

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ставропольский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации**

Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

Наименование дисциплины	<b>Физическая культура и спорт</b>
Направление подготовки	39.03.02 Социальная работа
Направленность (профиль)	Социальная работа с лицами с ограниченными возможностями здоровья
Форма обучения	очная
Год начала подготовки	2022
Всего ЗЕТ	-2
Всего часов	-72
Из них	
Контактная работа по видам занятий	- 52
лекции	- 16
практические занятия	- 32
контроль самостоятельной работы	- 4
Самостоятельная работа	- 20
Промежуточная аттестация	
Зачет	1 семестр

г. Ставрополь, 2022 г.

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт»

Разработана;

Преподавателем кафедры «Физического воспитания и адаптивной физической культуры»,

Вартановой Я.А.

Обсуждена

на заседании кафедры «Физического воспитания и адаптивной физической культуры», зав. кафедрой

Марченко А.А.

Согласована и рекомендована к использованию в образовательном процессе для обучающихся по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа 2021 года набора очной формы обучения 20.04.2021

Руководитель ОПОП ВО

Горбунова В.В.

Декан факультета гуманитарного и медико-биологического образования

Федько Н.А.

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – формирование компетенций в области физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и эффективной профессиональной деятельности. Программа разработана в соответствии ФГОС ВО по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа (уровень бакалавриата) утвержденного Приказом Минобрнауки России от 05 февраля 2018 года № 76.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к дисциплинам обязательной части ОПОП, её изучение осуществляется в 1 семестре.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Результаты освоения дисциплины сформулированы в соответствии с профессиональными стандартами:

- «Специалист по социальной работе», утверждённый Приказом Минтруда России от 18 июня 2020 г. №351 (ТФ А/02.6, ТФ В/03.6);

Коды и содержание индикаторов компетенции	Планируемые результаты обучения (дескрипторы)		
	Знать	Уметь	Владеть навыками
<b>УК – 7</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
<b>И ук 7.1</b> Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности .	Основы физической культуры и здорового образа жизни.	Уметь определять уровень физической подготовленности и функциональные показатели организма	Оценки показателей физического развития в дальнейшей профессиональной деятельности.
<b>И ук 7.2</b> Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности,	Влияние физических упражнений на функциональные, двигательные и адаптационные возможности организма	Разбираться в вопросах физической культуры и спорта, применяемых на основе здоровьесформирующих технологий.	Средствами и методами применения физических упражнений с учетом их воздействия на формирование активного образа жизни.

адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.			
---	--	--	--

**4. Объем дисциплины с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Семестр	Наименование разделов дисциплины	Контактная аудиторная работа обучающихся с преподавателем в часах, в том числе					Самостоятельная работа, в том числе консультации		
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Лабораторные занятия	Клинические практические занятия	Контроль самостоятельной работы	Групповые консультации	Самостоятельная работа, в том числе индивидуальные консультации
1	Раздел 1 (теоретический). Физическая культура и спорт как общекультурная ценность в профессиональной деятельности студентов.	16							10
	Раздел 2 (практический).		32				4		10
	Промежуточная аттестация: зачет								
	<b>Итого по дисциплине:</b>	<b>16</b>	<b>32</b>				<b>4</b>		<b>20</b>
	<b>Часов 72</b>	<b>Зач.ед. 2</b>		<b>48</b>			<b>24</b>		
	Объем профессиональной практической подготовки	0 час/ 0 %					0 час/ 0 %		
	Объем профессионально направленной подготовки	16 час / 33,3 %					10 час/ 41,6 %		

**5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**5.1. Содержание разделов дисциплины**

Код индикатора компетенции	Наименование разделов	Краткое содержание разделов и тем
И <sub>УК</sub> 7.1 И <sub>УК</sub> 7.2	Раздел 1. Физическая культура и спорт как общекультурная ценность в	Введение в предмет «Физическая культура и спорт». Основные понятия физической культуры и спорта и здорового образа жизни. Характеристика физических качеств. Средства физической культуры. Оздоровительные методики. Средства

