

## **ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ) ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

### **Элективные курсы по физической культуре и спорту Специальная медицинская группа (для обучающихся с существенными ограничениями уровня двигательной активности) рабочая программа дисциплины (модуля)**

Специальность 23.05.03 ПОДВИЖНОЙ СОСТАВ ЖЕЛЕЗНЫХ ДОРОГ

Специализация Грузовые вагоны

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>( <b>&lt;Курс&gt;.&lt;Семестр на<br/>курсе&gt;</b> ) | <b>1 (1.1)</b> |       | <b>2 (1.2)</b> |       | <b>3 (2.1)</b> |       | <b>4 (2.2)</b> |       | <b>5 (3.1)</b> |       | <b>6 (3.2)</b> |       | Итого |       |
|-----------------------------------------------------------------|----------------|-------|----------------|-------|----------------|-------|----------------|-------|----------------|-------|----------------|-------|-------|-------|
| Неделя                                                          | 16,3           |       | 16,5           |       | 16,7           |       | 16             |       | 16             |       | 16,3           |       |       |       |
| Вид занятий                                                     | УП             | РП    | УП             | РП    | УП             | РП    | УП             | РП    | УП             | РП    | УП             | РП    | УП    | РП    |
| Практические                                                    | 16             | 16    | 16             | 16    | 32             | 32    | 32             | 32    | 32             | 32    | 32             | 32    | 160   | 160   |
| Конт. ч. на аттест.                                             | 0,15           | 0,15  | 0,15           | 0,15  | 0,15           | 0,15  | 0,15           | 0,15  | 0,15           | 0,15  | 0,15           | 0,15  | 0,9   | 0,9   |
| Итого ауд.                                                      | 16             | 16    | 16             | 16    | 32             | 32    | 32             | 32    | 32             | 32    | 32             | 32    | 160   | 160   |
| Контактная работа                                               | 16,15          | 16,15 | 16,15          | 16,15 | 32,15          | 32,15 | 32,15          | 32,15 | 32,15          | 32,15 | 32,15          | 32,15 | 160,9 | 160,9 |
| Сам. работа                                                     | 19,85          | 19,85 | 19,85          | 19,85 | 39,85          | 39,85 | 39,85          | 39,85 | 21,85          | 21,85 | 25,85          | 25,85 | 167,1 | 167,1 |
| 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 Специальная медицинская группа (для обучающихся с существенными ограничениями уровня двигательной активности)**

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: 23.05.03-25-1-ПСЖДгв.pli.plx

Специальность 23.05.03 ПОДВИЖНОЙ СОСТАВ ЖЕЛЕЗНЫХ ДОРОГ Направленность (профиль) Грузовые вагоны

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, т.е. потребности и способности методически обоснованно и целенаправленно использовать средства физической культуры для коррекции имеющихся отклонений в состоянии здоровья, реабилитации двигательных функций организма, формирования устойчивой мотивации к здоровому образу жизни. |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

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

|                   |            |
|-------------------|------------|
| Цикл (раздел) ОП: | Б1.В.16.01 |
|-------------------|------------|

**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 Знать:</b>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 3.1.1               | средства и методы физического воспитания, характеристики базовых видов спорта, формирующие показатели физической подготовленности.                                                                                                                                                                      |
| <b>3.2 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). |
| <b>3.3 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. Дыхательная гимнастика</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                |       |            |
| 1.1         | Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Задачи оздоровительной физической культуры (ОФК).<br>Теоретические сведения (вводная часть занятия): влияние положений тела на работу органов дыхания.<br>Практика:<br>Обучение техники выполнения дыхательных упражнений:<br>1) диафрагмальное (брюшное) дыхание<br>2) грудное дыхание<br>3) полное дыхание<br>4) статические дыхательные упражнения с дозированным сопротивлением (отягощением).<br>/Пр/                                                                                            | 1              | 8     |            |
| 1.2         | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Практика:<br>Звуковая гимнастика (специальные упражнения, заключающиеся в произнесении определенных звуков и их сочетаний, при этом вибрация голосовых связок передается на гладкую мускулатуру бронхов, расслабляя их. Максимальная сила вибрации при произнесении – П, Т, К, Ф, С<br>Средняя сила – Б, Д, В, З<br>Наименьшая сила – М, Н, Л, Р).<br>Общеразвивающие упражнения, специальные упражнения для улучшения вентиляции лёгких, бронхов. | 2              | 8     |            |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |   |       |  |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------|--|
| 1.3 | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Медико-теоретические сведения: развитие гибкости (активная, пассивная гибкость).<br>Практика:<br>Обучение комплексу упражнений на гибкость и растягивание в парах.<br>Совершенствование силовых упражнений на фитнес-мячах. Развитие гибкости. Ознакомление с игрой «Дартс».<br>Инструкторская практика по ЛФК.<br>/Пр/ | 3 | 8     |  |
| 1.4 | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Специальные упражнения при остеохондрозе шейного и поясничного отделов позвоночника.<br>Применение вспомогательных средств на занятиях. /Пр/                                                                                                                                                                            | 4 | 8     |  |
| 1.5 | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Практика:<br>Комплекс упражнений в положении лежа для укрепления мышц спины.<br>Комплекс упражнений в положении лежа для укрепления мышц живота.<br>/Пр/                                                                                                                                                                | 5 | 16    |  |
| 1.6 | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Практика:<br>Совершенствование техники ОРУ, силовых упражнений. Обучение упражнениям на расслабление, основным качествам растяжки. Обучение упражнениям на растягивание мышц у опоры. Инструкторская практика по ЛФК<br>/Пр/                                                                                            | 6 | 16    |  |
|     | <b>Раздел 2. Раздел 1. Координационные способности</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |       |  |
| 2.1 | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Комплекс упражнений для выработки устойчивости к утомлению.<br>Комплекс упражнений на координацию движений.<br>/Пр/                                                                                                                                                                                                     | 1 | 8     |  |
|     | <b>Раздел 3. Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |   |       |  |
| 3.1 | Самостоятельное овладение методиками двигательных навыков /Ср/                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 1 | 19,85 |  |
|     | <b>Раздел 4. Контактные часы на аттестацию</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   |       |  |
| 4.1 | Зачет /КА/                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 1 | 0,15  |  |
|     | <b>Раздел 5. Раздел 2. Координационные способности</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |       |  |
| 5.1 | Теоретические сведения (вводная часть занятия):<br>Вводный инструктаж по технике безопасности.<br>Развивающие координационные упражнения подобраны с учетом различных спортивных игр (а) стоя на месте в парах; б) в парах, но с постепенным увеличением расстояния между партнерами; в) в мишень на стенде; и др.)<br>/Пр/                                                                                               | 2 | 8     |  |
|     | <b>Раздел 6. Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |   |       |  |
| 6.1 | Самостоятельное овладение методиками двигательных навыков /Ср/                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2 | 19,85 |  |
|     | <b>Раздел 7. Контактные часы на аттестацию</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |   |       |  |
| 7.1 | Зачет /КА/                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2 | 0,15  |  |
|     | <b>Раздел 8. Раздел 3. Гимнастика</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |       |  |

