МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ «НИЖЕГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Н.И. ЛОБАЧЕВСКОГО»

ИНСТИТУТ ЭКОНОМИКИ И ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Учебно-методическое пособие

Рекомендовано учебно-методической комиссией института экономики и предпринимательства для студентов среднего профессионального образования

Нижний Новгород

2017 год

**Содержание**

1.​ Пояснительная записка…………………………………………………………… 3

2.​ Виды самостоятельных работ……………………………………………………… 4

3.​ Перечень самостоятельных работ по физической культуре…………………… 5

4.​ Подготовка докладов……………………………………………… ………………. 11

5.​ Критерии оценки внеаудиторной самостоятельной работы студентов………… 13

6.​ Заключение………………………………………………………………………… 13

7.​ Литература …………………………………………………………………………… 13

8.​ Приложения …………………………………………………………………………. 15

**Пояснительная записка**

 Самостоятельная работа определяется как индивидуальная или коллективная учебная деятельность, осуществляемая без непосредственного руководства педагога, но по его заданиям и под его контролем.

Самостоятельная работа студентов  является одной из основных форм  внеаудиторной работы при реализации учебных планов и программ.   По дисциплине «Физическая культура»  практикуются  следующие виды и формы самостоятельной работы студентов:

- подготовка информационных сообщений, докладов с компьютерной презентацией, рефератов;

 - занятия в секциях по видам спорта.

Самостоятельная работа может проходить в лекционном кабинете,  спортивных секциях, дома.

Целью самостоятельной работы студентов является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности.

Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода  к  решению проблем учебного профессионального уровня
   Студент в процессе обучения должен не только освоить учебную программу, но и приобрести навыки самостоятельной работы. Студенту предоставляется возможность работать во время учебы более самостоятельно, чем учащимся в средней школе. Студент должен уметь планировать и выполнять свою работу.

Максимальное количество часов на дисциплину, предусмотренное учебным планом «Информационная система» составляет 336 часа, из которых 168 часов – внеаудиторная самостоятельная работа, «Коммерция» 236 часов – 118 часов, «Право и организация социального обеспечения» 244часа - 122 часа, «Туризм» 212часов - 106 часов, «Экономика и бухучет» 236 часа - 118 часов, «Банковское дело» 236 часов - 118часов и «Финансы» 236 часа- 118часа. Удельный вес самостоятельной работы составляет по времени 50% от количества аудиторных часов, отведённых на изучение дисциплины.  Самостоятельная работа студентов является обязательной для каждого студента и определяется учебным планом.

При определении содержания самостоятельной работы студентов следует учитывать их уровень самостоятельности и требования к уровню самостоятельности выпускников для того, чтобы за период обучения искомый уровень был достигнут.

   Для организации самостоятельной работы необходимы следующие условия:
-готовность студентов к самостоятельному труду;
- наличие и доступность необходимого учебно-методического и справочного материала;
- консультационная помощь.

 Формы самостоятельной работы студентов определяются  при разработке рабочих программ учебных дисциплин содержанием учебной дисциплины, учитывая степень подготовленности студентов.

**2. Виды самостоятельных работ**

В учебном процессе выделяют два вида  самостоятельной работы:

- аудиторная;

- внеаудиторная.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по   заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Содержание внеаудиторной самостоятельной определяется в соответствии с рекомендуемыми видами заданий согласно примерной и рабочей программ учебной дисциплины.

Согласно Положения об организации внеаудиторной самостоятельной работы студентов на основании компетентностного подхода к реализации профессиональных образовательных программ, видами заданий для внеаудиторной самостоятельной работы являются:

-   *для овладения знаниями*: чтение текста (учебника, первоисточника,  дополнительной литературы), составление плана текста,  графическое изображение структуры текста, конспектирование текста, выписки из текста, работа со словарями и справочниками, ознакомление с нормативными документами, учебно-исследовательская работа, использование аудио-  и видеозаписей, компьютерной техники и Интернета и др.

-       *для закрепления и систематизации знаний*: работа с конспектом лекции,  обработка текста, повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной  литературы, аудио и видеозаписей, составление плана, составление таблиц для систематизации учебного материала, ответ на контрольные вопросы, заполнение рабочей тетради, аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, конспект-анализ и  др), завершение аудиторных практических работ и оформление отчётов по ним, подготовка мультимедиа сообщений/докладов, ,

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений студентов.

Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы студентов может осуществляться в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу студентов по дисциплине, может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

**Виды внеаудиторной  самостоятельные работы студентов**

**по физической культуре:**

- подготовка докладов и информационных сообщений на заданные темы

- занятия в секциях по видам спорта.

Чтобы развить положительное отношение студентов к внеаудиторной самостоятельные работы студентов, следует на каждом ее этапе разъяснять цели работы, контролировать понимание этих целей студентами, постепенно формируя у них умение самостоятельной постановки задачи и выбора цели.

3.​ **Перечень самостоятельных работ по дисциплине** **«Физическая культура»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ и название темы** | **Наименование самостоятельной работы** | Коммерция | ПиОСО (юристы) | Технология продукции общественного питания | Туризм | Экономика и бухучет | Банковское дело | Информационные технологии | Финансы | **Формы выполнения** |
| Тема 1Легкая атлетика | Подготовка докладов на темы: Спорт в физическом воспитании студентов.Физическая культура, как часть физического и спортивного совершенствования.Основы методики обучения двигательным умениям и навыкам.Выполнение комплексов утренней гимнастики. Соблюдение оптимальных режимов суточной двигательной активности на основе выполнения физических упражнений.Техника безопасности на уроках легкой атлетикой. Организация самостоятельных занятий легкой атлетикой. Воспитание двигательных качеств и способностей в процессе занятий легкой атлетикой. Оздоровительное, прикладное и оборонное значение легкой атлетики.Техника элементов бега на длинные дистанции (старт, стартовый разгон, финиширование, правильное дыхание).Закрепление и совершенствование техники изучаемых двигательных действий в процессе самостоятельных занятий.Занятия в спортивных секциях | 42 | 44 | 42 | 36 | 42 | 42 | 46 | 42 | Доклад;Контрольные нормативы по данному виду |
| Тема 2Волейбол | Подготовка докладов на темы:Волейбол в системе физического воспитания. Воспитание двигательных качеств и способностей в процессе занятия волейболом.Совершенствование техники и тактики элементов волейбола в процессе самостоятельных занятий.Занятия в спортивных секциях | 26 | 26 | 38 | 24 | 26 | 26 | 38 | 26 | Доклад;Контрольные нормативы по данному виду |
| Тема 3Баскетбол | Подготовка докладов на темы:Техника безопасности на уроках баскетбола. Баскетбол в системе физического воспитания. Воспитание двигательных качеств и способностей в процессе занятий баскетболом.Совершенствование техники и тактики элементов баскетбола в процессе самостоятельных занятий.Занятия в спортивных секциях | 28 | 30 | 36 | 24 | 28 | 28 | 42 | 28 | ДокладКонтрольные нормативы по данному виду |
| Тема 4.Лыжная подготовка | Катание на лыжах в свободное время, обучение Попеременный двухшажный ход, четерехшажный ход, коньковый ход, спуск и торможение на лыжах | 14 | 14 | 38 | 14 | 14 | 14 | 38 | 14 | Контрольные нормативы по данному виду |
| Тема 5.1Атлетическая гимнастика(юноши)Аэробика (девушки) | Подготовка докладов на темы:Основы методики планирования самостоятельных занятий силовой подготовкой.Занятия атлетической гимнастикой в тренажерных залах. | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | Доклад;Контрольные нормативы по данному виду |
| Тема 5.2.Военно-прикладная физическая подготовка | Характеристика условий труда и психофизиологических нагрузок специалиста в процессе труда на различных рабочих местах. Значение психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности. Цели и задачи ППФП с учетом специфики будущей профессиональной деятельности.Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в ходе педагогической практики, в свободное время. | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | Доклад, презентация |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Подготовка докладов на темы:Военно-прикладная физическая подготовка. Цели и задачи военно-прикладной физической подготовки. Методика составления и самостоятельного проведения комплексов на развитие общей выносливости» на развитие скоростных способностей и силу. Виды спорта, развивающие ВПФП. Основные задачи и принципы физ.подготовки допризывников Российской армии. Специальные прикладные качества. Составление комплексов упражнений на устойчивость к гипоксии, укачиванию, перегрузкам, вестибулярная устойчивость.Развитие физических качеств в процессе индивидуальных занятий физическими упражнениями. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого |  | **118** | **122** | **162** | **106** | **118** | **118** | **168** | **118** |  |

**Рекомендуемая литература:**

1.Физическая культура студента. –м.: Изд-во «Гардарики»,2010 Ильинич В.И.