	профессиональной деятельности обучающихся	оценки уровня физической подготовленности. Профессионально-прикладная подготовка. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
И <sub>ук</sub> 7.1 И <sub>ук</sub> 7.2	Раздел 2. Практический	Оценка уровня физической подготовленности. Обучение технике старта и бега на средние дистанции. Обучение технике низкого старта и бега на короткие дистанции. Обучение технике спортивной ходьбы. Обучение технике стойкам и перемещениям в баскетболе. Обучение технике ведения мяча и бросков в кольцо в баскетболе. Обучить ловле и передаче мяча в баскетболе. Совершенствование техники игры в баскетбол. Обучение технике аэробных (девушки) и атлетических (юноши) упражнений.

## 5.2. Лекции

№ Раздела	Наименование лекций	Кол-во часов	Перечень учебных вопросов	Форма проведения	Практическая подготовка (ПП/ПНП)
Раздел 1	Тема 1. Введение в предмет «Физическая культура и спорт»	2	1. Введение. Предмет и задачи дисциплины. 2. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. 3. История и современное состояние физической культуры и спорта. 4. Спортсмены-медики.	ОФО	
	Тема 2. Основные понятия физической культуры и ЗОЖ	2	1. Характеристика основных понятий в физической культуре 2. Классификация спорта. 3. Функции и принципы физического воспитания. 4. Основные составляющие здорового образа жизни, принципы.	ОФО	
	Тема 3. Характеристика физических качеств	2	1. Характеристика гибкости. 2. Характеристика координационных способностей. 3. Характеристика выносливости. 4. Характеристика скоростных способностей. 5. Характеристика силовых способностей.	ОФО	
	Тема 4. Средства	2	1. Физические упражнения	ОФО	

	физической культуры		как основные средства физической культуры. 2. Оздоровительные средства физической культуры.		
	Тема 5. Оздоровительные методики.	2	1. Аэробика 2. Пилатос. 3. Шейпинг. 4. Йога, 5. Цигун, Аюрведа.	ОФО	
	Тема 6. Средства оценки уровня физической подготовленности	2	1. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. 2. Психофизиологическая средства оценки умственной работоспособности после физической нагрузки. 3. ГТО как средство оценки уровня физической подготовленности. 4. Дневник самоконтроля о состоянии физиологических систем организма.	ОФО	
	Тема 7. Профессионально-прикладная подготовка	2	1. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов. 2. Формы (виды), условия и характер труда. 3. Прикладные знания, физические, психические и специальные качества, прикладные умения и навыки. 4. Воспитание прикладных физических, психических и специальных качеств.	ОФО	
	Тема 8. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	2	1. Формы и содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями. 2. Утренняя гигиеническая гимнастика, характеристика и дозировка. 3. Составление комплекса ОРУ. 4. Упражнения в течение учебного дня. 5. Самостоятельные тренировочные занятия. 6. Мотивация выбора двигательной активности.	ОФО	
	<b>Всего часов</b>	<b>16</b>		<b>0</b>	

### 5.3. Семинарские занятия

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом.

#### 5.4. Лабораторные занятия

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом.