|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |       |  |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------|--|
| 8.1  | Теоретические сведения: Основы рационального и сбалансированного питания (соотношение белков, жиров и углеводов), соблюдение питьевого режима.<br>Гигиена при занятиях гимнастикой<br>Медико-теоретические сведения<br>Методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые при занятиях физической культурой и спортом (релаксационная тренировка).<br>Практика:<br>Выполнение ОРУ. Дыхательные упражнения. Комплексы упражнений на осанку, координацию, внимание, гибкость. Гимнастика для глаз.<br>/Пр/ | 3 | 12    |  |
| 8.2  | Медико-теоретические сведения<br>Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности.<br>Практика: Обучение технике упражнений на укрепление брюшного пресса, мышц спины на фитнес-мячах.<br>/Пр/                                                                                                                                                                                                                            | 3 | 12    |  |
|      | <b>Раздел 9. Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |   |       |  |
| 9.1  | Самостоятельное овладение методиками двигательных навыков /Ср/                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 3 | 39,85 |  |
|      | <b>Раздел 10. Контактные часы на аттестацию</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |       |  |
| 10.1 | Зачет /КА/                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 3 | 0,15  |  |
|      | <b>Раздел 11. Раздел 4. Гимнастика</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |   |       |  |
| 11.1 | Теоретические сведения: Основы рационального и сбалансированного питания. Гигиена при занятиях гимнастикой<br>Упражнения, отягощенные весом собственного тела (висы, отжимания, удержание равновесия). Упражнения с использованием тренажерных устройств. Статические упражнения в изометрическом режиме.<br>/Пр/                                                                                                                                                                                                     | 4 | 24    |  |
|      | <b>Раздел 12. Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |       |  |
| 12.1 | Самостоятельное овладение методиками двигательных навыков /Ср/                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 4 | 39,85 |  |
|      | <b>Раздел 13. Контактные часы на аттестацию</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |       |  |
| 13.1 | Зачет /КА/                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 4 | 0,15  |  |
|      | <b>Раздел 14. Раздел 5. Профессионально-прикладная физическая подготовка атлетическая гимнастика</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |   |       |  |
| 14.1 | Профессиографический анализ деятельности специалистов транспортной отрасли (формы, виды труда, динамика работоспособности, профессионально обусловленные заболевания).<br>Комплексы физических упражнений, несущие более выраженный прикладной эффект в формировании точности движения рук, переключения и распределения внимания, организаторских, коммуникативных способностей, психологической устойчивости<br>/Пр/                                                                                                | 5 | 16    |  |
|      | <b>Раздел 15. Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |       |  |
| 15.1 | Самостоятельное овладение методиками двигательных навыков /Ср/                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 5 | 21,85 |  |
|      | <b>Раздел 16. Контактные часы на аттестацию</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |       |  |
| 16.1 | Зачет /КА/                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 5 | 0,15  |  |
|      | <b>Раздел 17. Раздел 6. Профессионально-прикладная физическая подготовка</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |   |       |  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                      |                           |                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| 17.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Теоретические сведения<br>Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях физической культурой (групповое, самостоятельное)<br>Выполнение тренировочных заданий и проблемных вопросов заданий.<br>Инструкторская практика по ЛФК (проведение комплекса общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятия).<br>В качестве внешних экспертов на занятиях основной группы: анализ предлагаемых проблемных ситуаций, фрагментов игры.<br>/Пр/ | 6                                                    | 16                        |                                                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Раздел 18. Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                      |                           |                                                                           |
| 18.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Самостоятельное овладение методиками двигательных навыков /Ср/                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 6                                                    | 25,85                     |                                                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Раздел 19. Контактные часы на аттестацию</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                      |                           |                                                                           |
| 19.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Зачет /КА/                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 6                                                    | 0,15                      |                                                                           |
| <b>5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                      |                           |                                                                           |
| Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся приведены в приложении к рабочей программе дисциплины.<br>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.<br>Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателем дисциплины (модуля) 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/450258">https://urait.ru/bcode/450258</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/454861">https://urait.ru/bcode/454861</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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                      |                           |                                                                           |
| <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.                                                                                                                       |