

Министерство науки и высшего образования
Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Донецкий государственный университет»

Институт физической культуры и спорта
Кафедра теории и методики физической культуры



УТВЕРЖДАЮ

проректор

П.А. Машаров

«29» марта 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ СПОРТСМЕНА

Укрупненная группа направлений подготовки	49.00.00 Физическая культура и спорт
Программа высшего образования	Программа магистратуры
Направление подготовки	49.04.02 Спорт
Профиль подготовки	Система подготовки спортсменов
Квалификация	Магистр
Форма обучения	Очная, заочная

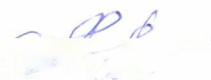
Рабочая программа адаптирована для лиц
с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Донецк 2024

Рабочая программа дисциплины «Здоровый образ жизни спортсмена» для обучающихся по направлению подготовки 49.04.03 Спорт (Магистерской программы: Система подготовки спортсменов), составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – магистратура по направлению подготовки 49.04.03 Спорт, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 года, № 947 (с изм. и доп.), Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 06 апреля 2021 г. № 245 (с изм. и доп.), в соответствии с учебным планом, утвержденным Ученым советом ФГБОУ ВО «ДонГУ» для набора 2024 года.

Разработчик:

доктор педагогических наук, доцент
доцент кафедры теории и методики
физической культуры



Л.А. Деминская

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры теории и методики физической культуры.

Протокол от 26.03.2024 г. № 8А

Заведующий кафедрой



М.Р. Батищева

СОГЛАСОВАНО:

Директор института физической культуры и
спорта
28.03.2024 г.

* . ^/<4 ' — л И.П. Зенченков

Учебно-методическая комиссия института физической культуры и спорта

Протокол от 27.03.2024 г. № 7

Председатель



И.В. Капланец

Руководитель основной профессиональной
образовательной программы,
к.пед.н., доцент
26.03.2024 г.



М.Р. Батищева

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ

1.1. Требования к предварительной подготовке обучающихся, предшествующие и сопутствующие дисциплины, на которых основывается изучение данной:

дисциплины программы бакалавриата: «Теория спортивной тренировки», «Олимпийский спорт».

1.2. Дисциплины, курсовые работы и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее:

дисциплины программы магистратуры: «Профессиональное мастерство тренера», «Профессиональная риторика и культура речи»;

практики: производственная практика: тренерская; производственная практика: профессионально-ориентированная.

2. ОПИСАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Общая характеристика

Наименование показателя	Значение показателя
Название образовательной программы	49.04.02. Спорт (Магистерская программа: Система подготовки спортсменов)
Шифр и название в соответствии с учебным планом	Б1.В.ДВ.7.2 Здоровый образ жизни спортсмена
Часть образовательной программы	Дисциплины по выбору
Количество зачетных единиц / всего часов	3 / 108

2.2. Распределение часов по формам и периодам обучения

Форма обучения	курс	семестр	Общее количество часов					Форма контроля
			лекционных	лабораторных	практических	самостоятельной работы + контроль	всего	
Очная	1	1	15	—	30	63	108	экзамен
Заочная	1	2	4	—	4	100	108	экзамен

3. ЦЕЛИ ДИСЦИПЛИНЫ

Формирование знаний о содержании аксиологии, систем ценностей и их роли в жизни современного общества. Изучение возможности развития ценностных ориентаций человека в соответствии с его профессиональной деятельностью. Изучение ценностного потенциала современного спорта. Формирование представлений об аксиологической направленности Олимпизма. Анализ гуманистических ценностей массового спорта в процессе формирования гармонично развитой личности современного человека.

4. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ КОМПОНЕНТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ, ИХ ИНДИКАТОРЫ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

4.1. Компетенции:

ОПК-5. Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу.

ПК-2. Способен осуществлять выбор и эффективно использовать современные средства материально-технического обеспечения с учетом индивидуальных особенностей спортсмена и условий проведения тренировочной и соревновательной деятельности.

4.2. Индикаторы компетенций:

ОПК-5.1. Демонстрирует понимание ценностного потенциала физической активности, спортивной деятельности и олимпийского движения; использует знания аксиологии для формирования мотивации к здорового образу жизни средствами массового спорта.

ПК-2.1. Проявляет возможность использования личностных и индивидуальных особенностей человека, его ценностные ориентации, при проведении тренировочной и соревновательной деятельности.

4.3. Результаты обучения:

ОПК-5.1.1. Знает содержание основных положений аксиологии; аксиологическую составляющую спорта, этические и гуманистические идеи олимпизма.

ОПК-5.1.2. Умеет использовать знания о ценностном потенциале спорта для личностного профессионального развития и формирования ценностного мировоззрения о спортивной деятельности.

