

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце: **МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

ФИО: Гаранин Максим Александрович **ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА**

Должность: Ректор **Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования**

Дата подписания: 01.09.2023 14:53:06

Уникальный программный ключ:

7708e3a47e66a8ee02711b298d7c78bd1e40bf88

# ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ) ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

## Элективные курсы по физической культуре и спорту Профессионально-прикладная физическая подготовка

### рабочая программа дисциплины (модуля)

Специальность 23.05.03 ПОДВИЖНОЙ СОСТАВ ЖЕЛЕЗНЫХ ДОРОГ

Направленность (профиль) Локомотивы

Квалификация **инженер путей сообщения**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Виды контроля в семестрах:

зачеты 1, 2, 3, 4, 5, 6

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр<br>(<Курс>. <Семестр<br>на курсе>) | 1 (1.1) |       | 2 (1.2) |       | 3 (2.1) |       | 4 (2.2) |       | 5 (3.1) |       | 6 (3.2) |       | Итого |       |
|--|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|-------|-------|
|  | УП      | РП    | УП      | РП    | УП      | РП    | УП      | РП    | УП      | РП    | УП      | РП    |       |       |
| Неделя                                     | 17 1/6  |       | 16 3/6  |       | 16      |       | 16      |       | 16 2/6  |       | 16 1/6  |       |       |       |
| Лекции                                     | 16      | 16    | 16      | 16    | 16      | 16    | 16      | 16    | 16      | 16    | 16      | 16    | 96    | 96    |
| Практические                               | 16      | 16    | 16      | 16    | 48      | 48    | 48      | 48    | 32      | 32    | 32      | 32    | 192   | 192   |
| Конт. ч. на аттест.                        | 0,25    | 0,25  | 0,25    | 0,25  | 0,25    | 0,25  | 0,25    | 0,25  | 0,25    | 0,25  | 0,25    | 0,25  | 1,5   | 1,5   |
| Итого ауд.                                 | 32      | 32    | 32      | 32    | 64      | 64    | 64      | 64    | 48      | 48    | 48      | 48    | 288   | 288   |
| Контактная работа                          | 32,25   | 32,25 | 32,25   | 32,25 | 64,25   | 64,25 | 64,25   | 64,25 | 48,25   | 48,25 | 48,25   | 48,25 | 289,5 | 289,5 |
| Сам. работа                                | 3,75    | 3,75  | 3,75    | 3,75  | 7,75    | 7,75  | 7,75    | 7,75  | 5,75    | 5,75  | 9,75    | 9,75  | 38,5  | 38,5  |
| Итого                                      | 36      | 36    | 36      | 36    | 72      | 72    | 72      | 72    | 54      | 54    | 58      | 58    | 328   | 328   |

Программу составил(и):

*к.п.н., доцент, Васельцова И.А.*

Рабочая программа дисциплины

**Элективные курсы по физической культуре и спорту Профессионально-прикладная физическая подготовка**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - специалитет по специальности 23.05.03  
Подвижной состав железных дорог (приказ Минобрнауки России от 27.03.2018 г. № 215)

составлена на основании учебного плана: 23.05.03-23-2-ПСЖДл.pli.plx

Специальность 23.05.03 ПОДВИЖНОЙ СОСТАВ ЖЕЛЕЗНЫХ ДОРОГ Направленность (профиль) Локомотивы

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Физическое воспитание и спорт**

Зав. кафедрой *к.п.н., доцент, Васельцова И.А.*

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

|     |   |
|-----|---|
| 1.1 | Основной целью освоения дисциплины для студента является: формирование физической культуры личности; достижение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, т.е. потребности и способности методически обоснованно и целенаправленно использовать средства физической культуры для обеспечения профессиональной психофизической надежности, что позволит выпускнику успешно работать в избранной сфере деятельности, а также обладать универсальными и специализированными компетенциями, необходимыми для самоутверждения, социальной мобильности и устойчивости на рынке труда. |
|-----|---|

