

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное  
учреждение высшего образования  
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (НИ ТГУ)

Факультет физической культуры

УТВЕРЖДЕНО:

Декан факультета физической  
культуры



В.Г.Шилько

"14"

октября

2022 г.



**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**«Оздоровительная и адаптивная физическая культура»**

для подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре  
по научной специальности:

**5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура**

Форма обучения

**Очная**



Рабочая программа дисциплины «Оздоровительная и адаптивная физическая культура» (далее – Рабочая программа) разработана и составлена в соответствии с:

– Положением о подготовке научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре Национального исследовательского Томского государственного университета (утв. Приказом ректора НИ ТГУ от 31.03.2022 № 250/ОД);

– самостоятельно устанавливаемыми требованиями к программам подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре Национального исследовательского Томского государственного университета (далее – ОП аспирантуры) (утв. Приказом ректора НИ ТГУ от 31.03.2022 № 250/ОД);

для включения в учебный план ОП аспирантуры НИ ТГУ по научной специальности «5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура» в качестве обязательной дисциплины, направленной на подготовку к сдаче кандидатского экзамена.

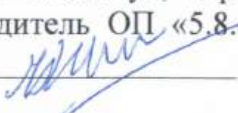
Рабочая программа рассмотрена и рекомендована к утверждению учебно-методической комиссией факультета физической культуры, протокол № 10 от «12» 10 2022 года.

Курс: 2

Трудоемкость в ЗЕТ – 3

Трудоемкость в академических часах – 108

#### Авторы-разработчики

1. Капилевич Л.В., доктор мед.наук, профессор, заведующий кафедрой СОТСФим ФФК, руководитель ОП «5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура» 



### **1. Цели и задачи освоения дисциплины (модуля)**

**Целью** освоения дисциплины (модуля) «Оздоровительная и адаптивная физическая культура» является формирование знаний, умений и навыков в сфере теории и методологии оздоровительной и адаптивной физической культуры, достаточных для подготовки к сдаче и сдачи кандидатского экзамена по научной специальности «5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура» в соответствии с Номенклатурой научных специальностей (приказ Минобрнауки России от 24.02.2021 № 118).

#### **Основные задачи дисциплины (модуля):**

- получение фундаментальных знаний в области теории и организации адаптивной физической культуры
- теоретическая подготовка к педагогической деятельности в этой области с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и инвалидами по зрению, слуху, с нарушениями интеллекта, речевых функций, поражением опорно-двигательного аппарата.

### **2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы аспирантуры**

Дисциплина (модуль) «Оздоровительная и адаптивная физическая культура» относится к дисциплинам (модулям), направленным на сдачу кандидатских экзаменов, образовательного компонента программы аспирантуры по научной специальности, по которой осуществляется подготовка (подготовлена) диссертации.

В соответствии с учебным планом дисциплина (модуль) реализуется на втором году обучения.

В рамках данной дисциплины (модуля) обобщаются, систематизируются и углубляются знания о теоретико-методологических основах исследования в рамках соответствующей научной специальности, формируется необходимый уровень подготовленности к самостоятельной научно-исследовательской работе.

### **3. Планируемые результаты освоения дисциплины (модуля)**

По окончании освоения дисциплины (модуля) аспирант должен

#### **Знать:**

- социально-значимые проблемы и процессы в области адаптивной физической культуры;
- историю, закономерности функции, принципы, средства и методы отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры их роли и места в общей системе физической культуры;
- особенности планирования и осуществления деятельности у лиц с ОВЗ с учетом возрастных, нозологических и гендерных групп.



### Уметь:

- планировать и осуществлять деятельность у лиц с ОВЗ с учетом возрастных, нозологических и гендерных групп;
- планировать занятия и другие формы физических упражнений у лиц с ОВЗ с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей.

### Владеть:

- навыками практического применения планирования и осуществления деятельности у лиц с ОВЗ с учетом возрастных, нозологических и гендерных групп.
- навыками практического применения способов планирования занятий и других форм физических упражнений у лиц с ОВЗ с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей;
- навыками практического применения планирования занятий и других форм физических упражнений у лиц с ОВЗ с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей.