ОПК-5.1.3. Владеет навыком просветительской, образовательной и агитационной работы при формировании представления о физической культуре и спорте, как о возможности развития ценностных ориентаций личности.

ПК-2.1.1. Знает современные средства материально-технического обеспечения и содержание тренировочной и соревновательной деятельности при индивидуальном и ценностном подходе к личностному развитию спортсмена.

ПК-2.1.2. Умеет использовать знания аксиологии при формировании мотивации к спортивным достижениям и ценностным ориентациям спортсмена.

ПК-2.1.3. Владеет навыком построения тренировочного и соревновательного процесса с учетом личностных характеристик спортсмена на основе аксиологических принципов.

Компетенции	Индикаторы	Результаты обучения
ОПК-5. Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической	ОПК-5.1. Демонстрирует понимание ценностного потенциала физической активности, спортивной деятельности и олимпийского движения; использует знания аксиологии для формирования мотивации к здорового образу жизни средствами массового спорта. ПК-2.1. Проявляет возможность использования	ОПК-5.1.1. Знает содержание основных положений аксиологии; аксиологическую составляющую спорта, этические и гуманистические идеи олимпизма. ОПК-5.1.2. Умеет использовать знания о ценностном потенциале спорта для личностного профессионального развития и формирования ценностного мировоззрения о спортивной деятельности. ОПК-5.1.3. Владеет навыком просветительской, образовательной и агитационной работы при формировании представления о

культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу. ПК – 2. Способен осуществлять выбор и эффективно использовать современные средства материально-технического обеспечения с учетом индивидуальных особенностей спортсмена и условий проведения тренировочной и соревновательной деятельности.	личностных и индивидуальных особенностей человека, его ценностные ориентации, при проведении тренировочной и соревновательной деятельности.	физической культуре и спорте, как о возможности развития ценностных ориентаций личности. ПК-2.1.1. Знает современные средства материально-технического обеспечения и содержание тренировочной и соревновательной деятельности при индивидуальном и ценностном подходе к личностному развитию спортсмена. ПК-2.1.2. Умеет использовать знания аксиологии при формировании мотивации к спортивным достижениям и ценностным ориентациям спортсмена. ПК-2.1.3. Владеет навыком построения тренировочного и соревновательного процесса с учетом личностных характеристик спортсмена на основе аксиологических принципов.
---	---	--

5. ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Название темы		Краткое содержание темы (вопросы темы)
1	Здоровый образ жизни спортсмена, как область научного познания.	1.1. Понятие и содержание здорового образа жизни спортсмена. 1.2. История развития представлений о здоровом образе жизни спортсмена. 1.3. Здоровый образ жизни как составляющая культуры общества. 1.4. Роль здорового образа жизни спортсмена в современном обществе.
2	Категория ценностей в обществе.	2.1. Понятие о системе ценностей. 2.2. Общечеловеческие ценности. 2.3. Личностные ценности. 2.4. Профессиональные ценности.
3	Ценностные ориентации личности: норма, смысл, идеал, интерес, потребность.	3.1. Содержание ценностных ориентаций личности. 3.2. Мотивация к развитию ценностного потенциала личности спортсмена. 3.3. Содержание понятий: норма, смысл, идеал, интерес, потребность. 3.4. Роль деятельности в процессе формирования ценностных ориентаций личности.
4	Ценностный потенциал спорта.	4.1. Основные принципы современного спорта. 4.2. Аксиологический компонент ценности спортивной культуры.

		4.3. Спорт и ЗОЖ как средство реализации ценностных установок личности. 4.4. Система ценностей современного спорта.
5	Спорт и здоровый образ жизни	5.1. Спорт и нервная система. 5.2. Спорт и суставно-связочный аппарат. 5.3. Спорт и мышечная система. 5.4. Отрицательные стороны занятий спортом. 5.5. Спорт как основа ЗОЖ
6	Здоровый образ и спортивный стиль	6.1. Основные составляющие ЗОЖ. 6.2. Значение ЗОЖ в организации спортивной деятельности юных спортсменов. 6.3. Роль массового спорта в процессе формирования мотивации к ЗОЖ
7	Роль и место СМИ в формировании здорового образа жизни населения и спортсменов	7.1. Телевидение в формировании ЗОЖ населения и спортсменов. 7.2. Интернет в формировании ЗОЖ населения и спортсменов 7.3. Блогеры как «рупоры» «правильных» и «не правильных» установок

6. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Форма обучения – очная, курс – 1, семестр – 1.