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

|                   |            |
|-------------------|------------|
| Цикл (раздел) ОП: | Б1.В.18.01 |
|-------------------|------------|

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-7.3 Соблюдает нормы здорового образа жизни, поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

**В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен**

|            |  |
|------------|--|
| <b>3.1</b> | <b>Знать:</b>  |
| 3.1.1      | средства и методы физического воспитания, характеристики базовых видов спорта, формирующие показатели физической подготовленности.   |
| <b>3.2</b> | <b>Уметь:</b>  |
| 3.2.1      | выполнять изучаемые двигательные действия (физические упражнения и (или) комплексы физических упражнений) в соответствии с требованиями их практического применения и вариативно использовать их в зависимости от конкретных обстоятельств (готовности к повседневной и профессиональной деятельности) |
| 3.2.2      |  |
| 3.2.3      |  |
| <b>3.3</b> | <b>Владеть:</b>  |
| 3.3.1      | методиками применения средств физической культуры и отдельных видов спорта для организации занятий.  |

**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/  | Семестр / Курс | Часов | Примечание |
|-------------|--|----------------|-------|------------|
|             | <b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>   |                |       |            |
| 1.1         | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Личная гигиена и гигиенические основы на занятиях легкой атлетикой.<br>История развития легкой атлетики:<br>- зарождение и развитие в мире;<br>- развитие легкоатлетических видов спорта в СССР;<br>- современное развитие легкой атлетики в России и мире.<br>Виды спорта входящие в состав олимпийской программы по легкой атлетике<br>/Лек/ | 1              | 8     |            |
| 1.2         | Формирование общей выносливости<br>1) Медленный длительный бег при ЧСС 130 – 150 уд/мин.<br>2) Темповый кроссовый бег от 20 до 40 мин при ЧСС 160 – 180 уд/мин.<br>3) Фартлек («игра скоростей») от 30 мин до 60 при ЧСС 130 – 180 уд/мин. Равномерный произвольный бег, чередуемый по самочувствию занимающихся с ускорениями на отрезках произвольной длины, пробегаемых с различной скоростью<br>4) сдача контрольных нормативов.<br>/Пр/     | 1              | 8     |            |
| 1.3         | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Развитие профессионально значимых физических качеств (общей выносливости, скоростной выносливости, скоростно-силовой выносливости, быстроты) средствами легкой атлетики.<br>Изучение методики бега на короткие, средние и длинные дистанции.<br>Изучение методики бега с барьерами.<br>Изучение методики спортивной ходьбы. /Лек/              | 2              | 8     |            |