#### 5.5. Практические занятия

№ Раздела	Наименование занятий	Кол-во часов	Перечень учебных вопросов	Форма проведения	Практическая подготовка (ПП/ПНП)
2	Тема 1. Оценка уровня физической подготовленности	2	1. Прохождение инструктажа по технике безопасности на занятиях по ФКиС 2. Определить исходный уровень физической подготовленности с помощью тестирования. 3. Подвижные игры/спортивные игры, направленные на развитие физических качеств.		
	Тема 2. Обучение технике старта и бега на средние дистанции	2	1. Обучить высокому старту 2. Обучить технике специально-беговых упражнений		
		2	1. Развить выносливость с помощью бега средней интенсивности 2. Пропаганда здорового образа жизни.		ПНП
	Тема 3. Обучение технике низкого старта и бега на короткие дистанции	2	1. Обучить технике низкого старта. 2. Обучить технике бега на короткие дистанции. 3. Развитие скоростных способностей.		
	Тема 4. Обучение технике спортивной ходьбы	2	1. Обучение технике работы ног 2. Обучение технике работы рук 3. Обучение технике работы таза		
		2	1. Скандинавская ходьба 2. Оценка функционального состояния с помощью функциональных проб		ПНП
	Тема 5. Обучение технике стойкам и перемещениям в баскетболе	2	1. Обучить стойкам и перемещениям в баскетболе. 2. Развивать координацию движений с помощью спортивных игр.		ПНП
	Тема 6. Обучение технике ведения мяча и бросков в кольцо в	2	1. Обучить ведению мяча и броскам в кольцо в баскетболе. 2. Развивать координацию движений в баскетбольных		ПНП

	баскетболе		эстафетах.		
	Тема 7. Обучить ловле и передаче мяча в баскетболе	2	1. Обучить ловле и передаче мяча в баскетболе. 2. Развивать скоростно-силовые качества в баскетбольных эстафетах.		ПНП
	Тема 8. Совершенствование техники игры в баскетбол	2	1. Совершенствование техники игры в баскетбол. 2. Развитие физических качеств студентов.		
	Тема 9. Обучение технике аэробных (девушки) и атлетических (юноши) упражнений	2	1. Разучить комплекс аэробики (девушки), атлетической гимнастики (юноши). 2. Формировать правильную осанку.		ПНП
2		1. Оценка сердечно сосудистой системы с помощью функциональных проб. 2. Пропаганда здорового образа жизни.		ПНП	
2		1. Фитнес-йога как система психофизического совершенствования человека. 2. Обучение и совершенствование разнообразных видов передвижений.		ПНП	
	Сдача контрольных нормативов	2	Контрольные упражнения, нормативы для оценки ФП.		
		2	Контрольные упражнения, нормативы для оценки ФП.		
		2	Контрольные упражнения, нормативы для оценки ФП.		
	<b>Всего часов</b>	<b>32</b>		<b>0</b>	<b>16</b>

### 5.6. Клинические практические занятия

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом.

### 5.7. Самостоятельная работа обучающихся

Наименование темы дисциплины или раздела	Вид самостоятельной внеаудиторной работы обучающихся и КСР	Оценочное средство	Кол-во часов/ кол-во час на ПНП+ПП	Код индикатора компетенции
Раздел 1 (теоретический). Физическая культура и спорт как общекультурная ценность в	Самостоятельное изучение литературы (ПНП)	Вопросы для собеседования	10/10	И ук 7.1 И ук 7.2

профессиональной деятельности студентов.				
Раздел 2 (практический)	Самостоятельное изучение литературы	Демонстрация практических навыков	6/-	И ук 7.1 И ук 7.2
	Выполнение индивидуальных заданий	Индивидуальное задание	4/-	
	Контроль самостоятельной работы	Индивидуальное задание	4/-	
<b>Всего часов</b>			<b>24/10</b>	

## 6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

1. Лекционный материал по дисциплине «Физическая культура и спорт».
2. Методические рекомендации к практическим занятиям по дисциплине «Физическая культура и спорт».
3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по дисциплине «Физическая культура и спорт».

