий	216
— практические	216
— внеаудиторная	6
— зачет	6
Самостоятельная работа	106
в том числе:	
Итого по дисциплине	328
в том числе в форме практической подготовки	-

5 Содержание дисциплины

Дисциплина изучается на 1,2,3 курсе, в 1,2,3,4,5,6 семестре по учебному плану очной формы обучения.

Содержание и структура дисциплины по очной форме обучения

№ п/п	Темы. Основные вопросы.	Формируемые компетенции	Семестр	Виды учебной работы, Включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	
				Практические занятия часы	Самостоятельная работа
1.	Обучение технике выполнения основных базовых шагов. Обучение, составление, комбинации из четырех музыкальных квадратов на тридцать два счета.	УК-7	1	10	5
2.	Типы классов аэробики. Принципы построения классов. Основные компоненты урока аэробики. Разминка, аэробная часть, силовой тренинг, заминка.	УК-7	1	8	5
3.	Методы ведения классов аэробики. Терминология.	УК-7	1	10	4
4.	Обучение хореографическим упражнениям. Ознакомление с различными стилями в аэробике.	УК-7	1	8	4
ИТОГО ЗА СЕМЕСТР				36	18
1.	Аэробные упражнения, развитие выносливости и силы. Тренировка основных мышечных групп.	УК-7	2	8	5
2.	Силовые упражнения, развитие силы. Уп-	УК-7	2	10	5

№ п/п	Темы. Основные вопросы.	Формируемые компетенции	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	
				Практические занятия часы	Самостоятельная работа
	ражнение с внешним сопротивлением. Упражнения с преодолением веса собственного тела. Изометрические упражнения. Ознакомление с оздоровительной тренировкой по системе Изотон, Каланетика.				
3.	Развитие гибкости. Статистическая, динамическая, баллистическая растягивание, растягивание в режиме PNF (метод нервно-мышечного расслабления).	УК-7	2	10	5
4.	Безопасность выполнения упражнений. Анализ упражнений с точки зрения биомеханики. Замена опасных упражнений на безопасные.	УК-7	2	8	4
ИТОГО ЗА СЕМЕСТР				36	19
1.	Подбор и совершенствование техники выполнения упражнений, составление комбинаций и связок.	УК-7	3	8	5
2.	Степ-аэробика, техника выполнения упражнений на стенах. Ознакомление с основными базовыми шагами степ-аэробики.	УК-7	3	8	5
3.	Хореография, подбор музыки. Различные стили и направления в степ-аэробике.	УК-7	3	10	5
4.	Обучение хореографическим упражнениям на степях.	УК-7	3	10	4
ИТОГО ЗА СЕМЕСТР				36	19
1.	Аэробные упражнения, развитие выносливости. Управление нагрузкой. Круговая и интервальная тренировка.	УК-7	4	8	5
2.	Силовые упражнения, техника выполнения упражнений с сопротивлением. Тренировка всех основных мышечных групп тела.	УК-7	4	8	5
3.	Развитие гибкости, правильный подбор упражнений для развития гибкости.	УК-7	4	10	4
4.	Безопасность выполнения упражнений на стенах.	УК-7	4	10	4
ИТОГО ЗА СЕМЕСТР				36	18
1.	Подбор и совершенствования техники выполнения упражнений, составление комбинаций и связок.	УК-7	5	8	4
2.	Совершенствование хореографических упражнений.	УК-7	5	10	4
3.	Круговая тренировка. Развитие силы и силовой выносливости.	УК-7	5	10	4
4.	Упражнения на развитие быстроты, координации, ловкости.	УК-7	5	8	4
ИТОГО ЗА СЕМЕСТР				36	16
1.	Постановочная работа корпуса.	УК-7	6	8	4
2.	Упражнения на развития музыкального слуха, пластичности, танцевальности.	УК-7	6	8	4
3.	Аэробные дорожки.	УК-7	6	10	4

№ п/ п	Темы. Основные вопросы.	Формируемые компетенции	Семестр	Виды учебной работы, Включая самостоятельную работу студентов и трудоем- кость (в часах)	
				Практические занятия часы	Самостоятель- ная работа
4.	Обучение выполнению композиций в парах, тройках, четверках. Перестроение и перемещение. Синхронность выполнения упражнений.	УК-7	6	10	4
ИТОГО ЗА СЕМЕСТР				36	16
Итого				216	106