## 4. Язык реализации

Русский и(или) английский (в соответствии с языком освоения ОП аспирантуры и индивидуальным планом работы аспиранта).

## 5. Объем и структура дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов:

| № п/п | Раздел Дисциплины (модуля)                                      | Период освоения | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу аспирантов и трудоемкость (в часах) |           |          |             |       | Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации |
|-------|-----------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------|-------|-----------------------------------------------------------------|
|       |                                                                 |                 | Лекции                                                                                  | Лаб. раб. | Практика | Сам. работа | Всего |                                                                 |
| 1     | Раздел 1. Теория и методика оздоровительной физической культуры |                 | 6                                                                                       |           | 21       | 27          | 54    | Аналитические обзоры, Рефераты                                  |
| 2     | Раздел 2. Теория и методика адаптивной физической культуры      |                 | 6                                                                                       |           | 21       | 27          | 54    | практическое задание                                            |
|       | ВСЕГО                                                           |                 | 12                                                                                      |           | 42       | 54          | 108   | Кандидатский экзамен                                            |

Самостоятельная работа аспирантов по темам дисциплины реализуется в форме подготовки аналитических обзоров, рефератов.



## 6. Содержание дисциплины (модуля)

| № п/п | Наименование раздела дисциплины (модуля)              | Содержание раздела дисциплины (модуля)                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Теория и методика оздоровительной физической культуры | Тема 1. Методологические проблемы оздоровительной физической культуры.<br>Тема 2. Оздоровительная физическая культура в процессе жизнедеятельности человека.                                                                                                                                                              |
| 2     | Теория и методика адаптивной физической культуры      | Тема 1. Теоретико-методологические и методические проблемы адаптивной физической культуры<br>Тема 2. Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья<br>Тема 3. Виды адаптивного спорта<br>Тема 4. Двигательная рекреация<br>Тема 5. Адаптивная физическая реабилитация |

## 7. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Освоение учебного материала дисциплины (модуля) запланировано в течение одного учебного года.

Текущий контроль знаний осуществляется на протяжении учебного года в ходе освоения дисциплины (модуля).

Промежуточная аттестация проводится в конце учебного года освоения дисциплины (модуля) в форме сдачи кандидатского экзамена (КЭ) комиссии, утверждаемой приказом ректора.

Сданный кандидатский экзамен является образовательным результатом выполнения индивидуального учебного плана аспиранта (ОП1).

### Темы практических заданий:

1. Составить план урочного занятия АФК для лиц выбранного возраста и выбранной нозологии с применением элементов выбранного вида спорта.
2. Составьте программу самостоятельных занятий АФК для лиц выбранного возраста и выбранной нозологии с применением элементов выбранного вида спорта.

### Примеры тестов:

1. Какие задачи адаптивной физической культуры направлены на исправление имеющихся нарушений в состоянии здоровья?
  - *коррекционные*
  - профилактические
  - образовательные
2. Какой из видов адаптивной физической культуры направлен на раскрытие резервных возможностей организма и достижение максимального результата?
  - *адаптивный спорт*
  - адаптивное физическое воспитание
  - адаптивная физическая реабилитация



3. Что является основным содержанием образовательной задачи адаптивной физической культуры?
  - коррекция двигательных нарушений
  - профилактика возможных нарушений
  - *формирование знаний, двигательных умений и навыков*
4. Суть принципа коррекционно-развивающей направленности педагогического процесса заключается в следующем:
  - педагогические воздействия должны быть направлены, в первую очередь, на развитие познавательной деятельности детей с отклонениями в развитии
  - *направленность пед. воздействий не только на преодоление, сглаживание, ослабление недостатков, но и на активное развитие их познавательной деятельности, психических процессов, физических способностей*
  - решение задач обеспечения полноценного физического развития и повышения двигательной активности детей с ограниченными возможностями
5. Соотнесите виды адаптивной физической культуры с их сущностными характеристиками:
  - 1) адаптивная двигательная рекреация
  - 2) адаптивное физическое воспитание
  - 3) адаптивный спорт
  - а. вид адаптивной физической культуры, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности
  - б. вид адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности
  - в. вид адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности личности в самоактуализации, реализации и сопоставлении своих способностей со способностями других людей

