

Аннотация дисциплины

Наименование дисциплины	Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту (фитнес)
Краткое содержание	Диагностика развития гибкости, ловкости, быстроты, силы, выносливости. Типовые контрольные задания необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций: челночный бег 3 x10 м, с.; наклон вперед из положения, стоя продольно на гимнастической скамье, см ; поднимание туловища из положения, лежа на спине до угла 90°, кол-во раз; упор лежа на предплечьях («планка»), с.
Результаты освоения дисциплины (модуля)	Поддерживает должный уровень физической подготовленности и безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения полноценной профессиональной и социальной деятельности
Трудоемкость, з.е.	
Формы отчетности (в т.ч. по семестрам)	Зачет

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература	1. Гришина, Ю. И. Физическая культура студента: учебное пособие: [для студентов учреждений высшего образования к дисциплине "Физическая культура"] / Ю. И. Гришина. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2019. – 284 с.: ил. – (Высшее образование). – Гриф: Рек. НМС. – Прил.: с. 271-277. – Библиогр.: с. 269-270. – ISBN 978-5-222-31286-5. 2. Физическая культура: курс лекций (лекция) / В.А. Гриднев, Н.В. Шамшина, С.Ю. Дутов, А.Е. Лукьянова, Е.В. Щигорева; Министерство образования и науки Российской Федерации; Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Тамбовский государственный технический университет», 2, Особенности проведения учебных занятий для студентов с ограниченными возможностями здоровья. – Тамбов: Издательство ФГБОУ ВПО «ТГТУ», 2017. – 112 с. : ил. – http://biblioclub.ru/. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8265-1770-3 3. Физическая культура: учебник / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев, О.Н. Московченко, Д.А. Шубин; Министерство образования и науки Российской Федерации ; Сибирский Федеральный университет ; Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева ; Сибирский государственный университет науки и
---------------------	--

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 2C000003E31CE0891B6E588A7E0006000003E3
Владелец: Колесникова Марина Евгеньевна

Действителен: с 26.05.2022 по 26.05.2023

	3640-0 4. Тычинин, Н. В. Физическая культура в техническом вузе: учебное пособие / Н.В. Тычинин, В.М. Суханов; Министерство образования и науки РФ; Воронежский государственный университет инженерных технологий. – Воронеж: Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2017. – 101 с. – http://biblioclub.ru/. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-00032-242-0
Дополнительная литература	1. Глембоцкая, Я.И. Soccer. Футбол Электронный ресурс: учебное пособие / Я.И. Глембоцкая. - Москва: Издательство «Спорт», 2016. - 88 с. 2. Гришина, Ю. И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учебное пособие для студентов высших учебных заведений] / Ю. И. Гришина. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2016. - 250 с.: ил. - (Высшее образование). - Гриф: Доп. УМО. - Библиогр.: с. 244-245. 3. Махов, С.Ю. Плавание Электронный ресурс: учебно-методическое пособие / ред. С.Ю. Махов. - Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2016. - 40 с. 4. Сапожникова, О.В. Фитнес Электронный ресурс: учебное пособие / О.В. Сапожникова. - Фитнес, 2022-08-31. - Екатеринбург: Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2015. - 144 с 5. Соловьев, Г. М. Физическая культура личности (теория и технология формирования): учеб. пособие / Г. М. Соловьев, С. Н. Кашин. Мин-во образования Рос. Федерации МВД России Краснодарский ун-т. - М.: Илекса, 2014. - 212 с. - Гриф.: Рек. науч.-метод. советом Междунар. Академии наук. - Библиогр.: с. 208-209. - ISBN 978-5-89237-592-4. 6. Степанова, М.В Плавание в системе физического воспитания студентов вузов Электронный ресурс: учебное пособие / М.В. Степанова. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. - 137 с. 7. Физическая культура: учебник / [М.Я. Виленский, В.Ю. Волков, Л.М. Волкова и др.]; под ред. М.Я. Виленского. - 2-е изд., стер. - М.: КНОРУС, 2013. - 424 с. - (Бакалавриат). - Библиогр. в конце глав. - ISBN 978-5-406-02676-2. 8. Шнайдер, Н.А Track and Field Athletics. Легкая атлетика Электронный ресурс: учебно-методическое пособие / сост. Н.А. Шнайдер. - Москва: Издательство «Спорт», 2016. - 144 с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 2C000003E31CE0891B6E588A7E0006000003E3

Владелец: Колесникова Марина Евгеньевна

Действителен: с 26.05.2022 по 26.05.2023