2. Самоконтроль при занятиях физической культурой. 2010 Дубровский В.Л., Гоговцев П.И.

3.Профилактика спортивного травматизма с помощью восстановительного массажа.- Киев, 2011, Васичкин В.И.

4. Врачебный кантроль при занятиях физической культурой. 2010, Демин Д.Ф.

5.Психология физического воспитания и спорта./ Под ред. Т.Т. Джамгарова и Д.Ц. Лунина.- М.: ФиС,2009

6. Методика развития физических качеств. Уч. Пос.Богатырев В.С. 2010

7. Физкультура и профессия.- М.: ФК и спорт,2009, Полиевский И.Д.

8.Развитие двигательных способностей в процессе самостоятельных занятий. 2008-2009 , Харитонова М.В.

9. Самостоятельные занятия во вне урочное время. 2009, Иванова М.А.

Интернет-ресурсы [www.ebi](https://clck.yandex.ru/redir/nWO_r1F33ck?data=NnBZTWRhdFZKOHQxUjhzSWFYVGhXZTJsYk5mUERmSDhOQlk3aTNXQzlSSHE1VE92RGpzb29pZzFiQU9oQXRrNTdDMzNLN1J4NEJXczJkbVNxVEtVYkdZX09xM2w0VXhG&b64e=2&sign=e09ad4f41d08f7ad0eabd05d0a873170&keyno=17). Ru/mobules/php

4.​ **Подготовка доклада**

Доклад - это  сообщение по заданной теме, с целью внести знания из дополнительной литературы, систематизировать материл, проиллюстрировать примерами, развивать навыки самостоятельной работы с научной литературой, познавательный интерес к научному познанию.

***Деятельность преподавателя:***

- выдаёт темы докладов- Тема№1 «Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни.», Тема№2, «Физическая подготовка как часть физического и спортивного совершенствования.» Тема № 3 «Роль и значение легкой атлетики в профессионально-прикладной физической подготовки студентов применительно к профилю специальности.», Тема №4 «Баскетбол как средство совершенствования общей физической подготовки, повышение эмоциональности учебно-тренировочных занятий.», Тема №5 «Волейбол в системе физического воспитания. Волейбол как средство совершенствования общей физической подготовки, повышение эмоциональности учебно-тренировочных занятий.», Тема №6 «Футбол как средство совершенствования общей физической подготовки, повышение эмоциональности учебно-тренировочных занятий.», Тема №7 «Атлетическая гимнастика как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями», Тема №8 «Плавание как средство укрепления здоровья, физического развития, физической подготовки.», Тема №9 «Средства Ф.К. и спорта с целью подготовки к профессиональной деятельности, предупреждение профессиональных заболеваний и травматизма, обеспечения активного отдыха в свободное время», Тема №10 «Средства ф.к. развивающие физические способности ВПФП.»

- определяет место и сроки подготовки доклада: домашняя работа

-оказывает консультативную помощь студенту: по графику проведения консультаций;

-определяет объём доклада: 5-6 листов формата А4, включая титульный лист и содержание;

- указывает основную литературу:

-оценивает доклад в контексте занятия.

***Деятельность студента:***

- собирает и изучает литературу по теме;

- выделяет основные понятия;

- вводит в текст дополнительные данные, характеризующие объект изучения;

- оформляет доклад письменно и иллюстрирует компьютерной презентацией;

- сдаёт на контроль преподавателю и озвучивает в установленный срок.

***Инструкция докладчикам и содокладчикам***

Докладчики и содокладчики - основные  действующие лица. Они во многом определяют содержание, стиль, активность данного занятия. Сложность  в том, что докладчики и содокладчики должны  *знать и уметь*:

- сообщать новую информацию

- использовать технические средства

- знать и хорошо ориентироваться в теме всей презентации

- уметь дискутировать и быстро отвечать на вопросы

- четко выполнять установленный регламент: докладчик - 10 мин.;  содокладчик - 5 мин.

         Необходимо помнить, что выступление состоит из трех частей: вступление, основная часть  и заключение.