## 7. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

### 7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Индикаторы	Семестр	Этап формирования
УК-7	И ук 7.1, И ук 7.2	1	начальный

### 7.2. Описание показателей и критериев и шкал оценивания компетенций

#### Компетенция УК – 7

Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

**Индикатор И ук 7.1.** Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.

Оцениваемый результат (дескрипторы)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	Основы здорового образа жизни и физической культуры	Называет и характеризует основные понятия физической культуры и здорового образа жизни, принципы здорового образа жизни. Средства и методы физической культуры.	собеседование	собеседование

Умеет	Уметь определять уровень физической подготовленности и функциональные показатели организма	Перечисляет средства и методы определения уровня физической подготовленности и основных функциональных показателей организма.	демонстрация практических навыков	собеседование
Владеет навыком	Оценки показателей физического развития в дальнейшей профессиональной деятельности.	Оценивает свою физическую подготовленность с помощью контрольных нормативов и функциональных проб	демонстрация практических навыков	собеседование

**Индикатор И ук 7.2** Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.

Оцениваемый результат (дескрипторы)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	Влияние физических упражнений на функциональные, двигательные и адаптационные возможности организма	Объясняет влияние физических упражнений на функциональные, двигательные и адаптационные возможности организма	собеседование	собеседование
Умеет	Разбираться в вопросах физической культуры и спорта, применяемых на основе здоровьесформирующих технологий.	Перечисляет здоровьесформирующие технологии применяемые в процессе физического воспитания	собеседование	собеседование
Владеет навыком	Средствами и методами применения физических упражнений с учетом их воздействия на формирование активного образа жизни.	Применяет физические упражнения с учётом их воздействия на укрепление здоровья	собеседование	собеседование

#### **Описание шкал оценивания**

В рамках балльно-рейтинговой системы успеваемость студентов по каждой дисциплине оценивается в ходе текущего контроля и промежуточной аттестации. Максимально возможный балл за текущий контроль устанавливается равным 5 баллов. Рейтинговый балл за работу в семестре формируется как среднее арифметическое за все виды работ обучающихся, предусмотренных рабочей программой дисциплины. Рейтинговый балл, выставляемый студенту, фиксируется в специальной ведомости и доводится до сведения студентов.

При собеседовании на занятии обучающемуся выставляются следующие оценки:

Оценка «отлично» выставляется студенту, если теоретическое содержание темы освоено полностью, обучающийся строит ответ на уровне самостоятельного мышления, грамотно и логично излагает изученный материал, не затрудняется с ответом, делает обоснованные выводы и заключения, свободно применяет теоретические знания при решении практических задач;

Оценка «хорошо» ставится обучающемуся, если он строит ответ на уровне самостоятельного мышления, грамотно и логично излагает изученный материал, однако допускает отдельные неточности и пробелы в знаниях, свободно применяет теоретические знания при решении практических задач;

Оценка «удовлетворительно» ставится обучающемуся, усвоившему только базовую часть программного материала, при ответе допускает неточности, материал излагает не последовательно, затрудняется применить теоретические знания при решении практической задачи, допускает ошибки, которые исправляет с помощью преподавателя;

Оценка «неудовлетворительно» ставится обучающемуся, который не способен продемонстрировать знания теоретического материала, допускает существенные ошибки при изложении учебного материала, при ответе подменяет теоретическую аргументацию рассуждениями обыденно-бытового характера. В ответе допускает грубые ошибки, которые не может исправить даже с помощью преподавателя.

### **Шкала пересчета баллов по дисциплине при промежуточной форме аттестации по дисциплине «зачет»**

<i>Балл</i>	<i>Оценка</i>	<i>Уровень сформированности компетенции</i>
от 4,5 до 5,0	«зачтено»	Высокий
от 3,5 до 4,4	«зачтено»	Средний
от 2,5 до 3,4	«зачтено»	Пороговый
менее 2,5	«не зачтено»	Минимальный

