МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
в г. Славянске-на-Кубани

Факультет педагогики, психологии и физической культуры
Кафедра профессиональной педагогики, психологии и физической культуры

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по работе с филиалами
_____ А.А. Евдокимов
«31» мая 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.1.ДВ.05.05 ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
(аэробика и фитнес технологии)

Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль)	Русский язык, Английский язык
Форма обучения	очная
Квалификация выпускника	бакалавр

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00C7D81F155464E2952C62D138F9B3B449
Владелец: Хагуров Темыр Айтечевич
Действителен: с 13.10.2023 до 05.01.2025

Краснодар 2024

Рабочая программа дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (аэробика и фитнес технологии)» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 г. № 125, зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации от 15.03.2018 г. регистрационный № 50358.

Программу составила:

И. В. Пологова, ст. преподаватель _____

Рабочая программа дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (аэробика и фитнес технологии)» утверждена на заседании кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры, «03» мая 2024 г. № 10

Заведующий кафедрой

Лукьяненко М. А. _____

подпись

Утверждена на заседании учебно-методической комиссии филиала протокол от № 9 от «16» мая 2024 г.

Председатель УМК филиала Поздняков С.А. _____

фамилия, инициалы подпись

Рецензенты:

Пышная Людмила Никитична
Директор МБОУ СОШ № 18
г. Славянска-на-Кубани

Катаева Нина Вениаминовна
Директор МБОУ СОШ № 5
г. Славянска-на-Кубани

1 Цели и задачи изучения дисциплины (модуля)

1.1 Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины Элективные дисциплины по физической культуре и спорту «Аэробика и фитнес технологии» является формирование системы знаний, умений, владений по теоретической и практической подготовке выпускника к использованию приобретенных навыков для самостоятельных занятий в области аэробики и фитнес технологий в процессе трудовой деятельности.

1.2 Задачи дисциплины

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих образовательных, воспитательных, развивающих и оздоровительных задач которые являются необходимой основой для успешной последующей деятельности в качестве бакалавра:

− понимание социальной роли аэробика и фитнес технологий в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

− знание научно - биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

− формирование мотивационно - ценностного отношения к здоровому стилю жизни, физического самосовершенствования и самовоспитания, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

− овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;

− обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;

− воспитание положительных нравственных и волевых качеств личности (смелости, товарищества, взаимопомощи, гуманности, самоутверждения, ответственности и т.д.);

− приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей, для работы с группой;

− воспитание эстетических качеств (гармонически развитое тело человека и его движения

1.3 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» относится к обязательной части формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 дисциплины (модули) основной образовательной программы.

Для освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения следующих дисциплин: «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Здоровье сберегающие технологии в педагогическом образовании», «Безопасность жизнедеятельности». Знания, умения и навыки, полученные в процессе освоения данной дисциплины, необходимы для прохождения практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующей компетенции:

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине (знает, умеет, владеет (навыки и/или опыт деятельности))
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	
ИУК-7.1 Применяет здоровьесберегающие технологии для обеспечения физической готовности к различным условиям жизнедеятельности	Знает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности;
	Умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности;
	Владеет, соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
ИУК - 7.2. Распределяет физические нагрузки в различных жизненных ситуациях и при осуществлении профессиональной деятельности с учетом физиологических особенностей организма	Знает научно-практические основы физической культуры, спорта, здорового образа жизни;
	Умеет выполнять программные упражнения и нормативы по физической культуре, применять все формы и средства организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий, проводить самостоятельную физическую тренировку и использовать методы самоконтроля за своим физическим состоянием;
	Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование способностей и качеств способствующих приобретению личного опыта использования физкультурно-спортивной деятельности
ИУК - 7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в социальной и профессиональной практике	Знает научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни;
	Умеет использовать приобретенные навыки для самостоятельных занятий в области аэробики и фитнес технологий в процессе трудовой деятельности.
	Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья

Результаты обучения по дисциплине достигаются в рамках осуществления всех видов контактной и самостоятельной работы обучающихся в соответствии с утвержденным учебным планом.

Индикаторы достижения компетенций считаются сформированными при достижении соответствующих им результатов обучения.

2. Структура и содержание дисциплины

2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 328 часов, их распределение по видам работ представлено в таблице

(для студентов ОФО)

Вид учебной работы	Всего часов	Форма обучения			
		очная			
		семестр I	семестр II	семестр III	семестр IV

Контактная работа, в том числе:						
Аудиторные занятия (всего):		**328**	**82**	**82**	**82**	**82**
Занятия лекционного типа		-	-	-	-	
Лабораторные занятия		-	-	-	-	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		124	34	30	30	30
Иная контактная работа:						
Контроль самостоятельной работы (КСР)		-	-	-	-	
Промежуточная аттестация (ИКР)		-	-	-	-	
Самостоятельная работа, в том числе:						
Курсовая работа		-	-	-	-	
Проработка учебного (теоретического) материала		204	48	52	52	52
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)		-	-	-	-	
Реферат		-	-	-	-	
Подготовка к текущему контролю		-	-	-	-	
Контроль:						
Подготовка к экзамену						
Общая трудоемкость	**час.**	**328**	**48**	**52**	**52**	**52**
	в том числе контактная работа	**124**	**34**	**30**	**30**	**30**
	зач. ед	**-**	**-**	**-**	**-**	