***Вступление***   помогает обеспечить успех выступления по любой тематике. Вступление должно содержать:

                                  - название  доклада

                                  - сообщение основной идеи

                                  - современную оценку предмета  изложения

                                  - краткое перечисление рассматриваемых вопросов

                                  - живую интересную форму изложения

                                  - акцентирование оригинальности  подхода

      ***Основная часть***,  в которой выступающий должен  глубоко раскрыть суть затронутой темы, обычно строится по принципу отчета. Задача основной части - представить достаточно данных для того, чтобы слушатели и заинтересовались темой и захотели ознакомиться с материалами. При этом логическая структура теоретического блока должны сопровождаться иллюстрациями разработанной компьютерной презентации.

      ***Заключение*** - это ясное четкое обобщение и краткие выводы.

5.​ **Критерии оценки внеаудиторной самостоятельной работы студентов**

Качество выполнения внеаудиторной самостоятельной работы студентов оценивается посредством текущего контроля самостоятельной работы студентов. Текущий контроль СРС – это форма планомерного контроля качества и объема приобретаемых студентом компетенций в процессе изучения дисциплины, про​водится на практических занятиях и во время консультаций преподавателя.

Максимальное количество баллов «отлично»студент получает, если:

\*​ обстоятельно с достаточной полнотой выполнит контрольные нормативы по видам спорта

Оценку «хорошо» студент получает, если:

\*​ не уложился в определенное время и количество в выполняемом нормативе.

\*​ при выполнении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые он исправляет после замечания преподавателя;

Оценку «удовлетворительно» студент по​лучает, если:

\*​ неполно, но правильно выполнил норматив.

\*​ при выполнении была допущена 1 существенная ошибка;

Оценка «неудовлетворительно» студент получает, если:

•​ вообще не выполнялся норматив.

6.​ **Заключение**

Самостоятельная работа всегда завершается какими-либо результатами. Это выполненные задания, упражнения, сдача контрольных нормативов.

Таким образом, широкое использование методов самостоятельной работы, побуждающих к  мыслительной и практической деятельности, развивает столь важные интеллектуальные качества человека, обеспечивающие в дальнейшем его стремление к постоянному овладению знаниями и применению их на практике.

**7.Литература**

Основные источники:

1.​ Физическая культура : учебник и практикум для СПО / А. Б. Муллер [и др.]. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. [https://biblio-online.ru/book/E97C2A3C-8BE2-46E8-8F7A-66694FBA438E](https://clck.yandex.ru/redir/nWO_r1F33ck?data=NnBZTWRhdFZKOHRaTENSMFc4S0VQRGkwQTBodFdub3lTXzUxV1VEdXl2aGswa2RCOWhvTVRwT3hPUUlnemVLTXJCWmZXVzBKUk1tMF9IdnF4U1VZTlNkR1dNLXRBYXowb1V1WGlsRlNkRWR2QktMR3Rkd3hGa1VMSnVKemtqOVBoakxPM2dDeFhQV19VVzFPdFpOdExBNkRCNlQtYXV3cnI4QWROaklnQlRZ&b64e=2&sign=2752787335b54b2ab27533123472849a&keyno=17)

2.​ [Бароненко В. А.](https://clck.yandex.ru/redir/nWO_r1F33ck?data=NnBZTWRhdFZKOHQxUjhzSWFYVGhXVHp5SDdSR2k5dl9MMWY3Znd0V3hTM3NJby1LaEx6dk01dEdWOGhVNmxNRm9HM1E2ZHdjQmZuakUzdmFkSDZTc3hDSVV3MTkzaFNLTzlseXYzT1F1djQ2RG5IU0VYdmUwX040dUk0UzBYek9nVS12V3BaR3JUYUhBZGdRck5FME1qQlhRenRHZFEyR3FlVXAtNGZxQUJlZFBLWUZWWmJnX1E5N0c1enlEWm84YVM3MENSTmZJWWpyRnp1WURXdndCTDFNZHRIXzZCTDNpUGRUNUpaME1qcDFaRTRBTXVQQjdVMDJGRlhEd0Z5ZWlxQ1BMeTVrMjJRNDQ3enlsZXZ4TzNhcG9fSzV0NXdqcWNFcG1LRDVCTDNsTndfQmFIZzlBXzJDOXVNU3FGMTVodC1nMWJCZ1V0Y1l6dldjWmFXM0NlUU9nY2xKdzlXQzN4ZXFJSWJDdmpyR0lKb1dGZVZGM0Y5bGlwX2xQSXdoNGh3SWlqOFZWZm5OWmVHblFmYVE3YlQzd2x5NHNjcGRKaEVmTzVCV21ueXZwd25hcXZFNUxmR2ZRUnVWNTg3RGNXZXFpLVlVcGgzMGVfUzJRT1ZYdWtYSmJWVGQ2UndvZ1RSaEhud2pCaW85XzdyVXpQR3FKdjlzX0otaDZtTmlQdHZLcWVUdG5VSTNiUGVULVZ5bTJPNjFOWGJ6a1RYc1Z5YVoxMFNLY2pacjA0OEp3cjdWTmhRN3NweEZvcFFzMl9JQ2ctYWRQeTNLdlFkWGRnNnZHUy00VmFTbmI0U3hnWHV5RE9oUE1CYTN5N1lsc1N3b0pnSlBKQmNwY0pMZXpsSmZFM0l0YU1zWW9ZVEhGNmU3RUlteFJUOU44UU1tLTBrNmR6cGk4LVk&b64e=2&sign=c5ff0a167a1e6b0c005d049d230fa91f&keyno=17) Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-e изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 336 с.: ил.; 60x90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-98281-157-8 http://znanium.com/bookread2.php?book=432358