### **7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

#### **Вопросы для проверки уровня теоретической подготовки обучающегося в ходе текущего контроля:**

1. Основные задачи двигательной рекреации.
2. Принципы построения занятий по двигательной рекреации.
3. Организация занятий танцевальной направленности.
4. Структура проведения видов игровой двигательной рекреации.
5. Средства игровой двигательной рекреации.
6. Структура проведения видов танцевальной двигательной рекреации.
7. Средства танцевальной двигательной рекреации.
8. Классификация техники игры в баскетбол.
9. Техника нападения: группы, приемы, способы, разновидности, условия выполнения.
10. Техника защиты: группы, приемы, способы, разновидности, условия выполнения.
11. Терминология.
12. Взаимосвязь развития техники нападения и защиты.
13. Техника защиты: группы, приемы, способы, разновидности, условия выполнения.
14. Терминология.
15. Взаимосвязь развития техники нападения и защиты.
16. Техника защиты: группы, приемы, способы, разновидности, условия выполнения.
17. Терминология.

18. Взаимосвязь развития техники нападения и защиты.
19. Связь и взаимообусловленность стратегии и тактики.
20. Основные понятия и содержание тактики.
21. Методика обучения техническим приемам игры в нападении и защите.
22. Ошибки при выполнении основных технических приемов, их причины, пути предупреждения
23. Методика и последовательность обучения тактическим действиям.
24. Типичные ошибки в приемах, причины их возникновения и пути исправления.
25. Техника безопасности при занятиях атлетической гимнастикой.
26. Влияние гимнастических упражнений на телосложение.
27. Обучать комплексу упражнений с гантелями.
28. Физические упражнения локального воздействия.
29. Написать комплекс упражнений с отягощением, равным весу собственного тела.
30. Статистические упражнения на основных гимнастических снарядах.
31. Написать комплекс упражнений на тренажерах.
32. Самоконтроль при занятиях гимнастическими упражнениями
33. Мотивация к занятиям избранным видом спорта.
34. Основные понятия здорового образа жизни.
35. Принципы здорового образа жизни.
36. Составляющие здорового образа жизни.

#### **Перечень практических навыков для текущего контроля по дисциплине:**

1. бег 100м, 500м (девушки), 1000м (юноши)
2. челночный бег 3х10м. (с.)
3. прыжок в длину с места (см),
4. поднимание туловища из положения, лежа на спине за 1мин (кол-во раз)
5. сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)
6. наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см)

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

Отметка «зачтено» обучающимся основной и подготовительной медицинских групп выставляется по результатам работы в семестре, сдаче контрольных нормативов. Процедура зачета как отдельное контрольное мероприятие не проводится, оценивание знаний обучающегося происходит по результатам текущего контроля.

Оценивание сформированности компетенции осуществляется на практических занятиях в ходе текущего контроля. При оценивании результатов обучения по дисциплине Элективные дисциплины по физической культуре и спорту учитывается:

- собеседование;
- сдача контрольных нормативов;
- демонстрация практических навыков.

### **8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

#### **8.1 Основная литература**

<b>Печатные издания</b>	<b>Электронные издания</b>
1. Основы здоровья и здорового образа жизни [Тест]: учеб. пособие / Л. Е. Деньгова, А.А. Марченко, Л. Д. Батищева, М. И.	1. Ерёмушкин, М. А. Двигательная активность и здоровье. От лечебной гимнастики до паркура [Электронный ресурс] / М. А. Ерёмушкин. – М. : Спорт, 2016. – 184с. – Режим доступа: <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990723979.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990723979.html</a>

<p>Евстигнеева. - Ставрополь: Изд-во СтГМУ, 2021. – 69 с.</p>	<p>2. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации [Электронный ресурс]: учеб. пособие / В.С. Макеева, В.В. Бойко. — Электрон. дан. — Москва: Советский спорт, 2014. — 152 с. — Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/51916">https://e.lanbook.com/book/51916</a>.</p> <p>3. Роуз, Л. Баскетбол чемпионов: основы [Электронный ресурс]: рук. – М.: Человек, 2014. – 272 с. – Режим доступа: <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906131225.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906131225.html</a></p> <p>4. Физическая культура [Электронный ресурс] / Виленский М.Я., Волков В.Ю., Волкова Л.М., Давиденко Д.Н. Масалова, О.Ю. Филимонова С.И., Щербаков В.Г., - М.: КНОРУС, 2016. - <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785406048191.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785406048191.html</a></p>
---	--