2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

№	Наименование разделов (тем)	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	СРС
1.	Методы и средства оценки, и развития общей выносливости	30		10		20
2.	Методы и средства оценки, и развития скоростных способностей	30		10		20
3.	Методы и средства оценки, и развития силовых способностей	30		10		20
4.	Методы и средства оценки, и развития гибкости	30		10		20
5.	Специальная физическая подготовка	30		10		20
6.	Обучение технике базовых шагов в сочетании с работой рук	44		24		20
7.	Самостоятельное проведение учащимися структурных частей занятия аэробикой	54		10		44
8.	Фитнес технологии (пилатес)	40		20		20
9.	Фитнес технологии (каланетика)	40		20		20
	ИТОГО по разделам дисциплины					
	Контроль самостоятельной работы (КСР)					
	Промежуточная аттестация (ИКР)					
	Подготовка к текущему контролю					
	Общая трудоемкость по дисциплине	328		124		204

Курсовые работы: не предусмотрены

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные

занятия, СРС – самостоятельная работа студента

2.3 Содержание разделов (тем) дисциплины

2.3.1 Занятия лекционного типа

Занятия лекционного типа не предусмотрены учебным планом

2.3.2 Занятия семинарского типа

№	Наименование раздела (темы)	Содержание раздела (темы)	Форма текущего контроля
1	2	3	4
		1	
1.	Методы и средства оценки, и развития общей выносливости	Методы оценки и развития общей выносливости. 1.Понятие, структура и содержание физического качества. 2. Факторы и условия, детерминирующие проявление общей выносливости. Практическое занятие № 4−6. Сенситивные периоды развития общей выносливости. 1.Методы оценки выраженности общей выносливости. 2.Контрольные упражнения, тесты, сопоставительные таблицы.	У, ПР
2.	Методы и средства оценки и развития скоростных способностей	Понятие, структура и содержание скоростных способностей. 1.Факторы и условия, детерминирующие проявление скоростных способностей. 2.Сенситивные периоды развития скоростных способностей. Методы оценки выраженности скоростных способностей. 1.Средства и методы развития скоростных способностей. 2.Гендерные и возрастные особенности обучающихся, которые необходимо учитывать при составлении дифференцированных и индивидуальных программ развития скоростных способностей.	У, ПР
3.	Методы и средства оценки, и развития силовых способностей	Методы оценки и развития общей силовых способностей. 1.Понятие, структура и содержание физического качества. 2. Факторы и условия, детерминирующие проявление силовых способностей. Сенситивные периоды развития силовой выносливости. 1.Методы оценки выраженности силовых способностей. 2.Контрольные упражнения, тесты, сопоставительные таблицы. Средства и методы развития скоростно-силовых способностей.	У, ПР

		Гендерные и возрастные особенности обучающихся, которые необходимо учитывать при составлении дифференцированных и индивидуальных программ развития силовых способностей.	
4.	Методы и средства оценки и развития гибкости	Методы оценки и развития общей гибкости. 1.Понятие, структура и содержание физического качества.	У, ПР
	2 семестр		
5.	Методы и средства оценки и развития гибкости	Методы развития специальной гибкости 1. Факторы и условия, детерминирующие проявление гибкости. 2 Средства развития специальной гибкости.	
6.	Специальная физическая подготовка	Ознакомление и разучивание комплексов аэробики, направленных на развитие общей выносливости. Непрерывное выполнение упражнений аэробики с целенаправленным решением специфических задач: повышение сопротивляемости утомлению в двигательной деятельности, затрагивающей не только физические, но и сенсорные, интеллектуальные, эмоциональные, волевые проявления; постепенное увеличение числа повторений или продолжительности выполнения различных движений с относительно умеренной интенсивностью (в пределах аэробных возможностей). Ознакомление и разучивание комплексов аэробики, направленных на развитие скоростно-силовых способностей. Непрерывное выполнение упражнений аэробики с целенаправленным решением специфических задач: обучить целесообразному, оптимально экономному использованию мышечной силы в зависимости от задач и условий выполнения упражнений силового и скоростно-силового характера; повторение упражнений, с увеличением нагрузки, числа повторений, изменений исходного положения и темпа, волевого напряжения работающих мышц. Комплексное тестирование. Оценка видов подготовленности: морфотипическая (длина и масса тела, объемы и обхваты тела), общая физическая (контрольные упражнения: сгибание и разгибание рук из упора лежа, сгибание и разгибание туловища, челночный бег 4х9 м, равновесие «Фламинго», наклон вперед из положения сидя на полу, прыжок в длину), функциональная (частота сердечных	

		сокращений в покое, ортостатическая проба, поза Ромберга 1-3, 20 приседаний за 30 секунд).	
7.	Обучение технике базовых шагов	Организация и проведение общеразвивающих, специальных упражнений на уроке аэробики. 1.Обучение технике обычная ходьба – марш 2. Ходьба ноги врозь - ноги вместе (Straddle–стрэдл). 3.Шаг в сторону− steptouch Ознакомление и разучивание упражнений, используемых в занятиях аэробикой. Базовые элементы аэробики: ходьба, выпад, подъем бедра, мах, бег, прыжок ноги врозь-вместе, подскок и их разновидности. Особенности выполнения: основное положение стоп, бедер, таза, туловища, головы. Ознакомление и разучивание запрещенных элементов и упражнений. Запрещенные и разрешенные элементы и упражнения в аэробике как средство профилактики травматизма. Движения головой, туловищем, руками, ногами. Позы и упражнения, заимствованные из других видов спорта (мост, стойка на лопатках, сед и упор углом, «поза барьериста»,«плуг» и др.) Ознакомление и разучивание от одной до четырех связок из базовых элементов аэробики Биомеханическая характеристика движений. Возможные и типичные ошибки. Многократное повторение базовых элементов аэробики: ходьба, выпад, подъем бедра, мах, бег, прыжок ноги врозь-вместе, подскок и их разновидности. Выполнение элементов по направлениям: вперед и назад, вправо-влево, по диагонали, движение на месте, углом, по квадрату, по треугольнику, по кругу.	У, ПР
	3 семестр		
8.	Обучение технике базовых шагов	Сочетание работы рук с прыжками и подскоками. Подскоки на двух ногах (в фазе полета ноги вместе или в другом положении) на месте и с продвижением в разных направлениях (для обеспечения безопасности выполнять перемещения в стороны рекомендуется с осторожностью); 32 – с переменой положения ног: в стойку ноги врозь, на одну ногу, в выпад и др. (чтобы избежать	У, ПР