Дополнительные источники:

1.​ [Полиевский С. А.](https://clck.yandex.ru/redir/nWO_r1F33ck?data=NnBZTWRhdFZKOHQxUjhzSWFYVGhXVHp5SDdSR2k5dl9MMWY3Znd0V3hTM3NJby1LaEx6dk01dEdWOGhVNmxNRm9HM1E2ZHdjQmZuakUzdmFkSDZTc3hDSVV3MTkzaFNLVVBBcHE4Qnp4V0wwQmhDLXhYb1ZpNTRyc0dZcDhqbmNxYmZWWnpRcnlLRzIzcERmUVp1OFZSSGZub2xLLUNNeF9QTEVqaVRHR1l1RUxZS1hLVVJ1WlNtYmdWSWxLWURuaUR2UVFSblkzS1RjWFJIcUw1SjhUSXZieDAyT1dWRkh6Qm9TY0xQMjAwVGdVWHJha0s3STZEaHZjMkZ3WWlrcEVneHBsdXo1OFRhU3VxRzFOTkY0NHRmdU55Z2tjc0haSEg5ZUFEc1ZHbW9kNllpc2tZTkhPU09GcS1VMER5S3hZaEdEX1h4OG1wQ2pYTndLb3E1ODF3TE1kYl9uNFJINzd1dFpKLThYWXhuMENDRHU0V3pOajFRT2JSVVhEcElPcnNDUjl1OG1EaXJ5bC1IZk13WkNnLXRhQjJ0UzVCMkp6RGM4TUlGVVotM3lySHhWU1dIakZGMmNDbWtlaUpXa0RzaVp2UFVWRGZhdlZmdFZhSUtqbXQ5UlRhWDdsTnNXMWlXeC1wUVdDa3Naa1NwRjZnWGZXS0FibkIzUGNkbndEUEhDVmlEd2ZSYnJSa25udV9rOF9saUpoTkh0RzAxNDltSURGcnlZdkk0X0lVX0hHd284VTM4cUxVc1gwZk1kbi1XYnpaUHNKbl9FdVRMNDRWVlRnWGI1U1NvaWtHdnN5cVFwQWQ3azhzS0prelNVNVgyVTdxLXN2cm10VVpDME9ucVZSMGlMckgyTHJVcTFuSUFrU1RLc3NXNzhlNS11aUFvMGpXZzNHVVhBOUFnWDRIZzIyelNBcmNWQU02YUpDQkdfV0VDY0R3WmdiR1IyRjJFTVliRHM2aTJnQXVaWWRabW1ROEpYVU43bGZpY3VoMDlibmc&b64e=2&sign=901969720732429504d661cac2d5fe1f&keyno=17) Комплекс практических занятий по гигиене, БЖД и экологии физической культуры, спорта и туризма / С.А. Полиевский, А.А. Иванов, О.В. Григорьева - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 227 с.: 60x90 1/16 ISBN 978-5-16-103421-7 (online). [http://znanium.com/bookread2.php?book=518178](https://clck.yandex.ru/redir/nWO_r1F33ck?data=NnBZTWRhdFZKOHQxUjhzSWFYVGhXVHp5SDdSR2k5dl9HRmo0Z2FTVXpFdEtLTXlDMm9XNHZPcl9zRmdZVGtjUVZfUmNOd0JZUmRURks5N1ROVVpadmVtX0JtOHo5SU9fX1BtclE4RFRyVl9OWkUzb01ZQUhQMHVwZTBmaFBlek1Sd0NyMWd4ZDIzSQ&b64e=2&sign=fa226dca0cd660834bc55c29e83d4554&keyno=17)