*1-а, 2-б, 3-в.*

#### **Перечень тем с вопросами для подготовки к сдаче кандидатского экзамена:**

#### **Раздел 1. Теория и методика оздоровительной физической культуры**

##### *Тема 1. Методологические проблемы оздоровительной физической культуры.*

Общие представления о механизме оздоровительного воздействия физических упражнений на организм человека.

Социально-педагогические аспекты оздоровительной физической культуры. Факторы, обуславливающие формирование здоровой личности в процессе физкультурных занятий.

Нормы двигательной активности, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма человека.

Методические принципы физкультурных занятий с оздоровительной направленностью.

Критерии дифференциации занимающихся по уровню здоровья в процессе физкультурных занятий.

Основные направления в оздоровительной физической культуре:



оздоровительно-рекреативное, оздоровительно-реабилитационное, спортивно-реабилитационное, гигиеническое.

Характеристика средств оздоровительной направленности. Оздоровительный эффект физических нагрузок. Способы дозирования нагрузок в оздоровительной физической культуре. Дозирование объема и интенсивности оздоровительных нагрузок. Частота занятий в неделю при проведении физкультурно-оздоровительных занятий. Принципы повышения нагрузки.

Формы занятий оздоровительной физической культурой, их типология.

Педагогический и врачебный контроль в оздоровительной физической культуре.

Тенденции развития оздоровительной физической культуры в различных странах. Создание материальных стимулов и условий для занятий оздоровительной физической культурой, воспитание потребностей и мотивации к физкультурно-оздоровительным занятиям.

*Тема 2. Оздоровительная физическая культура в процессе жизнедеятельности человека.*

Понятие о физкультурно-оздоровительных технологиях, их классификация.

Международные физкультурно-оздоровительные организации.

Структура и содержание физкультурно-оздоровительных занятий (фитнесс-программ).

Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем, основанных на видах двигательной активности различной направленности – аэробной, силовой, на растягивание и расслабление мышц, коррекции фигуры и т.п. (аэробики, калланетики, бодибилдинга, шейпинга, стретчинга и т.д.).

Особенности методики оздоровительной физической культуры для здоровых людей в различных возрастно-половых группах – в грудном возрасте, у дошкольников, младших, средних и старших школьников, в зрелом, пожилом и старческом возрастах. Варианты индивидуальных программ физкультурно-оздоровительных занятий. Управление оздоровительным эффектом, контроль и коррекция оздоровительных воздействий.

Особенности методики оздоровительной физической культуры у людей с избыточным весом (ожирением).

Особенности оздоровительной физической культуры у людей с нарушением осанки, остеохондрозом, плоскостопием.

Особенности методики оздоровительной физической культуры в профилактике заболеваний органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, органов пищеварения, нервной системы, зрения и др.

Компьютерные фитнес-программы, их виды.

Особенности профессиональной деятельности специалистов по физкультурно-оздоровительным технологиям (оздоровительному фитнесу).

**Дополнительные вопросы** в области исследования *«Оздоровительная физическая культура студентов»*: Высокий уровень здоровья студентов как условие их успешного функционирования в образовательном пространстве современного вуза. Средства и методы оздоровления человека: ретроспекции и реалии современности. Конструирование оздоровительных технологий, базирующихся на средствах и методах физической культуры. Методологические аспекты разработки новых физкультурно-оздоровительных технологий. Необходимость внедрения новых физкультурно-оздоровительных технологий в образовательное пространство современного вуза.