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

1. Печерский С. А., Куликова И. В., Служителев А. В. История, теория и методика физической культуры и отдельных видов спорта / Практикум. – Краснодар: КубГАУ, 2020. – Образовательный портал Кубанского ГАУ. - Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>

2. Печерский С. А., Соболев Ю. В., Абуладзе П. В., Плотников Д. С. Подвижные игры / Методические рекомендации. – Краснодар: КубГАУ, 2021. Образовательный портал Кубанского ГАУ. – Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>

7 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП ВО

Номер семестра*	Этапы формирования и проверки уровня сформированности компетенций по дисциплинам, практикам в процессе освоения ОПОП ВО
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
1	Физическая культура и спорт
1, 2, 3, 4, 5, 6	Игровые виды спорта (баскетбол, волейбол, футбол)
1, 2, 3, 4, 5, 6	Легкая атлетика
1, 2, 3, 4, 5, 6	Единоборства
1, 2, 3, 4, 5, 6	Плавание
1, 2, 3, 4, 5, 6	<i>Аэробика и фитнес аэробика</i>
1, 2, 3, 4, 5, 6	Физическая рекреация
1, 2, 3, 4, 5, 6	Атлетическая гимнастика
1, 2, 3, 4, 5, 6	Настольный теннис
1, 2, 3, 4, 5, 6	Адаптивная физическая культура и спорт
8	Выполнение и защита выпускной квалификационной работы

* номер семестра соответствует этапу формирования компетенции

7.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкалы оценивания

Планируемые результаты освоения компетенции (индикаторы достижения компетенции)	Уровень освоения				Оценочное средство
	неудовлетворительно (минимальный не достигнут)	удовлетворительно (минимальный, пороговый)	хорошо (средний)	отлично (высокий)	
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности					
Индикаторы достижения компетенций УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни. УК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом	Уровень знаний ниже минимальных требований, имели место грубые ошибки При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения, имели место	Минимально допустимый уровень знаний, допущено много негрубых ошибок. Продемонстрированы основные умения, решены типовые задачи. Имеется минимальный набор навыков для ре-	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, допущено несколько негрубых ошибок. Продемонстрированы все основные умения, решены все основные	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. Продемонстрированы все основные умения, решены все основные задачи с от-	Реферат Контрольные нормативы

Планируемые результаты освоения компетенции (индикаторы достижения компетенции)	Уровень освоения				Оценочное средство
	неудовлетворительно (минимальный не достигнут)	удовлетворительно (минимальный, пороговый)	хорошо (средний)	отлично (высокий)	
внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	грубые ошибки, не продемонстрированы базовые навыки	шения стандартных задач с некоторыми недочетами	задачи с негрубыми ошибками, продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач	венными недочетами, продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач	

7.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения ОПОП ВО

Оценочные средства для текущего контроля

Компетенция: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7)

Реферат

Пример темы реферата

Влияние физических упражнений на сердечнососудистую систему.

Рекомендуемый двигательный режим при данном заболевании.

Оценочные средства для промежуточного контроля

Задания для зачета

Контрольные нормативы по аэробике и фитнес-аэробике

Девушки

Наименование нормативов	Критерии оценки		
	отлично	хорошо	удовл.
I семестр			
Тест на скоростно-силовую подготовленность бег 100 м /сек./	17,0	17,9	18,7
Поднимание туловища из положения лежа (кол-во раз).	40	30	20

Наименование нормативов	Критерии оценки		
	отлично	хорошо	удовл.
Тест на общую выносливость - бег 2000м. /мин. сек./	11,15	11,50	12,15
Приседание на одной ноге, опора о стену (кол-во раз на каждой).	8	6	4
Прыжки со скакалкой за 1 мин (кол. раз)	60	50	40
Наклон вперёд из положения сидя (см)	12	10	8
II семестр			
Тест на скоростно-силовую подготовленность бег 100 м /сек./	16,7	17,2	17,9
Поднимание туловища из положения лежа (кол-во раз).	50	40	30
Тест на общую выносливость - бег 2000м. /мин. сек./	11,10	11,40	12,05
Приседание на одной ноге, опора о стену (кол-во раз на каждой).	10	8	6
Прыжки со скакалкой за 1 мин (кол. раз)	70	60	50
Наклон вперёд из положения сидя (см)	12	10	8
III семестр			
Тест на скоростно-силовую подготовленность бег 100 м /сек./	16,0	16,6	17,2
Поднимание туловища из положения лежа (кол-во раз).	60	50	40
Тест на общую выносливость - бег 2000м. /мин. сек./	11,05	11,30	12,00
Приседание на одной ноге, опора о стену (кол-во раз на каждой).	12	10	8
Прыжки со скакалкой за 1 мин (кол. раз)	80	70	60
Наклон вперёд из положения сидя (см)	14	12	10
IV семестр			
Тест на скоростно-силовую подготовленность бег 100 м /сек./	15,6	16,3	17,0
Поднимание туловища	70	60	50

