

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ВОЛЖСКИЙ ИНСТИТУТ ЭКОНОМИКИ, ПЕДАГОГИКИ И ПРАВА»

Волжский социально-педагогический колледж

**Рабочая программа дисциплины**

**«Физическая культура»**  
(ред. от 23.05.2023)

Специальность:  
**38.02.07 Банковское дело**

Уровень образования:  
**среднее профессиональное образование**

Квалификация выпускника:  
Специалист банковского дела

Волжский, 2022 г.

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.07 Банковское дело, утвержденного Приказом Минобрнауки России от 05.02.2018 N 67.

Составитель рабочей программы дисциплины:  
Черникова И.А., преподаватель физической культуры

## **Структура рабочей программы дисциплины**

- 1 Общая характеристика рабочей программы дисциплины
- 2 Объем, структура и содержание дисциплины
- 3 Условия реализации рабочей программы дисциплины

## 1 Общая характеристика рабочей программы дисциплины

### 1.1 Область применения рабочей программы дисциплины

Рабочая программа дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 38.02.07 Банковское дело.

### 1.2 Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины - овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья, основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.

### 1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура» - дисциплина учебного цикла «Общий гуманитарный и социально-экономический цикл» структуры программы подготовки специалистов среднего звена.

Освоение дисциплины «Физическая культура» предполагает наличие у обучающихся знаний и умений по общеобразовательной дисциплине: «Физическая культура».

Знания концептуальных основ «Физическая культура» являются базовыми для изучения дисциплины: «Безопасность жизнедеятельности».

### 1.4 Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Перечень компетенций	В результате освоения дисциплины обучающийся должен	
	знать	уметь
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.	<ul style="list-style-type: none"><li>– содержание актуальной нормативно-правовой документации;</li><li>– современную научную и профессиональную терминологию;</li><li>– возможные траектории профессионального развития и самообразования</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>– определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности;</li><li>– применять современную научную профессиональную терминологию;</li><li>– определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования</li></ul>
ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	<ul style="list-style-type: none"><li>– психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности;</li><li>– основы проектной деятельности</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>– организовывать работу коллектива и команды;</li><li>– взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности</li></ul>
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания	<ul style="list-style-type: none"><li>– роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li><li>– основы здорового образа жизни;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и</li></ul>

Перечень компетенций	В результате освоения дисциплины обучающийся должен	
	знать	уметь
необходимого уровня физической подготовленности	<ul style="list-style-type: none"> <li>– условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;</li> <li>– средства профилактики перенапряжения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</li> <li>– пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности</li> </ul>

## **2 Объем, структура и содержание дисциплины «Физическая культура»**

**Объем дисциплины** составляет 160 академических часов.

**Очная форма обучения**

**Объем обязательных аудиторных занятий** – 136 часов, в том числе по видам учебной деятельности:

практические занятия – 136 часов.

В объем учебной деятельности обучающихся по дисциплине включается: самостоятельная работа – 24 часа, индивидуальные и групповые консультации.

**Промежуточная аттестация** – зачет.

## Структура и содержание дисциплины «Физическая культура»

### Очная форма обучения

Раздел, тема дисциплины	Содержание дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)		Уровень освоения	
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме		по дуальному обучению
Первый год обучения Осенний семестр					
Раздел 1 Основы теории физической культуры		4			
Тема 1.1 Основы физического и спортивного самосовершенствования	Практические занятия:	2			1,2
	1 Средства и методы развития быстроты, силы, выносливости, ловкости и гибкости. Комплексное развитие физических качеств.	2			
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение типовых заданий	2			
Раздел 2 Легкая атлетика		20			
Тема 2.1 Бег на короткие дистанции	Практические занятия:	6			2,3
	1 Совершенствование техники бега на 30м. с хода, бега на 30,60 м. высокого и низкого старта.	4			
	2 Совершенствование техники эстафетного бега, способы передачи эстафетной палочки. Эстафетный бег 4x100.	2			
Тема 2.2 Прыжок в длину с места, с разбега	Практические занятия:	4			2,3
	1 Совершенствование техники прыжка в длину с места, многоскоков. Развитие скоростно - силовых качеств.	2			
	2 Совершенствование техники разбега в сочетании с отталкиванием, полета в шаге, приземления прыжка в длину с разбега.	2			
Тема 2.3 Бег на средние и длинные дистанции	Практические занятия:	6			2,3
	1 Совершенствование техники бега на 100,200,400 м., с высокого и низкого старта. Развитие специальной и общей выносливости	4			