## **Раздел 2. Теория и методика адаптивной физической культуры**

### *Тема 1. Теоретико-методологические и методические проблемы адаптивной физической культуры.*

Цель, задачи, принципы и функции адаптивной физической культуры (основные понятия и термины адаптивной физической культуры: «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни»; отличия предмета, цели адаптивной физической культуры от предмета и цели физической культуры; приоритетные задачи адаптивной физической культуры – коррекционные, компенсаторные, профилактические, решаемые в контексте традиционных задач физической культуры – образовательных, оздоровительных, воспитательных; основные опорные концепции теории физической культуры; педагогические и социальные функции, социальные общеметодические и специально-методические принципы адаптивной физической культуры);

Средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры (физические упражнения, естественно-средовые и гигиенические факторы – основные средства адаптивной физической культуры; классификация физических упражнений по целевой направленности, по преимущественному воздействию на развитие тех или иных физических качеств, по лечебному воздействию, по степени самостоятельности выполнения упражнений, по интеграции междисциплинарных связей, по другим классификационным признакам; методы формирования знаний, методы обучения двигательным действиям, методы развития физических качеств и способностей; методы воспитания личности; формы организации адаптивной физической культуры – урочные, неурочные, внешкольные);

Программно-нормативные основы адаптивной физической культуры: государственные образовательные стандарты среднего (базового и повышенного уровней) и высшего профессионального образования.

Национально-этнические и религиозные особенности адаптивной физической культуры (национально-этнические виды адаптивного спорта и их представительство в программах Паралимпийских, Сурдлимпийских и Специальных Олимпийских игр; проблемы равенства, справедливости, терпимости, милосердия и др. в различных религиозных воззрениях).

### *Тема 2. Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.*

Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья всех социально-демографических и нозологических групп (физическое образование лиц с ограниченными возможностями в учреждениях «раннего вмешательства», дошкольных и школьных специальных (коррекционных) образовательных учреждениях; физическое воспитание в системе общего образования, начального, среднего и высшего профессионального образования с контингентом специальных медицинских групп; обучение инвалидов в вузах физической культуры; методы воспитывающей среды и воспитывающей деятельности, методы осмысления человеком себя в реальной жизни в работе с инвалидами; методы педагогического воздействия в адаптивной физической культуре; аксиологические концепции отношения общества к лицам с ограниченными возможностями: «инвалидизма», «социальной полезности», «личностно-ориентированная гуманистическая»; личностно-ориентированная концепция – основа выстраивания отношений между педагогом и занимающимися адаптивной физической культуре).



### *Тема 3. Виды адаптивного спорта.*

Виды адаптивного спорта, входящие в программы Олимпийских игр, игр специальной олимпиады и Всемирных игр глухих («тихих игр»), а также научное обоснование содержания и направленности новых видов спорта инвалидов (характеристика паралимпийского, сурдлимпийского и специального олимпийского движений, их сходства и различия, тенденции дифференциации и интеграции; понятия спортивной и спортивно-медицинской классификации их сходства и различия; материально-техническое обеспечение адаптивного спорта; история участия российских спортсменов в различных международных движениях адаптивного спорта; адаптивный спорт как один из важнейших видов адаптивной физической культуры в деле решения задач социализации и интеграции лиц с ограниченными возможностями в общество, повышения их реабилитационного потенциала и качества жизни; представительство видов адаптивного спорта в Единой Всероссийской спортивной классификации и Всероссийском календаре спортивно-массовых мероприятий; научное обоснование новых видов спорта инвалидов – радиальный баскетбол в колясках, радиальный баскетбол сидя и др.; перспективы разработки и внедрения новых видов адаптивного спорта).

### *Тема 4. Двигательная рекреация.*

Двигательная рекреация, интегрированные программы, объединяющие определенный вид адаптивной физической культуры с искусством и творческой деятельностью инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья всех социально-демографических и нозологических групп (виды адаптивной физической культуры, направленные на удовлетворение преимущественно потребностей личности людей с ограниченными возможностями: адаптивная двигательная рекреация, креативные (художественно-музыкальные) телесноориентированные и экстремальные виды двигательной активности; сказкотерапия, игротерапия, антистрессовая пластическая гимнастика, двигательная пластика, психогимнастика и другие разновидности креативных телесноориентированных способов двигательной деятельности; спартианская программа интеграции «мягких» моделей соревновательной деятельности и искусства, спартианский клуб и его деятельность; экстремальные виды двигательной активности на воде, суше (земле), в воздухе для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов; адаптивный туризм в различных видах адаптивной физической культуры).