Наименование нормативов	Критерии оценки		
	отлично	хорошо	удовл.
из положения лежа (кол-во раз).			
Тест на общую выносливость - бег 2000м. /мин. сек./	10,55	11,15	11,45
Приседание на одной ноге, опора о стену (кол-во раз на каждой).	14	12	10
Прыжки со скакалкой за 1 мин (кол. раз)	90	80	70
Наклон вперёд из положения сидя (см)	14	12	10
V семестр			
Тест на скоростно-силовую подготовленность бег 100 м /сек./	15,0	15,8	16,6
Поднимание туловища из положения лежа (кол-во раз).	80	70	60
Тест на общую выносливость - бег 2000м. /мин. сек./	10,45	11,05	11,35
Приседание на одной ноге, опора о стену (кол-во раз на каждой).	16	14	12
Прыжки со скакалкой за 1 мин (кол. раз)	100	90	80
Наклон вперёд из положения сидя (см)	16	14	12
VI семестр			
Тест на скоростно-силовую подготовленность бег 100 м /сек./	14,5	15,3	16,1
Поднимание туловища из положения лежа (кол-во раз).	90	80	70
Тест на общую выносливость - бег 2000м. /мин. сек./	10,35	10,55	11,25
Приседание на одной ноге, опора о стену (кол-во раз на каждой).	18	16	14
Прыжки со скакалкой за 1 мин (кол. раз)	110	100	90
Наклон вперёд из положения сидя (см)	16	14	12

Юноши

Наименование нормативов	Критерии оценки		
	отлично	хорошо	удовл.
I семестр			
Тест на скоростно-силовую подготовленность бег 100 м /сек./	15,0	15,3	15,6
Тест на силовую подготовленность подтягивание на перекладине (кол-во раз).	9	7	5
Тест на общую выносливость - бег 3000м. /мин. сек./	13,20	13,40	14,00
Тест на гибкость, наклон вперед в положении стоя (см)	9	6	3
Прыжки со скакалкой за 1 мин (кол. раз)	60	50	40
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	32	26	20
II семестр			
Тест на скоростно-силовую подготовленность бег 100 м /сек./	14,7	15,0	15,3
Тест на силовую подготовленность подтягивание на перекладине (кол-во раз).	11	9	7
Тест на общую выносливость - бег 3000м. /мин. сек./	13,10	13,30	13,50
Тест на гибкость, наклон вперед в положении стоя (см)	12	9	6
Прыжки со скакалкой за 1 мин (кол. раз)	70	60	50
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	38	32	26
III семестр			
Тест на скоростно-силовую подготовленность бег 100 м /сек./	14,4	14,7	15,0
Тест на силовую подготовленность подтягивание на перекладине (кол-во раз).	13	11	9
Тест на общую выносливость - бег 3000м.	13,00	13,20	13,40

Наименование нормативов	Критерии оценки		
	отлично	хорошо	удовл.
/мин. сек./			
Тест на гибкость, наклон вперед в положении стоя (см)	15	12	9
Прыжки со скакалкой за 1 мин (кол. раз)	80	70	60
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	44	38	32
IV семестр			
Тест на скоростно-силовую подготовленность бег 100 м /сек./	14,1	14,4	14,7
Тест на силовую подготовленность подтягивание на перекладине (кол-во раз).	15	13	11
Тест на общую выносливость - бег 3000м. /мин. сек./	12,55	13,05	13,35
Тест на гибкость, наклон вперед в положении стоя (см)	18	15	12
Прыжки со скакалкой за 1 мин (кол. раз)	90	80	70
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	50	44	38
V семестр			
Тест на скоростно-силовую подготовленность бег 100 м /сек./	13,8	14,1	14,5
Тест на силовую подготовленность подтягивание на перекладине (кол-во раз).	17	15	13
Тест на общую выносливость - бег 3000м. /мин. сек./	12,45	12,55	13,15
Тест на гибкость, наклон вперед в положении стоя (см)	21	18	15
Прыжки со скакалкой за 1 мин (кол. раз)	100	90	80
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	56	50	44
VI семестр			
Тест на скоростно-	13,0	13,6	13,8