		одностороннего чрезмерного воздействия рекомендуется выполнять не больше 3-4 прыжков подряд на одной ноге); – сочетание прыжков и подскоков на месте или с перемещениями с различными движениями руками.	
9.	Самостоятельное проведение учащимися структурных частей занятия аэробикой	Самостоятельное проведение учащимися структурных частей занятия аэробикой (партер) Специфические задачи основной части урока аэробики. Структурные подчасти: упражнения для развития и совершенствование на силовых качеств и возможностей учащихся, «калистеника». Особенности подбора и выполнения упражнений в них: упражнения для мышц туловища, упражнения для мышц бедра, упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Специфические задачи заключительной части урока аэробики. Структурные подчасти: «вторая заминка», стрейтчинг. Особенности подбора и выполнения упражнений в них: упражнения на гибкость («глубокий стрейтч»), общая заминка. Оценка видов подготовленности: морфотипическая (длина и масса тела, объемы и обхваты тела), общая физическая (контрольные упражнения: сгибание и разгибание рук из упора лежа, сгибание и разгибание туловища, челночный бег 4х9 м, равновесие «Фламинго», наклон вперед из положения сидя на полу, прыжок в длину), функциональная (частота сердечных сокращений в покое, ортостатическая проба, поза Ромберга 1-3, 20 приседаний за 30 секунд), танцевально-хореографическая (оценка выполнения заданной комбинации шагов с использованием танцевальных стилей и направлений).	
10.	Фитнес технологии (Пилатес)	Выполнение упражнений, способствующих развитию локальной выносливости, обусловливающей сохранение правильной осанки, активизирующие кровообращение и дыхание. Особенности подбора и выполнения упражнений в них: локальные (изолированные) движения частями тела, совмещенные движения для обширных мышечных групп. Тренировка на полу (Mat Work). Комплексы упражнений, которые выполняются на полу, в основном сидя или лежа. Комплексы	У, ПР

		направлены на снятие болевого синдрома в разных отделах позвоночника и для улучшения осанки.	
11.	4 семестр		
12.	Фитнес технологии (Пилатес)	Тренировка со специальным оборудованием: упражнения выполняются на полу, но с использованием различного оборудования: гантели, резиновые амортизаторы.	У, ПР
13.	Фитнес технологии (каланетика)	Обучение технике Каланетики. Комплекс упражнений из четырех частей: Разминка (6 упражнений); Упражнения для мышц брюшного пресса (4 упражнения); для ног (4 упражнения); ягодицы и бедра (5 упражнений). Растягивание мышц (6 упражнений); «Танец живота» (3 упражнения); Упражнения для укрепления мышц ног (2 упражнения)	У, ПР

2.3.3 Лабораторные занятия

Занятия лабораторного типа не предусмотрены учебным планом

2.3.4 Примерная тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы не предусмотрены учебным планом

2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

№	Вид СР	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1	2	3
1	Подготовка к практическому занятию по разделу «Методы и средства оценки, и развития общей выносливости»	Эммерт, М.С. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов: учебное пособие: [16+] / М.С. Эммерт, О.О. Фадина, И.Н. Шевелева, О.А. Мельникова; Минобрнауки России, Омский государственный технический университет. – Омск: Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2017. – 112 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493420 – Библиогр.: с. 98. – ISBN 978-5-8149-2547-3. – Текст : электронный.
2	Подготовка к практическому занятию по разделу: «Методы и средства оценки, и развития скоростных способностей»	Эммерт, М.С. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов: учебное пособие: [16+] / М.С. Эммерт, О.О. Фадина, И.Н. Шевелева, О.А. Мельникова; Минобрнауки России, Омский государственный технический университет. – Омск: Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2017. – 112 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493420 – Библиогр.: с. 98. – ISBN 978-5-8149-2547-3. – Текст : электронный.