|      |   |   |   |  |
|------|---|---|---|--|
| 1.4  | Профессионально прикладная физическая подготовка:<br>используются легкоатлетические упражнения, имеющие большое прикладное значение, что определяет, во-первых, характерную направленность легкой атлетики, заключающуюся в использовании бега на короткие (для воспитания быстроты), средние (скоростная выносливость) и длинные дистанции (общая выносливость), прыжки из различных положений (скростно-силовая подготовленность).<br>Сдача контрольных нормативов<br>/Пр/  | 2 | 8 |  |
| 1.5  | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Основные информативные показатели для построения конкретных методик физкультурной оптимизации профессиональной деятельности.<br>Изучение методики метания (гранаты, копья, молота, толкание ядра).<br>Изучение методики прыжков (в длину, высоту).<br>/Лек/   | 3 | 8 |  |
| 1.6  | Развитие способности дозировать силовые напряжения:<br>1) Прыжки вверх, в длину, с места на заданное расстояние;<br>2) Броски набивных мячей на заданное расстояние;<br>3) Бег с сопротивлением (упражнения в парах);<br>4) выполнение упражнений на координацию движений рук и ног, прыжки через вертящуюся скакалку с ловлей и передачей мяча партнеру, подвижные игры типа «пятнашки», «мяч своему».<br>Сдача контрольных нормативов.<br>/Пр/  | 3 | 8 |  |
| 1.7  | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Правила проведения соревнований по видам спорта входящих в состав легкой атлетики. /Лек/  | 4 | 8 |  |
| 1.8  | Круговая тренировка; передвижение по кругу или квадрату с чередованием заранее обусловленных упражнений (ходьба - спортивная ходьба, бег окрестным шагом - обычный бег - прыжки «лягушка» - семенящий бег и т.п.); переменный бег по прямой, квадрату, диагоналям квадрата («трусцой» максимально быстро - медленно - средней интенсивности); челночный бег с переноской 2-3 предметов; прыжковые упражнения, упражнения на развитие мышц пресса, спины, верхнего плечевого пояса и др.<br>Сдача контрольных нормативов.<br>/Пр/                    | 4 | 8 |  |
| 1.9  | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Развитие профессионально значимых психофизических качеств (оперативного мышления, функций внимания и сенсомоторной реакции) средствами легкой атлетики.<br>/Лек/  | 5 | 8 |  |
| 1.10 | Формирование статической выносливости и устойчивости к гиподинамии:<br>1) кроссовая подготовка;<br>2) специальные динамические упражнения: метание веса от 0,5 до 10 кг; прыжки с преодолевающим воздействием: запрыгивание на тумбу и спрыгивание на пол; прыжки через гимнастическую скамейку на одной и двух ногах; запрыгивание (затем спрыгивание) на препятствие высотой до 50 см толчком голенистопопов, т.е. не сгибая ног в коленях. Сериями по 23-30 прыжков подряд; многоскоки; серийные прыжки с подтягиванием коленей к груди.<br>/Пр/ | 5 | 8 |  |
| 1.11 | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Развитие профессионально значимых физических качеств средствами легкой атлетики /Лек/   | 6 | 6 |  |

|   |   |   |      |  |
|---|---|---|------|--|
| 1.12  | Развитие концентрации внимания:<br>1) выполнение упражнений с обращением особого внимания на правильное исполнение одного из элементов;<br>бег с выполнением различных заданий по сигналу преподавателя;<br>2) упражнения на оперативное мышление: эстафеты с решением внезапно возникающих алгоритмических и эвристических задач (легкоатлетические эстафеты с общей зоной передачи, эстафеты с преодолением препятствий, ведением, переноской мячей).<br>3) Сдача контрольных нормативов.<br>/Пр/   | 6 | 4    |  |
| <b>Раздел 2. Спортивные игры (прикладные элементы волейбола, баскетбола, мини-футбола). Развитие скоростно-силовых качеств</b>    |   |   |      |  |
| 2.1   | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Потенциал игровых видов спорта в формировании профессионально значимых качеств специалистов транспортной отрасли.<br>Приемы оказания первой медицинской помощи при травмах.<br>История развития игры в волейбол:<br>- зарождение и развитие игры в мире;<br>- развитие волейбола в СССР;<br>- развитие российского волейбола<br>/Лек/   | 1 | 8    |  |
| 2.2   | Развитие скоростно-силовых качеств; быстроты реакции на движущийся объект, быстроты реакции выбора:<br>1) быстрота реакции – игровые упражнения; упражнения, способствующие сокращению времени сложных двигательных реакций, старты в движении (выполняются в основном по зрительному сигналу с максимальной быстротой реагирования; быстрота стартового разгона – упражнения длительностью до 3 с (15–20 м), выполняемые только с максимальной скоростью; быстрого торможения – скоростные эстафеты.<br>2) Сдача контрольных нормативов.<br>/Пр/ | 1 | 8    |  |
| <b>Раздел 3. Самостоятельная работа</b>   |   |   |      |  |
| 3.1   | Самостоятельное овладение методиками двигательных навыков в изучаемом виде спорта /Ср/  | 1 | 3,75 |  |
| <b>Раздел 4. Контактные часы на аттестацию в период ЭС</b>  |   |   |      |  |
| 4.1   | Зачет /КА/  | 1 | 0,25 |  |
| <b>Раздел 5. Спортивные игры (прикладные элементы волейбола, баскетбола, мини-футбола). Развитие координационных способностей</b> |   |   |      |  |
| 5.1   | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Инструктаж по технике безопасности.<br>Особенности динамики работоспособности специалистов, химические, биологические и физические факторы, обуславливающие профессиональные вредности.<br>/Лек/   | 2 | 8    |  |
| 5.2   | Развитие координационных способностей:<br>1) усложнение действий добавочными движениями и комбинирование их в непривычных сочетаниях; введение дополнительных объектов действия и сигнальных раздражителей, требующих срочной перемены действий; изменение пространственных границ, в которых выполняются упражнения; варьирование условий выполнения упражнения.<br>2) Сдача контрольных нормативов<br>/Пр/  | 2 | 8    |  |
| <b>Раздел 6. Самостоятельная работа</b>   |   |   |      |  |
| 6.1   | Самостоятельное овладение методиками двигательных навыков в изучаемом виде спорта /Ср/  | 2 | 3,75 |  |
| <b>Раздел 7. Контактные часы на аттестацию в период ЭС</b>  |   |   |      |  |
| 7.1   | Зачет /КА/  | 2 | 0,25 |  |
| <b>Раздел 8. Спортивные игры (прикладные элементы волейбола, баскетбола, мини-футбола). Комплексная программа 1</b>               |   |   |      |  |