Наименование тем	Количество часов				
	Лекции	Лабор.	Практ.	СРС + К	Всего
Здоровый образ жизни спортсмена, как область научного познания.	2		4	12	18
Категория ценностей в обществе.	2		4	8	14
Ценностные ориентации личности: норма, смысл, идеал, интерес, потребность.	2		4	10	16
Ценностный потенциал спорта.	2		4	7	13
Спорт и здоровый образ жизни	2		4	8	14
Здоровый образ и спортивный стиль	2		4	10	16
Роль и место СМИ в формировании здорового образа жизни населения и спортсменов	3		6	8	17
ИТОГО ЗА СЕМЕСТР	15		30	63	108

6.2. Форма обучения – заочная, курс – 1, семестр – 2.

Наименование тем	Количество часов				
	Лекции	Лабор.	Практ.	СРС + К	Всего
Здоровый образ жизни спортсмена, как область научного познания.				14	14
Категория ценностей в обществе.				12	12
Ценностные ориентации личности: норма, смысл, идеал, интерес, потребность.			2	16	18

Ценностный потенциал спорта.			2	16	18
Спорт и здоровый образ жизни				12	12
Здоровый образ и спортивный стиль	2			18	20
Роль и место СМИ в формировании здорового образа жизни населения и спортсменов	2			12	14
ИТОГО ЗА СЕМЕСТР	4		4	100	108

7.ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (СРЕДСТВА) ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

7.1. Контрольные вопросы:

1. Понятие и содержание здорового образа жизни спортсмена.
2. История развития представлений о здоровом образе жизни спортсмена История развития аксиологии в Европе.
3. Здоровый образ жизни как составляющая культуры общества.
4. Роль здорового образа жизни спортсмена в современном обществе.
5. Учение русских философов о здоровье.
6. Понятие о системе ценностей.
7. Общечеловеческие ценности.
8. Нравственные ценности.
9. Моральные ценности.
10. Культурные ценности.
11. Идеологические ценности.
12. Национальные ценности и гражданская позиция.
13. Личностные ценности.
14. Индивидуальные ценности.
15. Общественные ценности.
16. Этапы формирования системы личностных ценностей.
17. Профессиональные ценности.
18. Профессиональное мастерство, как ценностная категория.
19. Учение В. Виндельбанда о системе ценностей.
20. Учение Г. Риккерта о ценностях.
21. Учение М. Шелера о моральных ценностях.
22. Учение Н. Гартмана о моральных ценностях.
23. Понятие ценностной ориентации личности.
24. Содержание ценностных ориентаций личности.
25. Понятие мотивации к успеху.
26. Ценностный потенциал личности.
27. Мотивация к развитию ценностного потенциала личности спортсмена.
28. Норма, как общественная категория.
29. Смысловое значение потребности личности.
30. Роль общества в процессе формирования идеалов молодежи.
31. Потребность и система ценностей.
32. Интересы современного спорта.
33. Роль деятельности в процессе формирования ценностных ориентаций личности.
34. Система аксиологических принципов современной культуры.
35. Спорт – как составляющая культуры общества.
36. Основные принципы современного спорта.

37. Аксиологический компонент ценности спортивной культуры.
38. Спорт как средство реализации ценностных установок личности.
39. Система ценностей современного спорта.
40. Спорт и нервная система.
41. Спорт и суставно-связочный аппарат.
42. Спорт и мышечная система
43. Отрицательные стороны занятий спортом.
44. Спорт как основа ЗОЖ.
45. Спортивная культура.
46. Основные составляющие ЗОЖ.
47. Значение ЗОЖ в организации спортивной деятельности юных спортсменов.
48. Роль массового спорта в процессе формирования мотивации к ЗОЖ.
49. Телевидение в формировании ЗОЖ населения и спортсменов.
50. Интернет в формировании ЗОЖ населения и спортсменов.
51. Блогеры как «рупоры» «правильных» установок.
52. Блогеры как «рупоры» «не правильных» установок.

7.2. Темы докладов (рефератов):

1. Нравственные и моральные ценности современного спорта.
2. Национальные ценности и гражданская позиция спортсменов.
3. Этапы формирования системы личностных ценностей в спорте.
4. Профессиональное мастерство, как ценностная категория.
5. Мотивация к развитию ценностного потенциала личности спортсмена.
6. Роль общества в процессе формирования идеалов молодежи.
7. Роль деятельности в процессе формирования ценностных ориентаций личности.
8. Спорт – как составляющая культуры общества.
9. Спорт как средство реализации ценностных установок личности.
10. Система ценностей современного спорта.
11. Роль массового спорта в процессе формирования мотивации к здоровому образу жизни.
12. Телевидение в формировании ЗОЖ населения и спортсменов.
13. Интернет в формировании ЗОЖ населения и спортсменов.
14. Блогерство и его воздействие на формирование ценностных установок личности спортсменов