## 8.2 Дополнительная литература

Печатные издания	Электронные издания
<p>1. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения [Текст] : учеб. : для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности "Физическая культура" ; под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. – 7-е изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.</p>	<p>1. Витурин, В. Г. Силовая подготовка студентов в процессе высшего образования: учеб. пособие / В. Г. Витурин, М. И. Кабышева. – Оренбург: ОГУ, 2014. – 110с. – Режим доступа : <a href="http://www.knigafund.ru/books/182354">http://www.knigafund.ru/books/182354</a></p> <p>2. Родин, А. В. Баскетбол в университете. Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. В. Родин, Д. В. Губа. – М. : Советский спорт, 2009. – 168 с. – Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/4106">https://e.lanbook.com/book/4106</a></p> <p>3. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш; под общ. ред. Н.В. Третьяковой. - М.: Спорт, 2016. – 280с.- Режим доступа: <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839237.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839237.html</a></p> <p>4. Черепяхин, Д. А. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата средствами атлетической гимнастики: учебное пособие / Д. А. Черепяхин, А. А. Щанкин. – М. – Берлин: Директ-Медиа, 2015. – 92с. – Режим доступа: <a href="http://www.knigafund.ru/books/184702">http://www.knigafund.ru/books/184702</a></p> <p>5. Шулятьев, В. М. Коррекция фигуры студентов различными видами гимнастики в вузе [Электронный ресурс]: учеб. пособие / В. М. Шулятьев, О. В. Тимофеева. – М. : РУДН, 2012. – 315 с. – Режим доступа: <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785209036500.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785209036500.html</a></p>

## 9. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, ЭБС

1. <http://www.fizkult-ura.ru> ФизкультУРА – Информационный интернет-портал
2. <http://www.sportmedicine.ru> Спортивная медицина / Информационный интернет-портал
3. <http://www.bmsi.ru> Библиотека международной спортивной информации
4. [http://www.studentlibrary.ru/catalogue/switch\\_kit/x2016-025/-esf2k2z11-year-dec-page-2.html](http://www.studentlibrary.ru/catalogue/switch_kit/x2016-025/-esf2k2z11-year-dec-page-2.html) – ЭБС "КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА"

## 10. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

Среда Электронного обучения 3LK	Бесплатное
Русский MOODLE	Тех. Поддержка 359ЭТ 19.21.2022
Mind платформа для видеоконференций	№135/3К от 9.07.2021
1С:Университет Проф	№27 от 30.04.2014

### Установленное на ПК

Kaspersky endpoint security	№99/ЭТ от 21.06.2021
Архиватор ZIP	бесплатное
Adobe Acrobat reader	бесплатное
VLC медиаплеер	бесплатное
Astra Linux Common Edition релизОрёл	№92/ЭТ от 15.06.21

## 11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

### 11.1 Помещения для проведения учебных занятий

Помещения для проведения учебных занятий в университете, соответствующие действующим санитарно-гигиеническим, противопожарным правилам и нормам

### 11.2 Технические средства обучения

Для реализации дисциплины используются следующие технические средства:

- технические средства передачи учебной информации – проекционная аппаратура широкого назначения;
- технические средства контроля знаний - компьютерные программы в подсистеме MoodleLMS, применяющиеся для проведения текущего контроля знаний учащихся;
- спортивные тренажеры и инвентарь: баскетбольные, волейбольные, мячи, баскетбольные щиты, волейбольные сетки, набивные мячи, гимнастические палки, скакалки, обручи, степы, гимнастические коврики, секундомеры.

### 11.3 Помещения для самостоятельной работы

Помещения оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.