|      |   |   |      |  |
|------|---|---|------|--|
| 8.1  | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Инструктаж по технике безопасности.<br>История возникновения и развития баскетбола. Основы сведения о баскетболе.<br>Организация и проведение соревнований. Правила соревнований по баскетболу.<br>Оборудование мест для занятий баскетболом: инвентарь и уход за ним.<br>Профилактические программы формирования устойчивости организма к воздействиям неблагоприятных факторов производственной среды.<br>/Лек/  | 3 | 8    |  |
| 8.2  | Комплексная программа тренировочных воздействий на профессионально важные функции студентов железнодорожного вуза:<br>1) Упражнения в форме упрощенной игры. Подвижные игры, эстафеты, двухсторонняя игра.<br>2) Профессионально-прикладная физическая подготовка: виды физических упражнений, несущие более выраженный прикладной эффект в формировании точности движения рук, переключения и распределения внимания, организаторских, коммуникативных способностей, психологической устойчивости.<br>3) Сдача контрольных нормативов.<br>/Пр/   | 3 | 40   |  |
|      | <b>Раздел 9. Самостоятельная работа</b>   |   |      |  |
| 9.1  | Самостоятельное овладение методиками двигательных навыков в изучаемом виде спорта /Ср/  | 3 | 7,75 |  |
|      | <b>Раздел 10. Контактные часы на аттестацию в период ЭС</b>   |   |      |  |
| 10.1 | Зачет /КА/  | 3 | 0,25 |  |
|      | <b>Раздел 11. Спортивные игры (прикладные элементы волейбола, баскетбола, мини-футбола) Комплексная программа 2</b>   |   |      |  |
| 11.1 | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>инструктаж по технике безопасности.<br>Контроль изменений в мышечно-двигательных ощущениях и психомоторике, изменений в моторной памяти.<br>История возникновения и развития мини-футбола.<br>Правила, организация и проведение соревнований по мини-футболу. /Лек/  | 4 | 8    |  |
| 11.2 | Комплексная программа тренировочных воздействий на профессионально важные функции студентов железнодорожного вуза:<br>1) развитие специальной выносливости: игровой метод: а) игра, разделенная на 6 таймов по 15 мин.; после первого тайма игроки отдыхают 5 мин., после второго — снова пять, после третьего — пятнадцать, после четвертого и пятого — по пять, а затем интервалы отдыха сокращают (кроме интервала между третьим и четвертым таймами, он стабилен – 10–15 мин.); б) игровые упражнения с мячом (2х2; 3х3; 4х4 и т. п.).<br>2) развитие качеств внимания (объем, концентрация переключение), организаторских, коммуникативных способностей, психологической устойчивости.<br>б. Сдача контрольных нормативов.<br>/Пр/ | 4 | 40   |  |
|      | <b>Раздел 12. Самостоятельная работа</b>  |   |      |  |
| 12.1 | Самостоятельное овладение методиками двигательных навыков в изучаемом виде спорта /Ср/  | 4 | 7,75 |  |
|      | <b>Раздел 13. Контактные часы на аттестацию в период ЭС</b>   |   |      |  |
| 13.1 | Зачет /КА/  | 4 | 0,25 |  |
|      | <b>Раздел 14. Атлетическая гимнастика. Развитие силовых способностей</b>  |   |      |  |