3	Подготовка к практическому занятию по разделу: «Методы и средства оценки, и развития силовых способностей»	Жигарева, О. Г., Оздоровительная аэробика : учебное пособие / О. Г. Жигарева, З. Х. Низаметдинова, Й. . Полишкене, О. О. Николаева. — Москва : КноРус, 2024. — 133 с. — ISBN 978-5-406-13279-1. — URL: https://book.ru/book/954511. — Текст : электронный.
4	Подготовка к практическому занятию по разделу: «Методы и средства оценки, и развития гибкости»	Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для вузов / А. А. Зайцев [и др.] ; под общей редакцией А. А. Зайцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 227 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12624-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/543183
	Подготовка к практическому занятию по разделу: «Обучение технике базовых шагов»	Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для вузов / А. А. Зайцев [и др.] ; под общей редакцией А. А. Зайцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 227 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12624-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/543183
	Подготовка к практическому разделу по теме: «Самостоятельное проведение учащимися структурных частей занятия аэробикой»	Черкасова, И. В. Аэробика [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / И. В. Черкасова. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 98 с. : ил. - ISBN 978-5-4475-4902-2. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344707.
	Подготовка к практическому разделу по теме: «Фитнес технологии (Пилатес)»	Лисицкая, Т. С., Теория и методика современных фитнес-технологий : учебник / Т. С. Лисицкая, С. А. Кувшинникова, Л. А. Новикова, К. Г. Клецов. — Москва : КноРус, 2024. — 212 с. — ISBN 978-5-406-11884-9. — URL: https://book.ru/book/949922. — Текст : электронный.

	Подготовка к практическому разделу по теме: «Фитнес технологии (каланетика)»	Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для вузов / А. А. Зайцев [и др.] ; под общей редакцией А. А. Зайцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 227 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12624-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/543183

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:
Для лиц с нарушениями зрения:
– в печатной форме увеличенным шрифтом,
– в форме электронного документа,
– в форме аудиофайла,
– в печатной форме на языке Брайля.
Для лиц с нарушениями слуха:
– в печатной форме,
– в форме электронного документа.
Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
– в печатной форме,
– в форме электронного документа, – в форме аудиофайла.
Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

3 Образовательные технологии

С целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся, в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки, для реализации компетентностного подхода программа предусматривает широкое использование в учебном процессе аудиторных и внеаудиторных занятий с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

В процессе преподавания применяются образовательные технологии развития критического мышления.

В учебном процессе наряду с традиционными образовательными технологиями используются:

– интерактивные формы (практическое занятие), семинар, компьютерная симуляция, коллоквиум).

3.1 Образовательные технологии при проведении лекций

Образовательные технологии не предусмотрены учебным планом.

3.2.Образовательные технологии при проведении практических занятий

Содержание дисциплины Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Аэробика и фитнес технологии)» имеет выраженную практическую направленность. Преподавание курса основывается на тесной связи достижений в спорте, сопровождается получением практических навыков и умений.

№ п/п	Тема	Виды применяемых образовательных технологий	Количество часов
1	Методы и средства оценки, и развития общей	Решение задач индивидуально с групповым обсуждением. проблемное	10

	выносливости	обучение	
2	Методы и средства оценки, и развития скоростных способностей	Разбор конкретной ситуации, работа малыми группами (на месте, в движении)	10
3	Методы и средства оценки, и развития силовых способностей	Решение задач индивидуально с групповым обсуждением	10
4	Методы и средства оценки, и развития гибкости	Решение задач индивидуально с групповым обсуждением. проблемное обучение	4
2 семестр			
1	Методы и средства оценки, и развития гибкости	Разбор конкретной ситуации, работа малыми группами (на месте, в движении)	6
2	Специальная физическая подготовка	Решение задач индивидуально с групповым обсуждением. проблемное обучение	10
3	Обучение технике базовых шагов	Разбор конкретной ситуации, работа малыми группами (на месте, в движении). Соревновательные технологии	14
3 семестр			
1	Обучение технике базовых шагов в сочетании с работой рук	Разбор конкретной ситуации, работа малыми группами (на месте, в движении)	10
2	Самостоятельное проведение учащимися структурных частей занятия аэробикой	Решение задач индивидуально с групповым обсуждением. Контрольные тесты-упражнения	10
3	Фитнес технологии (Пилатес)	Функциональный тренинг	10
4 семестр			
1	Фитнес технологии (Пилатес)	Метод моделирования, работа малыми группами	10
2	Фитнес технологии (каланетика)	Творческое задание	20

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья предусмотрена организация консультаций с использованием электронной почты.

4 Оценочные и методические материалы

4.1 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Проверка качества усвоения знаний студентов осуществляется по балльно-

рейтинговой системе. Успеваемость студентов проверяется по их практической подготовленности в форме зачета (1, 2, 3, 4 семестр) в сроки, предусмотренные учебным планом. Студенты обязаны сдать зачет в соответствии с расписанием и учебным планом. Результат сдачи зачета заносится преподавателем в зачетную ведомость и зачетную книжку.

Учебная деятельность студентов по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» оценивается через накопление ими условных единиц (баллов). Рейтинговая система обеспечивает комплексную оценку успеваемости студентов при изучении материала дисциплины; при этом учитывается текущая успеваемость студентов на аудиторных практических занятиях (текущий рейтинг), итоговых занятиях по разделам / зачетах, при этом также рассчитывается семестровый и итоговый рейтинги.

Рейтинговая система оценки успеваемости студентов предполагает оценку по 100-балльной шкале и учет значимости (весомости) текущего, семестрового рейтингов.

Текущий рейтинг оценивается в процессе изучения дисциплины и отражает уровень подготовленности студента в течение семестра. Важнейшим условием эффективности освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» является наличие так называемых «контрольных точек», т. е. практических заданий, сдача которых обуславливает допуск к получению промежуточной аттестации в виде зачета.

Критерием успешности освоения учебного материала является экспертная оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения обязательных учебных занятий, знаний теоретического и практического разделов программы и выполнение установленных на данный семестр тестов общей физической и спортивно-технической подготовки для отдельных групп различной спортивной направленности.