2.​ Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е.С. Григорович [и др.]; под ред. Е.С. Григоровича, В.А. Переверзева. – 4-е изд., испр. – Минск: Вышэйшая школа, 2014. – 350 c.: ил. - ISBN 978-985-06-2431-4. [http://znanium.com/bookread2.php?book=509590](https://clck.yandex.ru/redir/nWO_r1F33ck?data=NnBZTWRhdFZKOHQxUjhzSWFYVGhXVHp5SDdSR2k5dl9HRmo0Z2FTVXpFdEtLTXlDMm9XNHZPcl9zRmdZVGtjUTRiT21oVUIxLXN2TXBpX2otMjQwSXRuNEN2d0thLTkwTHoxckJCLXBZZVNJZmVGc1cxZHV4WWQxT1ctc1VsMEdQTnNfQ0duVENtdw&b64e=2&sign=ae7c105c957c61ca6daafe14e65e77dc&keyno=17)

3.​ Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для СПО / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. [https://biblio-online.ru/book/0A9E8424-6C55-45EF-8FBB-08A6A705ECD9](https://clck.yandex.ru/redir/nWO_r1F33ck?data=NnBZTWRhdFZKOHRaTENSMFc4S0VQRGkwQTBodFdub3lTXzUxV1VEdXl2aGswa2RCOWhvTVRtUi04c2tkUFJsdWlGNXFiUDdRY2NuLWlTVnktb2FlclRYZmk5QjZfYkZ2cGJJTE5MY2hubVcwczdROTRfUWZxcjdIOFFwdWxlZU1XYjhnTWd6RjNJLWYzczhqeS02dkk3YUVpR3ljcVJnVW5TM1ZfZjhQZWpF&b64e=2&sign=ade0566e3a913224a32d4cdc6f8431f2&keyno=17)

4.​ Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для СПО / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин ; под науч. ред. С. В. Новаковского. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 125 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-9913-6. [https://biblio-online.ru/book/1B577315-8F12-4B8D-AD42-6771A61E9611](https://clck.yandex.ru/redir/nWO_r1F33ck?data=NnBZTWRhdFZKOHRaTENSMFc4S0VQRGkwQTBodFdub3lTXzUxV1VEdXl2aGswa2RCOWhvTVRtMm9CY3NZQUU3N1NEQ25aMVVtcS1MVm5mZnBtcnJIQ1A1dDRaZ2t5NlRVbnRSRkZVYUpCVC1zOFozdXpadDJoVG14NkdmMTdIWEV6SjVkQnpBX05FVS10NVRTY0xuUXJobWh4YllGcVg5MTFLN0V2R1l2SUtJ&b64e=2&sign=69847970f4ca6187c1e2a64e6e176f29&keyno=17)

5.​ Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для СПО / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 217 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04404-1. [https://biblio-online.ru/book/2106477F-6895-4158-BA80-15321E06DB63](https://clck.yandex.ru/redir/nWO_r1F33ck?data=NnBZTWRhdFZKOHRaTENSMFc4S0VQRGkwQTBodFdub3lTXzUxV1VEdXl2aGswa2RCOWhvTVR1WVdCQXpFSXc1bXY0ZnQ2MGJ3SEJvdmhTcFNuRlZEaE8tUG1IZ2xRdC1Yb0VaQXQwNGh6T1JheWJsSVZhNG5JSFB1Rk9UWlNrWjVIVF9XcFJWSnR1bG9NWkpnMFd2Y2hKX2ZldndhcTBjNU9ydlRIaXhNTEQ0&b64e=2&sign=fea1667d9ec3a41be41b93f87f7f556e&keyno=17)