7.3. Образец содержания экзаменационного билета:

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

<i>Направление подготовки:</i>	<i>49.04.03 Спорт</i>
<i>Профиль</i>	<i>Система подготовки спортсменов</i>
<i>Программа подготовки:</i>	<i>Магистр</i>
<i>Семестр: очная форма - I</i>	<i>Курс: очная форма - I</i>
<i>заочная форма - I</i>	<i>Курс: заочная форма - I</i>
<i>Дисциплина:</i>	<i>Аксиология спортивной деятельности</i>

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 1

- 1.** Понятие и содержание здорового образа жизни спортсмена.
- 2.** Спорт и суставно-связочный аппарат.
- 3.** Телевидение в формировании ЗОЖ населения и спортсменов

Утверждено на заседании кафедры ТМФК протокол № _____ от « _____ » _____ 20__ г.

Зав. кафедрой ТМФК _____ **Ф.И.О.**

Экзаменатор _____ **Ф.И.О.**

8. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ БАЛЛОВ, КОТОРЫЕ ПОЛУЧАЮТ ОБУЧАЮЩИЕСЯ

Общая оценка знаний обучающихся по дисциплине проводится по 100-балльной шкале исходя из максимума, приведенного в таблице ниже. Организационно-учебная работа в аудитории оценивается на основе таких критериев как посещаемость занятий, своевременное и качественное выполнение домашних заданий, активность во время проведения лекционных и практических занятий (участие в обсуждении текущего и пройденного материала, решение задач и т.п.).

Номера тем	Виды работ	Максимальное количество баллов
1-9	Организационно-учебная работа в аудитории	30
	Самостоятельная работа	25
	Контрольная работа по теоретическому материалу	15
ИТОГО		70
Экзамен		30
Общий итог за семестр		100

Соответствие баллов оценке

Количество баллов из 100	ECTS	Оценка по пятибалльной шкале	
		Экзамен, дифференцированный зачет	Зачет
90-100	A	отлично	зачтено
80-89	B	хорошо	зачтено
75-79	C		зачтено
70-74	D	удовлетворительно	зачтено
60-69	E		зачтено
35-59	FX	неудовлетворительно	не зачтено
0-34	F		не зачтено

9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ

В ходе реализации дисциплины используются следующие дополнительные методы обучения, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в зависимости от их индивидуальных особенностей:

- 1) для слепых и слабовидящих:
 - лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
 - для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
 - письменные задания оформляются увеличенным шрифтом.
- 2) для глухих и слабослышащих:
 - лекции оформляются в виде электронного документа;
 - письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;
 - экзамен проводится в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.
- 3) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
 - лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
 - письменные задания выполняются на компьютере;
 - экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

- 1) для слепых и слабовидящих:
 - в печатной форме увеличенным шрифтом;
 - в форме электронного документа;
- 2) для глухих и слабослышащих:
 - в печатной форме;
 - в форме электронного документа.

- 3) для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
- в печатной форме;
 - в форме электронного документа.

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Лекционные и практические занятия по дисциплине «Основы научно-исследовательской работы в физической культуре и спорте» проводятся в учебных аудиториях для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, текущего контроля и промежуточной аттестации учебного корпуса института физической культуры и спорта, расположенного по адресу: г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80, оснащенных комплектом учебной мебели, комплектом рабочего места преподавателя, доской, мультимедийным комплектом (ноутбук, проектор) с выходом в сеть Интернет.

Самостоятельная работа студентов проходит в следующих помещениях:

- читальный зал № 2 гуманитарных наук, укомплектован учебной мебелью на 90 посадочных мест, компьютером в комплекте (2 шт.), расположен по адресу: г. Донецк, ул. Университетская, 22, каб. 46;
- читальный зал № 4 периодической литературы, укомплектован учебной мебелью на 31 посадочное место, оснащен 1 компьютером, расположен по адресу: г. Донецк, ул. Университетская, 24, каб. 19;
- читальный зал филиала № 3 научной библиотеки ДонГУ (каб. 213), укомплектован учебной мебелью на 40 посадочных мест и пункт обслуживания филиала № 3 научной библиотеки ДонГУ (каб. 114), укомплектован учебной мебелью на 8 посадочных мест и оснащён компьютером в комплекте (1 шт.), расположенные по адресу: г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80.
- методический кабинет института физической культуры и спорта, укомплектован учебной мебелью на 24 посадочных места, оснащен компьютером в комплекте (3 шт.) с выходом в сеть Интернет, расположен по адресу г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80, ауд. 020.
- индивидуальные и групповые консультации студентам для проведения самостоятельной работы предоставляются в кабинете кафедры теории и методики физической культуры (или другой кафедры, к которой прикреплена ваша аудитория, указать название кафедры), укомплектованном комплектом мебели на 12 посадочных мест, оснащенном компьютером в комплекте (2 шт.), принтером, сканером, расположенном по адресу г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80, ауд. 216.