Структура оценочных средств для текущей и промежуточной аттестации

№ п/п	Код и наименование индикатора (в соответствии с п. 1.4)	Результаты обучения (в соответствии с п. 1.4)	Наименование оценочного средства	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
1	ИУК-7.1. Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний	Знает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности; Умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности; Владеет соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в	Практическая работа	Контрольные нормативы

		профессиональной деятельности.		
2	ИУК-7.2. Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры	Знает научно-практические основы физической культуры, спорта, здорового образа жизни; Умеет выполнять программные упражнения и нормативы по физической культуре, применять все формы и средства организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий, проводить самостоятельную физическую тренировку и использовать методы самоконтроля за своим физическим состоянием; Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование способностей и качеств способствующих приобретению личного опыта использования физкультурно-спортивной деятельности.	Практическая работа	Контрольные нормативы

Рейтинговая система оценки текущей успеваемости студентов
1 курс 1 семестр

№	Наименование раздела	Виды оцениваемых работ	Максимальное кол-во баллов
1	2	3	4
1	Методы и средства оценки, и развития общей выносливости	Посещаемость Практическая работа	10 7
2	Методы и средства оценки, и развития скоростных способностей	Посещаемость Практическая работа	10 7
3	Методы и средства оценки, и развития силовых способностей	Посещаемость Практическая работа	10 7
4	Методы и средства оценки, и развития гибкости	Посещаемость Практическая работа	4 5
		Тестирование физической, технической подготовленности (внутрисеместровая	40

		аттестация)	
	ВСЕГО		100

Рейтинговая система оценки текущей успеваемости студентов
1 курс 2 семестр

№	Наименование раздела	Виды оцениваемых работ	Максимальное кол-во баллов
1	2	3	4
1	Методы и средства оценки, и развития гибкости	Посещаемость Практическая работа	6 10
2	Специальная физическая подготовка	Посещаемость Практическая работа	10 10
3	Обучение технике базовых шагов	Посещаемость Практическая работа	14 10
		Тестирование физической, технической подготовленности (внутрисеместровая аттестация)	40
	ВСЕГО		100

Рейтинговая система оценки текущей успеваемости студентов
2 курс 3 семестр

№	Наименование раздела	Виды оцениваемых работ	Максимальное кол-во баллов
1	2	3	4
1	Обучение технике базовых шагов в сочетании с работой рук	Посещаемость Практическая работа	10 10
2	Самостоятельное проведение учащимися структурных частей занятия аэробикой	Посещаемость Практическая работа	10 10
3	Фитнес технологии (Пилатес)	Посещаемость Практическая работа	10 10
		Тестирование физической, технической подготовленности (внутрисеместровая аттестация)	40
	ВСЕГО		100

Рейтинговая система оценки текущей успеваемости студентов
2 курс 4 семестр

№	Наименование раздела	Виды оцениваемых работ	Максимальное кол-во баллов
1	2	3	4
1	Фитнес технологии (Пилатес)	Посещаемость (1 балл –одно занятие) Практическая работа	10 10
2	Фитнес технологии (каланетика)	Посещаемость (1 балл –одно занятие) Практическая работа	20 20
		Тестирование физической, технической подготовленности (внутрисеместровая аттестация)	40
	ВСЕГО		100

Перечень требований и тестов по каждому разделу, их оценки в очках

разрабатываются кафедрой и охватывают их общую физическую, спортивно-техническую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, а также уровень теоретических знаний.

Сформированность компетенции в рамках освоения данной дисциплины оценивается по трехуровневой шкале:

– пороговый уровень является обязательным для всех обучающихся по завершении освоения дисциплины;

– продвинутый уровень характеризуется превышением минимальных характеристик сформированности компетенции по завершении освоения дисциплины;

– эталонный уровень характеризуется максимально возможной выраженностью компетенции и является важным качественным ориентиром для самосовершенствования.

Уровень сформированности компетенции УК–7 на различных этапах ее формирования в процессе освоения данной дисциплины оценивается в ходе текущего контроля успеваемости и представлен различными видами оценочных средств.

Для оценки сформированности в рамках данной дисциплины компетенции УК-7 способностью организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни преподавателем оценивается содержательная сторона и качество материалов, приведенных в отчетах студента по рефератам. Учитываются также результаты сдачи контрольных нормативов студента по соответствующим видам занятий при текущем контроле.

Отметка «*зачтено»* ставится, если студент: умеет выполнять технику двигательных действий по изученным разделам, знает методы и средства обучения, организационно-методические указания на практических занятиях; сдал зачетные практические нормативы; знает правила соревнований. Отметка *«не зачтено»* ставится, если студент: не умеет выполнить технику двигательных действий по изученным разделам; не сдал зачетные нормативы; не знает правила соревнований.