### *Тема 5. Адаптивная физическая реабилитация.*

Адаптивная физическая реабилитация, восстановление и совершенствование физического, психологического и социального здоровья инвалидов (комплексная реабилитация, социальная интеграция, приобщение к образу жизни здоровых людей, повышение качества жизни инвалидов и лиц с ограниченными возможностями; индивидуальная программа здравоохранения, системе образования, системе физической культуры и спорта; понятия физической терапии и эрготерапии, обоснования содержания деятельности физического терапевта и эрготерапевта, их сходства и отличия от должностей врача лечебной физической культуры, инструктора и инструктора-методиста лечебной физической культуры).

**Дополнительные вопросы** в области исследования «*Физическая реабилитация спортсменов*»: Современные представления о реабилитации, тенденции ее развития. Уровни комплексного реабилитационного процесса. Место медицинской реабилитации в системе комплексной реабилитации. Цели, принципы, аспекты, компоненты медицинской реабилитации. Технологии, методы и средства медицинской реабилитации.



Принципы формирования и реализации реабилитационных программ. Этапы медицинской реабилитации.

## 8. Критерии оценки знаний и навыков

Результаты освоения дисциплины (модуля) определяются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Итоговая оценка за кандидатский экзамен выставляется решением экзаменационной комиссии:

Кандидатский экзамен проводится в форме устного экзамена по билетам продолжительностью один академический час и состоит из следующих частей:

1. Основные вопросы (не более трёх вопросов из 1-го и 2-го разделов содержания Программы).
2. Дополнительные вопросы (не более трёх вопросов из 1-го и 2-го разделов содержания Программы).

Оценка уровня знаний по каждому вопросу осуществляется по пятибалльной шкале со следующим принципом перерасчета:

«отлично» – 5 баллов;

«хорошо» – 4 балла;

«удовлетворительно» – 3 балла;

«неудовлетворительно» – 1-2 балла.

При оценивании ответов на каждый из вопросов экзаменационного билета учитываются следующие критерии:

|                                                                                                                                                                |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Ответ на вопрос исчерпывающий, продемонстрировано понимание и знание сути вопроса в полном объеме. Замечаний нет.                                              | 5 баллов  |
| Ответ на вопрос неполный, но раскрывающий основную суть вопроса, продемонстрировано понимание и знание вопроса в достаточном объеме. Замечания незначительные. | 4 балла   |
| Ответ неполный с существенными замечаниями, знания по вопросу фрагментарные и частичные, в том числе и по тематике диссертационного исследования.              | 3 балла   |
| Ответ на вопрос отсутствует или дан неправильный                                                                                                               | 1-2 балла |

Итоговая оценка за кандидатский экзамен выставляется решением экзаменационной комиссии:

«отлично» – при наличии не менее 80% 5-балльных ответов и отсутствии 3-2-1-балльных ответов;

«хорошо» – при наличии не менее 80% 4-балльных ответов и отсутствии 2-1-балльных ответов;

«удовлетворительно» – при наличии более 20% 3-балльных ответов и отсутствии 2-1-балльных ответов;

«неудовлетворительно» – при наличии 1-2 балльного ответа (или отказа отвечать на вопрос).



## 9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### *Основная литература:*

1. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 158 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-07260-0. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/492763> (дата обращения: 08.09.2022).
2. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 191 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-07190-0. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/492906> (дата обращения: 08.09.2022).
3. Бегидова, Т. П. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 210 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-14815-2. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/497197> (дата обращения: 08.09.2022).