|      |  |   |      |  |
|------|--|---|------|--|
| 14.1 | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>инструктаж по технике безопасности.<br>Введение в курс атлетической гимнастики (основы техники выполнения упражнений, подбор тренировочного веса). Методика применения силовых упражнений, направленная на одновременное увеличение силы и мышечной массы.<br>Введение в курс атлетической гимнастики (основы техники выполнения упражнений, подбор тренировочного веса). Методика применения силовых упражнений, направленная на одновременное увеличение силы и мышечной массы.<br>/Лек/  | 5 | 8    |  |
| 14.2 | Создание необходимой базы для дальнейшего роста мышечной массы и силовых показателей:<br>1) базовые упражнения (60–75 %), дополняемые изолирующими упражнениями (25–40 %). В течение семестра выполняются три комплекса упражнений, которые чередуются (Комплекс 1 (ноги-плечи); Комплекс 2 (грудь-бицепс); Комплекс 3 (спина-трицепс).<br>2) сдача контрольных нормативов.<br>/Пр/  | 5 | 24   |  |
|      | <b>Раздел 15. Самостоятельная работа</b>   |   |      |  |
| 15.1 | Самостоятельное овладение методиками двигательных навыков в изучаемом виде спорта /Ср/   | 5 | 5,75 |  |
|      | <b>Раздел 16. Контактные часы на аттестацию в период ЭС</b>  |   |      |  |
| 16.1 | Зачет /КА/   | 5 | 0,25 |  |
|      | <b>Раздел 17. Атлетическая гимнастика. Проектирование и освоение комплексов упражнений с учетом особенностей профессиональной деятельности</b>   |   |      |  |
| 17.1 | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Основы методики тренировки в атлетической гимнастике (метод статических и динамических усилий, предельных и около предельных отягощений, сплит-тренировка, круговая тренировка).<br>Основы методики тренировки в атлетической гимнастике.<br>Проведение соревнований по пауэрлифтингу. /Лек/   | 6 | 10   |  |
| 17.2 | Проектирование и освоение комплексов упражнений с учетом особенностей профессиональной деятельности, типов телосложений и личных предпочтений студентов в направленности занятий:<br>1) Для каждого типа телосложения предлагается 2 примерных комплекса упражнений, которые адаптируются в соответствии с целевыми установками обучающихся: Эктоморф (комплекс 1 (ноги-грудь-плечи), комплекс 2 (спина-бицепс-трицепс); Мезоморф (комплекс 1 (ноги-грудь-плечи); комплекс 2 (спина-бицепс-трицепс); Эндоморф (комплекс 1 (ноги-грудь-плечи), комплекс 2 (спина-бицепс-трицепс).<br>2) Сдача контрольных нормативов.<br>/Пр/ | 6 | 28   |  |
|      | <b>Раздел 18. Самостоятельная работа</b>   |   |      |  |
| 18.1 | Самостоятельное овладение методиками двигательных навыков в изучаемом виде спорта /Ср/   | 6 | 9,75 |  |
|      | <b>Раздел 19. Контактные часы на аттестацию в период ЭС</b>  |   |      |  |
| 19.1 | Зачет /КА/   | 6 | 0,25 |  |