4.2 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Рекомендуемые контрольные тесты для оценки физической подготовленности основного отделения студентов

Женщины

№	Тесты	Оценка в очках				
		5	4	3	2	1
1.	Бег 3000 м. (мин, сек.)	19.15	20.30	21.20	22.20	23.00
2.	Прыжок в длину с места	190	180	165	155	145
3.	Прыжок в длину с разбега	360	345	320	295	275
4.	Прыжок в высоту	115	110	105	100	95
5.	Сгибание рук в висе лежа	20	16	10	6	4
6.	Приседание на одной ноге с опорой	10	8	6	4	2

Мужчины

№	Тесты	Оценка в очках				
		5	4	3	2	1
	Бег 5000 м. (мин, сек.)	21.45	22,45	23,45	25,00	26,00
	Прыжок в длину с места	245	235	230	225	215
	Прыжок в длину с разбега	540	440	480	410	390
	Прыжок в высоту	140	135	130	125	120
	Сгибание рук в упоре на брусьях	15	12	9	7	5
	Подъём переворотом в упор из виса на перекладине	8	5	3	2	1

Рекомендуемые обязательные тесты определения физической подготовленности

Женщины

№	Тесты	Оценка в очках				
		5	4	3	2	1
1.	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	16,2	17,0	17,5	18,3	19,0
2.	Силовая подготовка: поднимание туловища, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)	60	50	40	30	20
3.	Выносливость: бег 2000 м. (мин, сек.)	10,30	11,50	11,40	12,10	12,35
4.	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	25	20	15	10	5

Мужчины

№	Тесты	Оценка в очках				
		5	4	3	2	1
	Скоростно-силовая подготовка: бег 100 м.	13,5	14,0	14,2	14,5	14,8
	Силовая подготовка: сгибание рук в висе на перекладине (кол-во раз)	15	12	9	7	5
	Выносливость: бег 3000 м. (мин, сек.)	12,20	12,50	13,20	14,00	14,50
	Гибкость: наклон стоя на скамейке с опусканием рук ниже уровня скамейки (см.)	20	15	10	5	0

5. Перечень учебной литературы, информационных ресурсов и технологий.

5.1 Учебная литература:

1. Жигарева, О. Г., Оздоровительная аэробика : учебное пособие / О. Г. Жигарева, З. Х. Низаметдинова, Й. . Полишкене, О. О. Николаева. — Москва : КноРус, 2024. — 133 с. — ISBN 978-5-406-13279-1. — URL: https://book.ru/book/954511. — Текст : электронный.

2. Лисицкая, Т. С., Теория и методика современных фитнес-технологий : учебник / Т. С. Лисицкая, С. А. Кувшинникова, Л. А. Новикова, К. Г. Клецов. — Москва : КноРус, 2024. — 212 с. — ISBN 978-5-406-11884-9. — URL: https://book.ru/book/949922. — Текст : электронный.

3. Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 450 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14056-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/536113

4. Физическая культура : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18617-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/545163.

5. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/543808.

6. Черкасова, И. В. Аэробика [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / И. В. Черкасова. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 98 с. : ил. - ISBN 978-5-4475-4902-2. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344707.

7 Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для вузов / А. А. Зайцев [и др.] ; под общей редакцией А. А. Зайцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 227 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12624-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/543183

8. Эммерт, М.С. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учебное пособие : [16+] / М.С. Эммерт, О.О. Фадина, И.Н. Шевелева, О.А. Мельникова ; Минобрнауки России, Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2017. – 112 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493420 – Библиогр.: с. 98. – ISBN 978-5-8149-2547-3. – Текст : электронный.

5.2 Периодическая литература:

1. Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – URL: https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=56927

2. Культура физическая и здоровье. URL: https://e.lanbook.com/journal/issue/293382

3. Теория и практика физической культуры. – URL: https://dlib.eastview.com/browse/publication/71966/udb/12; https://elibrary.ru/contents.asp?id=34420175

4. Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта. URL: https://cyberleninka.ru/journal/n/uchenye-zapiski-universiteta-im-p-f-lesgafta.

5. Физическая культура и спорт в современном мире: проблемы и решения. – URL: http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=50822.

6. Физическая культура, спорт и здоровье. – URL: https://elibrary.ru/contents.asp?id=41358020.

5.3. Интернет-ресурсы, в том числе современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Электронно-библиотечные системы

1. ЭБС «ЮРАЙТ» : образовательная платформа [учебники и учебные пособия издательства «ЮРАЙТ», медиа-материалы, тесты]. – URL: https://urait.ru/.

2. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [учебные, научные здания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; коллекция медиа-материалов: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари]. – URL: www.biblioclub.ru/.

3. ЭБС «Znanium.com» [учебные, научные, справочные, научно-популярные издания различных издательств, журналы]. – URL: http://znanium.com/. 4. ЭБС «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы]. – URL: http://e.lanbook.com/.

Профессиональные базы данных

1 Национальная электронная библиотека (НЭБ) [включает Электронную библиотеку диссертаций РГБ] : [федеральная государственная информационная система Министерства культуры РФ]. – URL: https://rusneb.ru/ (полный доступ к объектам НЭБ – в локальной сети с компьютеров библиотеки филиала).

2. Научная электронная библиотека (НЭБ) «eLIBRARY.RU» [российские научные журналы, труды конференций; Российская национальная база данных научного цитирования (РИНЦ)]. – URL: http://www.elibrary.ru/.

3. БД компании «ИВИС» [российские научные журналы по вопросам педагогики и образования, экономики и финансов, информационным технологиям, экономике и предпринимательству, общественным и гуманитарным наукам, индивидуальные издания (214 периодических изданий из различных областей знаний), Вестники МГУ, СПбГУ, статистические издания России и стран СНГ). – URL: https://eivis.ru/basic/details.

4. Электронная библиотека «Grebennikon.ru» [российские научные журналы по экономике, менеджменту]. – URL: www.grebennikon.ru/.

5. Университетская информационная система РОССИЯ. – URL: https://www.uisrussia.msu.ru/.

Информационные справочные системы

1 КонсультантПлюс : некоммерческие интернет-версии справочной правовой системы [ресурс свободного доступа]. – URL: http://www.consultant.ru/online/

2 Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации [ресурс свободного доступа]. – URL: http://pravo.gov.ru/.