В процессе обучения студенты имеют возможность использовать учебные материалы по дисциплине «Основы научно-исследовательской работы в физической культуре и спорте», размещенные на платформе Moodle Центра дистанционного образования ФГБОУ ВО «ДонГУ». С использованием ресурсов платформы дистанционного образования также осуществляется текущий контроль знаний студентов на основе тестирования и проверки результатов самостоятельной работы.

11. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

11.1. Основная литература

1. Анисимов, С. Ф. Введение в аксиологию: учебное пособие / С. Ф. Анисимов. – М.: Современные тетради, 2001. – 128 с.
2. Деминская, Л. А. Аксиологические основы профессионально-педагогической подготовки будущих учителей физического воспитания: монография / Л. А. Деминская. – Донецк: Юго-Восток, 2013. – 436 с.
3. Матвеев, П. Е. Аксиология: учеб. пособие. В 2 ч. Ч. 1. История аксиологии /

П. Е. Матвеев; Владим. гос. ун-т им. А. Г. и Н. Г. Столетовых. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2017. – 176 с.

4. Ивин, А. А. Аксиология: учебник для вузов / А. А. Ивин. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2024. - 342 с.
5. Ягодин, В. В. Основы спортивной этики: [учеб. пособие] / В. В. Ягодин; [науч. ред. з. в. сенук]; М-во образования и науки рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. - Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2016. - 112 с.

11.2. Дополнительная литература

1. Ибрагимов, М. М. Философия спорта как новый антропологический проект: монография / М. М. Ибрагимов. - К.: НУФВСУ: Олимпийская литература, 2014. – 296 с.
2. Ильин, В. В. Аксиология / В. В. Ильин. - М.: Изд-во МГУ, 2005. - 216 с.
3. Соловьев, В. М. Культурология: учебник / В. М. Соловьев. – 2-е изд., испр., и доп. – Москва, Берлин: Директ-Медиа, 2019. – 616 с.
4. Столяров, В. И. Философия спорта и телесности человека: монография. В 2-х кн. – Кн. 1 Введение в мир философии спорта и телесности человека. – М.: Издательство «Университетская книга», 2011 – 766 с.

12. ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

1. **Национальная электронная библиотека (НЭБ):** федеральная государственная информационная система / Министерство Культуры РФ; Российская государственная библиотека. – Москва, 2019- . – URL: <https://rusneb.ru/> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: свободный, подписка. Необходима установка программного обеспечения. – Текст: электронный.
2. **eLIBRARY.RU:** научная электронная библиотека: сайт. – Москва, 2000- . – URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. –Текст: электронный.
3. Научная электронная библиотека **«КиберЛенинка»:** сайт / Ассоциация «Открытая наука». – Москва, 2014- . – URL: <https://cyberleninka.ru/>. – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.
4. Электронно-библиотечная система **«Лань»:** [сайт]. – URL: <https://e.lanbook.com> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.
5. **ЭБС Юрайт:** электронная библиотечная система: сайт. – Москва, 2013. – URL: <https://biblio-online.ru> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.
6. **Электронно-библиотечная система ДонГУ:** сайт / ФГБОУ ВО «ДонГУ». – Донецк, 2016- . – URL: <http://library.donnu.ru/> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.
7. **Электронный каталог** Научной библиотеки ДонГУ: раздел сайта / НБ ДонГУ. – Текст: электронный // ЭБС ДонГУ: сайт. – URL: <http://library.donnu.ru/catalog/> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: поиск свободный, электронные документы – для пользователей ДонГУ.
8. **Электронный архив ДонГУ:** раздел сайта / НБ ДонГУ. – Текст: электронный // ЭБС ДонГУ: сайт. – URL: <http://repo.donnu.ru/> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: свободный.

13. ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Windows 7 PRO (корпоративная лицензия ДонГУ № 46484614)
2. Microsoft Office (корпоративная лицензия ДонГУ № 46472919)
3. Microsoft Visual Studio (лицензия программы Dream Spark для высших учебных заведений)
4. Антивирус Касперского, Adobe Acrobat Reader, xPDF (лицензии GPL, Apache, BSD для свободного программного обеспечения).