### 5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся приведены в приложении к рабочей программе дисциплины.

Формы и виды текущего контроля по дисциплине (модулю), виды заданий, критерии их оценивания, распределение баллов по видам текущего контроля разрабатываются преподавателем дисциплины с учетом ее специфики и доводятся до сведения обучающихся на первом учебном занятии.

Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателем дисциплины (модуля), как правило, с использованием ЭИОС или путем проверки письменных работ, предусмотренных рабочими программами дисциплин в рамках контактной работы и самостоятельной работы обучающихся. Для фиксирования результатов текущего контроля может использоваться ЭИОС.

| <b>6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>  |   |  |                           |   |
|---|---|--|---------------------------|---|
| <b>6.1. Рекомендуемая литература</b>  |   |  |                           |   |
| <b>6.1.1. Основная литература</b>   |   |  |                           |   |
|   | Авторы, составители   | Заглавие   | Издательство, год         | Эл. адрес   |
| Л1.1  | Письменский И. А.,<br>Аллянов Ю. Н.   | Физическая культура: Учебник для вузов               | Москва:<br>Юрайт,<br>2020 | <a href="https://urait.ru/bcode/450">https://urait.ru/bcode/450</a> |
| <b>6.1.2. Дополнительная литература</b>   |   |  |                           |   |
|   | Авторы, составители   | Заглавие   | Издательство, год         | Эл. адрес   |
| Л2.1  | Стриханов М. Н.,<br>Савинков В. И.  | Физическая культура и спорт в вузах: Учебное пособие | Москва:<br>Юрайт,<br>2020 | <a href="https://urait.ru/bcode/454">https://urait.ru/bcode/454</a> |
| <b>6.2 Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)</b> |   |  |                           |   |
| <b>6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения</b>                             |   |  |                           |   |
| 6.2.1.1   | Microsoft Office 2010   |  |                           |   |
| 6.2.1.2   | Microsoft Office 2013   |  |                           |   |
| 6.2.1.3   |   |  |                           |   |
| <b>6.2.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем</b>                                  |   |  |                           |   |
| 6.2.2.1   | Профессиональные базы данных:   |  |                           |   |
| 6.2.2.2   | База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ -  |  |                           |   |
| 6.2.2.3   | <a href="https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/">https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/</a>   |  |                           |   |
| 6.2.2.4   | Всероссийский физкультурно-оздоровительный комплекс ГТО: <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>  |  |                           |   |
| 6.2.2.5   | Информационные справочные системы:  |  |                           |   |
| 6.2.2.6   | Информационно-правовой портал Гарант <a href="http://www.garant.ru">http://www.garant.ru</a>  |  |                           |   |
| 6.2.2.7   | Информационно справочная система Консультант плюс <a href="http://www.consultant.ru">http://www.consultant.ru</a>   |  |                           |   |
| <b>7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>   |   |  |                           |   |
| 7.1   | 1. Спортивный зал корпус №5 №5215.  |  |                           |   |
| 7.2   | 2. Спортивная площадка  |  |                           |   |
| 7.3   | 3. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, укомплектованные специализированной мебелью и техническими средствами обучения: мультимедийное оборудование для предоставления учебной информации большой аудитории и/или звукоусиливающее оборудование (стационарное или переносное).                                |  |                           |   |
| 7.4   | 4. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные специализированной мебелью и техническими средствами обучения: мультимедийное оборудование и/или звукоусиливающее оборудование (стационарное или переносное) |  |                           |   |
| 7.5   | 5. Помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.   |  |                           |   |