3 Законодательство России: [интегрированный полнотекстовый банк правовой информации (эталонный банк данных правовой информации) – элемент государственной системы правовой информации свободного доступа]. – URL: http://pravo.gov.ru/proxy/ips/?start_search&fattrib=1.

4 Кодексы и законы РФ. Правовая справочно-консультационная система [ресурс свободного доступа]. – URL: http://kodeks.systecs.ru.

5 Справочно-информационный портал «Грамота.ру» [ресурс свободного доступа, функционирует при поддержке Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций РФ]. – URL: http://www.gramota.ru/.

6 Научная педагогическая электронная библиотека (НПЭБ): [многофункциональная полнотекстовая информационно-поисковая система по педагогике и психологии – ресурс свободного доступа Российской академии образования]. – URL: http://elib.gnpbu.ru.

Ресурсы свободного доступа

1 Министерство науки и высшего образования Российской Федерации : сайт. – URL: https://www.minobrnauki.gov.ru/.

2 Федеральный портал «Российское образование». – URL: http://www.edu.ru/.

Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам». – URL: http://window.edu.ru/.

3 Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов. – URL: http://fcior.edu.ru/.

4 Энциклопедиум : [справочный портал «Классика энциклопедий»] / издательство «Директ-Медиа». – URL: http://enc.biblioclub.ru/.

5 Интернет-проект «СЛОВАРИ.РУ» / Институт русского языка им. В. В. Виноградова РАН. – URL: http://slovari.ru/start.aspx?s=0&p=3050.

6 Лекториум ТВ : просветительский проект [онлайн-курсы, медиатека – бесплатные лекции ведущих вузов]. – URL: http://www.lektorium.tv/.

7 Федеральный научный центр физической культуры и спорта. – URL: http://vniifk.ru/about_vniifk.php

8 Физическая культура и спорт // Министерство спорта Российской Федерации. – URL: https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/

9 Подготовка спортивного резерва // Министерство спорта Российской Федерации. – URL: https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/

10 ГТО. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» : официальный сайт. – URL: https://user.gto.ru/

11 Takzdorovo.ru. Ты сильнее. Минздрав утверждает! - портал о здоровом образе жизни. Официальный ресурс Министерства здравоохранения Российской Федерации. – URL: http://www.takzdorovo.ru

Собственные электронные образовательные и информационные ресурсы

1 База информационных потребностей [КубГУ и филиалов] (разделы: Научные публикации преподавателей и обучающихся; Информация об участии преподавателей и обучающихся в научных конференциях; Темы выпускных квалификационных работ студентов). – URL: https://infoneeds.kubsu.ru/infoneeds/.

2 Электронная библиотека информационных ресурсов филиала [КубГУ в г. Славянске-на-Кубани]. – URL: http://sgpi.ru/bip.php.

3 Поступления литературы в библиотеки филиалов : [электронный каталог библиотек филиалов КубГУ]. – URL: http://megapro.kubsu.ru/MegaPro/UserEntry?Action=ToDb&idb=1.

4 Электронный каталог [Научной библиотеки КубГУ]. – URL: http://megapro.kubsu.ru/MegaPro/UserEntry?Action=ToDb&idb=0.

6. Методические указания для студентов по освоению дисциплины

Занятия физической культурой предусмотрены учебным планом на протяжении 2 лет обучения, с 1 по 4 семестр. Основной целью курса является формирование собственной концепции физической культуры конкретной личности, исходя из её возможностей и потребностей. Курс включает учебно-тренировочный раздел, позволяющий освоить методики применения средств физической культуры для различных целей (реабилитация, отдых, формирование физических кондиций, повышение физической подготовленности и т.д.), а так же формировать психофизический статус в соответствии с предъявляемыми требованиями к выбранной специальности. Наибольший эффект от изучения дисциплины может быть достигнут при выполнении некоторых условий: Работа студентов на практических занятиях призвана выработать у студентов умение сравнивать различные подходы, концепции и научные школы для внутреннего самоопределения по формированию основ физической культуры. При подготовке к учебно-тренировочным занятиям обратите внимание на вид занятия, особенности его проведения. Учебно-тренировочные занятия направлены на обеспечение необходимой двигательной активности, достижение и поддержание оптимального уровня физической и

функциональной подготовленности в период обучения в вузе, развитие и совершенствование психофизических способностей и личностных качеств необходимых в избранной профессии и повседневной жизни; на овладение методами и средствами физкультурно-спортивной, физкультурно-оздоровительной деятельности, на приобретение личного опыта самостоятельно, целенаправленно и творчески использовать средства физической культуры.

Учебно-тренировочные занятия проводятся с учетом физических способностей и функциональных возможностей студентов. Занятия проводятся на закрытых площадках физкультурно-оздоровительного комплекса с применением спортивного инвентаря и оборудования, что требует соблюдения правил безопасного поведения, в том числе личной и общественной гигиены. На учебно-тренировочные занятия студенты допускаются в специальной спортивной одежде и обуви. Спортивная одежда должна сохранять благоприятные условия функционирования органов и систем при интенсивных физических упражнениях в различных метеорологических условиях. Спортивная одежда должна быть свободной, не стеснять движение, не препятствовать движению, кровообращению и пищеварению. Спортивная обувь должна быть легкой, удобной, прочной, иметь специальные приспособления для занятия тем или иным видом физических упражнений.

7. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

7.1 Перечень информационных технологий.