### *Дополнительная литература:*

1. Врачебный контроль в физической культуре. М.: Триада-Х, 2012. 128 с.
2. Евсеев С. Теория и организация адаптивной физической культуры. Учебник. М.: Спорт, 2016 – 616 с.
3. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. М.: Феникс, 2012. 254 с.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 334 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-13599-2. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/466072> (дата обращения: 08.09.2022).
5. Система контроля уровня физического развития и физической подготовленности для комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова [и др.] ; под общей редакцией Т. П. Бегидовой. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 87 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-14809-1. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/497199> (дата обращения: 08.09.2022).
6. Ильина, И. В. Медицинская реабилитация : учебник для вузов / И. В. Ильина. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 276 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-00383-3. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/451200> (дата обращения: 08.09.2022).



7. Физическая реабилитация: учеб. для вузов по спец. "Физ. культура" рек. УМО / А.А. Бирюков, Н. М. Валеев, Т. С. Гарасева [и др.] ; под ред. С. В. Попова. – 5-е изд. – Ростов н/Д.: Феникс, 2008 - 602 с. : ил., отд. л. цв. ил.

8. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 246 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-07339-3. – С. 120 – 127 – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/492453/p.120-127>.

9. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 334 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-13599-2. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/497591> (дата обращения: 08.09.2022).

#### **Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

##### **Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:**

– Microsoft Office Standart 2013 Russian: пакет программ. Включает приложения: MS Office Word, MS Office Excel, MS Office PowerPoint, MS Office OneNote, MS Office Publisher, MS Outlook, MS Office Web Apps (Word Excel MS PowerPoint Outlook);

– публично доступные облачные технологии (Google Docs, Яндекс диск и т.п.).

##### **Информационные справочные системы:**

– Электронный каталог Научной библиотеки ТГУ – <http://chamo.lib.tsu.ru/search/query?locale=ru&theme=system>

– Электронная библиотека (репозиторий) ТГУ – <http://vital.lib.tsu.ru/vital/access/manager/Index>

– ЭБС Лань – <http://e.lanbook.com/>

– ЭБС Консультант студента – <http://www.studentlibrary.ru/>

– Образовательная платформа Юрайт – <https://urait.ru/>

– ЭБС ZNANIUM.com – <https://znanium.com/>

– ЭБС IPRbooks – <http://www.iprbookshop.ru/>

##### **Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – <http://elibrary.ru/>**

Библиографическое описание, рефераты, полные тексты статей из российских и зарубежных журналов, а также доклады на конференциях монографии, учебные пособия, патенты, диссертации.

Регистрация на сайте Научной электронной библиотеке является необходимым условием для получения доступа к полным текстам публикаций, расположенных на платформе eLIBRARY.RU, независимо от того, находятся ли они в открытом доступе или распространяются по подписке.

Российский индекс научного цитирования (РИНЦ) национальная информационно-аналитическая система, аккумулирующая информацию о публикациях и цитированиях российских авторов, осуществляющая оценку результативности и эффективности деятельности научно-исследовательских организаций, уровень научных журналов.



**Электронная библиотека диссертаций (РГБ) – <http://diss.rsl.ru/>**

Диссертации и авторефераты из фонда Российской государственной библиотеки (РГБ) по всем отраслям знания. Глубина полнотекстового доступа с 1998 года. Доступ к полным текстам только с компьютеров сети Научной библиотеки ТГУ по индивидуальному паролю. Пароль для работы можно получить в библиографическом информационном центре НБ ТГУ.

**10. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Материально-техническое оборудование, используемое при реализации дисциплины:

- аудитории для проведения занятий лекционного типа;
- аудитории для проведения занятий семинарского типа, индивидуальных и групповых консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации;
- помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой и доступом к сети Интернет, в электронную информационно-образовательную среду и к информационным справочным системам;
- зал лечебно-оздоровительной физической культуры, оборудованный необходимым инвентарем (фитболы, гимнастические коврики, гимнастические палки, шведские стенки).
- лаборатория, оборудованная для выполнения врачебно-педагогического контроля (пульсометр, спирометр электрокардиограф);
- аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа индивидуальных и групповых консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации в смешенном формате («Актру»).