Наименование нормативов	Критерии оценки		
	отлично	хорошо	удовл.
силовую подготовленность бег 100 м /сек./			
Тест на силовую подготовленность подтягивание на перекладине (кол-во раз).	19	17	15
Тест на общую выносливость - бег 3000м. /мин. сек./	12,25	12,45	12,55
Тест на гибкость, наклон вперед в положении стоя (см)	24	21	18
Прыжки со скакалкой за 1 мин (кол. раз)	110	100	90
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	62	56	50

7.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков, характеризующих этапы формирования компетенций

Контроль освоения дисциплины и оценка знаний обучающихся производится в соответствии с Пл КубГАУ 2.5.1 «Текущий контроль успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся».

Критериями оценки реферата являются: новизна текста, обоснованность выбора источников литературы, степень раскрытия сущности вопроса, соблюдения требований к оформлению.

Оценка «**отлично**» – выполнены все требования к написанию реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность; сделан анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция; сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём; соблюдены требования к внешнему оформлению.

Оценка «**хорошо**» – основные требования к реферату выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении.

Оценка «**удовлетворительно**» – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата; отсутствуют выводы.

Оценка «**неудовлетворительно**» – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы или реферат не представлен вовсе.

Критерии оценки знаний при проведении зачета

Оценка «зачтено» – дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа.

Оценка «не зачтено» – допущены грубые ошибки при определении сущности раскрываемых понятий, теорий, явлений, вследствие непонимания студентом их существенных и несущественных признаков и связей. В ответе отсутствуют выводы. Умение раскрыть конкретные проявления обобщенных знаний не показано.

8 Перечень основной и дополнительной литературы

Основная учебная литература

1. Евтых С. А., Матвеева И. С. Воспитание физических качеств средствами фитнеса / Учебно-методическое пособие - Краснодар: КубГАУ, 2022. Образовательный портал Кубанского ГАУ. – Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>
2. Ильницкая Т. А., Ковалева Т. В., Яткин И. В. Организация занятий в специальном медицинском отделении в современных условиях образовательного процесса / Учебное пособие. – Краснодар : КубГАУ, 2020. – Образовательный портал Кубанского ГАУ. – Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>
3. Славинский Н. В., Печерский С. А. Легкая атлетика: содержание и организация тренировочного процесса / Учебное пособие – Краснодар: КубГАУ, 2021. - Образовательный портал Кубанского ГАУ. - Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>

Дополнительная учебная литература

1. Евтых С. А. Методика обучения технике бега на короткие и средние дистанции: учебно-методическое пособие / С. А. Евтых – Краснодар: КубГАУ, 2021. Образовательный портал Кубанского ГАУ. – Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>
2. Матвеева И. С., Евтых С. А. Тестирование обучающихся на учебных занятиях по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»: учебно - методическое пособие / И.С. Матвеева, С.А. Евтых. – Краснодар: КубГАУ, 2021. Образовательный портал Кубанского ГАУ. – Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>

3. Русанов А. А., Калашник Е. А., Быков М. В., Кабанов Р. А. Теория и методика по образовательному модулю «Игровые виды спорта» / Учебно-методическое пособие – Краснодар : КубГАУ, 2020. Образовательный портал Кубанского ГАУ. – Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>

9 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Перечень ЭБС

№	Наименование	Тематика	Ссылка
1.	Znanium.com	Универсальная	https://znanium.com/
2.	IPRbook	Универсальная	http://www.iprbookshop.ru/
3.	Образовательный портал КубГАУ	Универсальная	https://edu.kubsau.ru/

Перечень Интернет сайтов:

1. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс] - URL: <https://minobrnauki.gov.ru/>
2. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс] - URL: <http://window.edu.ru/resource/502/79502>
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс] : информационный центр / РГУФКСМиТ. - М. : [б. и.], 2001. - Загл. с титул. экрана. - URL:<http://lib.sportedu.ru>.
4. Информационный ресурс «Livesport.ru» [Электронный ресурс] - URL: <https://www.livesport.ru/>
5. Сервис «Яндекс Спорт» [Электронный ресурс] - URL: <https://yandex.ru/sport>

10 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

1. Желтов А. А., Клименко А. А., Гетман Ю. П. Гиревой спорт: обучение соревновательным упражнениям / Методические рекомендации. – Краснодар: КубГАУ, 2019. Образовательный портал Кубанского ГАУ. – Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>
2. Желтов А. А., Баландин В. А., Клименко А. А., Лемиш В. Ю. Экспертные оценки в образовании / Методические указания. – Краснодар: КубГАУ, 2021. Образовательный портал Кубанского ГАУ. – Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>
3. Удовицкая Л.У., Федотова Г.В., Кузнецова З.В., Федосова Л.П. Спринтерский бег (основы техники и методики обучения спринтерского

бега) : Методические указания / Л.У. Удовицкая, Г.В. Федотова, З.В. Кузнецова, Л.П. Федосова. Краснодар: КубГАУ, 2022. Образовательный портал Кубанского ГАУ. – Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>

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

Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, позволяют:

- обеспечить взаимодействие между участниками образовательного процесса, в том числе синхронное и (или) асинхронное взаимодействие посредством сети «Интернет»;
- фиксировать ход образовательного процесса, результатов промежуточной аттестации по дисциплине и результатов освоения образовательной программы;
- организовать процесс образования путем визуализации изучаемой информации посредством использования презентаций, учебных фильмов;
- контролировать результаты обучения на основе компьютерного тестирования.

Перечень лицензионного программного обеспечения

№	Наименование	Краткое описание
1.	Microsoft Windows	Операционная система
2.	Microsoft Office (включает Word, Excel, PowerPoint)	Пакет офисных приложений
3.	Система тестирования INDIGO	Тестирование

Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

№	Наименование	Тематика	Электронный адрес
1.	«Scopus»	Информационная	https://www.scopus.com
2.	«Web of Science»	Информационная	http://apps.webofknowledge.com
3.	«eLIBRARY.RU»	Информационная	https://elibrary.ru
4.	Российская государственная библиотека	Информационная	https://www.rsl.ru
5.	Министерство спорта Российской Федерации	Правовая	https://www.minsport.gov.ru/
6.	Министерство физической культуры и спорта Краснодарского края	Правовая	https://kubansport.krasnodar.ru/

12 Материально-техническое обеспечение для обучения по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Аэробика и фитнес аэробика»

№ п/п	Наименование учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности, предусмотренных учебным планом образовательной программы	Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор)
1	2	3	4
1.	Элективные курсы по физической культуре и спорту. Аэробика и фитнес аэробика	Помещение №34 СОЦ, площадь — 230,6м ² ; Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации; Спортивный инвентарь: щиты для дартса — 6 шт.; волейбольные стойки — 2 шт., прочий спортивный инвентарь.	350044, Краснодарский край, г. Краснодар, ул. им. Калинина, 13
Помещение для оказания первой медицинской помощи			
1.	Элективные курсы по физической культуре и спорту. Аэробика и фитнес аэробика	2 СОЦ, медицинский кабинет. Специальная мебель: медицинский стол, стулья, ширма, смотровая кушетка, шкаф, аптечка, фармацевтический холодильник, тумба с раковиной, манипуляционный столик (для выполнения прививок и перевязок). Оборудование для функциональной диагностики и профилактических обследований: медицинские весы, термометр, динамометр, ростометр, спирометр, тонометр, фонендоскоп, полихроматические таблицы, таблицы Рабкина, офтальмологический светильник, таблицы для оценки остроты зрения. Инвентарь и расходные медицинские материалы для выполнения прививок, оказания неотложной и первичной помощи и проведения лечебно-профилактических процедур: пинцет, ножницы, грелка резиновая, шпатели, прививочный инструментарий, вата, бинты, шприцы, шины. Стерилизационное и дезинфицирующее оборудование: биксы, коробка стерилизационная, кварцевые лампы.	350044, Краснодарский край, г. Краснодар, ул. им. Калинина, 13