Специализированное программное обеспечение при изучении дисциплины не используется.

7.2 Перечень необходимого лицензионного программного обеспечения.

1. Офисный пакет приложений «Apache OpenOffice»
2. Приложение позволяющее просматривать и воспроизводить медиаконтент PDF-файлов «Adobe Acrobat Reader DC»
3. Программы, демонстрации видео материалов (проигрыватель) «WindowsMediaPlayer».
4. Программа просмотра интернет контента (браузер) « Google Chrome »
5. Офисный пакет приложений «LibreOffice»
6. Программа файловый архиватор «7-zip»
7. Двухпанельный файловый менеджер «FreeCommander»
8. Программа просмотра интернет контента (браузер) «Mozilla Firefox»

8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№	Вид работ	Материально-техническое обеспечение дисциплины и оснащенность
1	Практические занятия	Физкультурно-оздоровительный комплекс «Буревестник», магнитофон, скамейки, скакалки, обручи, маты гимнастические
3	Групповые (индивидуальные) консультации	Физкультурно-оздоровительный комплекс «Буревестник»
4	Текущий контроль (текущая аттестация)	Физкультурно-оздоровительный комплекс «Буревестник»

Для самостоятельной работы обучающихся предусмотрены помещения, укомплектованные специализированной мебелью, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Наименование помещений для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность помещений для самостоятельной работы обучающихся	Перечень лицензионного программного обеспечения
Помещение для самостоятельной работы обучающихся (353560, Краснодарский край, г. Славянск-на-Кубани, ул. Кубанская, 200, Электронный зал библиотеки, читальный зал № 2, № А-1)	Мебель: учебная мебель Комплект специализированной мебели: компьютерные столы Оборудование: компьютерная техника с подключением к информационно-коммуникационной сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации, коммуникационное оборудование, обеспечивающее доступ к сети интернет (проводное соединение и беспроводное соединение по технологии Wi-Fi)	1. Apache OpenOffice. The Free and Open Productivity Suite. Apache OpenOffice 4.1.3 released – свободное программное обеспечение, бессрочное, с неограниченным количеством лицензий, правообладатель: SUN/Oracle. 2. Adobe. Лицензионный договор на программное обеспечение [Adobe Acrobat Reader DC, Adobe Flash Player] для персональных компьютеров, бессрочный с неограниченным количеством лицензий, правообладатель – «Adobe Systems». 3. Microsoft software license terms [Условия лицензионного соглашения на использование программного обеспечения «Microsoft» (в т. ч. программное обеспечение «Windows Media Player», распространяемое вместе с компьютерами)], правообладатель: «Microsoft». 4. Условия предоставления услуг Google Chrome. Исходный код предоставляется бесплатно, бессрочно с неограниченным количеством лицензионных соглашений, правообладатель – «Google». 5. Licenses. LibreOffice is Free Software [свободное программное обеспечение LibreOffice], бессрочное, с неограниченным кол-вом лицензий, правообладатель – «The Document Foundation». 6. 7-Zip. License for use and distribution [7-Zip. Лицензия на использование и распространение]. Свободное программное обеспечение, бессрочное, с неограниченным кол-вом лицензий, правообладатель – Igor Pavlov. 7. Лицензия. Программа FreeCommander, бесплатная, свободного использования, бессрочная, правообладатель – Marek Jasinski. 8. Mozilla Firefox – бесплатная программа на условиях Публичной лицензии, бессрочной для неограниченного количества пользователей, разработчики – участники проекта mozilla.org.

Помещение для самостоятельной работы обучающихся (353563, Краснодарский край, г. Славянск-на-Кубани, ул. Коммунистическая, дом № 2, Читальный зал библиотеки, № 2)	Мебель: учебная мебель Комплект специализированной мебели: компьютерные столы Оборудование: компьютерная техника с подключением к информационно-коммуникационной сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации, коммуникационное оборудование, обеспечивающее доступ к сети интернет (проводное соединение)	1. Apache OpenOffice. The Free and Open Productivity Suite. Apache OpenOffice 4.1.3 released – свободное программное обеспечение, бессрочное, с неограниченным количеством лицензий, правообладатель: SUN/Oracle. 2. Adobe. Лицензионный договор на программное обеспечение [Adobe Acrobat Reader DC, Adobe Flash Player] для персональных компьютеров, бессрочный с неограниченным количеством лицензий, правообладатель – «Adobe Systems». 3. Microsoft software license terms [Условия лицензионного соглашения на использование программного обеспечения «Microsoft» (в т. ч. программное обеспечение «Windows Media Player», распространяемое вместе с компьютерами)], правообладатель: «Microsoft». 4. Условия предоставления услуг Google Chrome. Исходный код предоставляется бесплатно, бессрочно с неограниченным количеством лицензионных соглашений, правообладатель – «Google». 5. Licenses. LibreOffice is Free Software [свободное программное обеспечение LibreOffice], бессрочное, с неограниченным кол-вом лицензий, правообладатель – «The Document Foundation». 6. 7-Zip. License for use and distribution [7-Zip. Лицензия на использование и распространение]. Свободное программное обеспечение, бессрочное, с неограниченным кол-вом лицензий, правообладатель – Igor Pavlov. 7. Лицензия. Программа FreeCommander, бесплатная, свободного использования, бессрочная, правообладатель – Marek Jasinski. 8. Mozilla Firefox – бесплатная программа на условиях Публичной лицензии, бессрочной для неограниченного количества пользователей, разработчики – участники проекта mozilla.org.