6.​ [Шубин Д. А.](https://clck.yandex.ru/redir/nWO_r1F33ck?data=NnBZTWRhdFZKOHQxUjhzSWFYVGhXVHp5SDdSR2k5dl9MMWY3Znd0V3hTM3NJby1LaEx6dk01dEdWOGhVNmxNRm9HM1E2ZHdjQmZuakUzdmFkSDZTc3hDSVV3MTkzaFNLaHJTX2xhY0xhTGRwbG9weFo5ZUhZR1k4d1puQk95ZVRpaktEUEJ4MEdqUE11VXZLRHBocWp2SmZ6Rlo5aVV4OWZmRkVQU1V5VVI1Z2xoYnNidXhOREtCVDd1ZjZHNTZfeG1TRjNBR2JtdHl2eFMtbVNTcEJncHM4WHZTelNxakx6anFVUjFQczFteDdRdllWNEZoSU9XOENUS0tBNjF0Nlp0M202N2hBQ3VTZV9oSmV1ZGwydERSaElZYTJPcnNmVHhVSTJ4dUZpM1FlQzVYNkotOXQxWFRlTkppMUhBMzZUdk5Gc2NERjRCaFIyTW9hZDdjYmpUTzhqSTBiU3Zta2ZhQi02NjVBV3dUbUF6amRxY2Q3UkZXNjV5TS1zY19ONmFqWlVKdGJQOFljeXRScjdRM2FjWXBjVkRSQWhhb0RhbnZIcGdLWTI2cXQ4N2FXTC1aaXZ4ZXlJRDBSV1RibFFHSTE2blVEMC1SOW9UeWhHanZUMnp3TkdLVk1PandvcTBFRkw4SWtTNkxaZG9nNHhrUmQ5SzB6YzdBMHU1X0lUQ3hZeFlFQ0FnX2FmdFBoS0s2endWUGh0aFdYVWVjdnMzWlVRamJ3QnRhODB1a01oaXZJZXNONDlYa0NIbEhzM3NRV0pFV2h4SmFGUnY1R1lFYUdzRzBEUEhIby03eHZnRHhmRHNGVHRzUkhCNW9KQmNnY3lJeGZRSGlCTUxUZWxSSkpvT1ZoUV9VZWhMQkdBRmJRTUxTbV9UNXpNVXl4Y2R4dEt1cDZVZmFBV0xCOFpYbnVKQVlVVVh1dW9KU01weGJQdkdVdWdJOHNoRGdfRnFVMEgwYk1qdU9KUWhfNDM4MDI1YndjcnJ1SHVuUlVJd05GNk1uQ3lzYWg4bkJxZTRKejJEX2w3YVRFdjFOTGdvNWI5SzdLcXE5Nlg5VjEtMzhMbmU4M0xOY0VnWUJsMkNxQU4zYnZrbVVHYmtKLTQ3RjA0T0xtcU5iR0NPZ3VzcWRodGRGV3RhSWxndmdUb1FVMEYxc3dqdFVFRzdXM0Fsc2xvT3RnRTVXdmdpRmVkTFhYZkllYXBzbnBiRWNoalVOc3FWZHp5S0RtWWphMGljbWI5RmZoVmZiYm5kZHZ1RU1nY01EOGZSM0xieHBH&b64e=2&sign=206dae737e24c556bf4529b20c2b0501&keyno=17) , Гелецкая Л.Н. Физическая культура студентов специального учебного отделения [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л. Н. , И. Ю. Бирдигулова, Д. А. Шубин, Р. И. Коновалова. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2014. – 220 с. - ISBN 978-5-7638-2997-6 - Режим доступа: [http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=511522](https://clck.yandex.ru/redir/nWO_r1F33ck?data=NnBZTWRhdFZKOHQxUjhzSWFYVGhXVHp5SDdSR2k5dl9MMWY3Znd0V3hTM3NJby1LaEx6dk16Y1NZMGx4OWxNemI2S3Q1RjVCZmd4Y0xSVEE2Q3h6eFI3alp6NEFkcXhHWUxoNExRZ3BkZWhlODRRQjB1UmVVbWRTNlY0X1FNM0dkQ0tjZEMyUGtMQQ&b64e=2&sign=0114e35fd5fd10fb1cf3117dbf6e5e08&keyno=17)

***Приложение 1* Образец титульного листа**

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ НИЖЕГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Н.И. ЛОБАЧЕВСКОГО»**

**ИНСТИТУТ ЭКОНОМИКИ И ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА**

**Дисциплина « »**

**Доклад на тему**

**«\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Выполнил: студент курса группы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.О. ФамилияПодпись\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Проверил:учёная степень, ученое звание (должность) преподавателя И.О. ФамилияПодпись\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

Н. Новгород, 2017