	2 Тактика равномерного бега по дистанции 2000м (девушки), 3000м (юноши).	2			
Тема 2.4 Метание в цель и дальность	Практические занятия:	4			2,3
	1 Совершенствование техники метания малого мяча на дальность с 4-х бросковых шагов.	2			
	2 Совершенствование техники метания гранаты 550г (дев.) и 700г (юн.) с места, с разбега в 6-8 шагов.	2			
Раздел 3 Гимнастика		4			
Тема 3.1 Общеразвивающие упражнения	Практические занятия	4			2,3
	1 Раздельный способ проведения общеразвивающих упражнений с группой студентов.	2			
	2 Упражнения с гантелями, набивным мячом, обручем (дев.), упражнения в паре с партнером.	2			
Раздел 4 Спортивные игры. Волейбол		30	18		
Тема 4.1 Стойки и перемещения волейболиста. Прием и передача мяча сверху двумя руками	Практические занятия	8	4		2,3
	1 Совершенствование техники стоек волейболиста, техники перемещений, техники выпадов в различных направлениях. Игровые задания.	2			
	2 Совершенствование техники верхней передачи мяча двумя руками: над собой, в парах, в стену. Учебная игра	2	2		
	3 Прием и передача мяча сверху двумя руками над собой, в парах, в колоннах, через сетку. Игровые задания.	4	2		
Тема 4.2 Прием и передача мяча снизу двумя руками	Практические занятия	6	6		2,3
	1 Совершенствование техники специальных и подводящих упражнений для овладения техникой приема и передачи мяча снизу двумя руками.	2	2		
	2 Совершенствование техники приема мяча снизу одной рукой. Учебная игра по упрощенным правилам. Игровые задания.	2	2		
	3 Прием и передача мяча снизу двумя руками, в парах, в колоннах, через сетку. Игровые задания.	2	2		
Тема 4.3 Поддача мяча	Практические занятия	8	4		2,3
	1 Совершенствование техники нижней и верхней поддачи				

	мяча через сетку. Игровые задания. Учебная игра.	4	2		
	2 Совершенствование техники приёма мяча снизу двумя руками после подачи. Игра по упрощенным правилам.	4	2		
Тема 4.4 Нападающий удар. Тактика игры в нападении	Практические занятия	2	2		2,3
	1 Обучение технике нападающего удара. Тактика игры в нападении. Учебная игра.	2	2		
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение типовых заданий	2			
Тема 4.5 Одиночное и групповое блокирование Тактика игры в защите	Практические занятия	2	2		2,3
	1 Обучение технике одиночного и группового блокирования. Тактика игры в защите. Учебная игра.	2	2		
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение типовых заданий	2			
Итого за семестр		58	18		
Первый год обучения Весенний семестр					
Раздел 5 Основы теории физической культуры		2			
Тема 5.1 Профессионально-прикладная физическая подготовка	Практические занятия:	2			1,2
	1 Средства, методы и методика направленного формирования профессионально значимых двигательных умений и навыков.	2			
Раздел 6 Спортивные игры. Баскетбол		20	10		
Тема 6.1 Передвижения и остановки. Ловля и передача мяча	Практические занятия	2	2		2,3
	1 Совершенствование техники передвижений в стойке баскетболиста; техники передачи и ловле мяча двумя, одной руками.	2	2		
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение типовых заданий	2			
Тема 6.2 Ведение мяча	Практические занятия	6	4		2,3
	1 Совершенствование техники ведения мяча правой и левой рукой: на месте, шагом, бегом, с изменением высоты отскока, с сопротивлением партнера.	2	2		
	2 Сочетание приемов: ведение мяча, остановка, поворот и				

	передача мяча; ведение 2 шага - передача мяча.	4	2		
Тема 6.3 Броски мяча в корзину	Практические занятия:	6	4		2,3
	1 Совершенствование в технике бросков мяча в корзину с различных дистанций одной, двумя руками; штрафные броски.	2	2		
	2 Совершенствование техники ведения мяча – 2 шага – броска мяча в корзину.	4	2		
Тема 6.4 Тактика защиты и нападения	Практические занятия:	2	2		2,3
	1 Индивидуальные и коллективные действия в нападении и в защите. Тактика игры. Учебная игра	2	2		
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение типовых заданий	2			
Раздел 7 Гимнастика		8			
Тема 7.1 Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний	Практические занятия	2			2,3
	1 Упражнения для коррекции нарушений осанки, висы и упоры, упражнения у гимнастической стенки.	2			
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение типовых заданий	2			
Тема 7.2 Упражнения атлетической гимнастики	Практические занятия:	4			2,3
	1 Упражнения с экспандерами, амортизаторами из резины, гантелями, гирей, на тренажерах.	2			
	2 Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп.	2			
Раздел 8 Легкая атлетика		16			
Тема 8.1 Бег на короткие дистанции	Практические занятия:	4			2,3
	1 Совершенствование техники бега на 30 м. с хода, бега на 30,60 м. с высокого и низкого старта.	2			
	2 Совершенствование техники эстафетного бега, способы передачи эстафетной палочки. Эстафетный бег 4x100.	2			
Тема 8.2 Прыжок в длину с места, с разбега	Практические занятия	4			2,3
	1 Совершенствование техники прыжка в длину с места, техники разбега в сочетании с отталкиванием, полета в шаге, приземления.	2			

	2 Прыжок в длину с пяти, семи беговых шагов и полного разбега. Развитие скоростно - силовых качеств.	2			
Тема 8.3 Бег на средние и длинные дистанции	Практические занятия:	4			2,3
	1 Совершенствование техники бега на 100,200,400 м. с высокого и низкого старта. Развитие специальной и общей выносливости.	2			
	2 Тактика равномерного бега по дистанции 2000м (девушки), 3000м (юноши).	2			
Тема 8.4 Метание в цель и дальность	Практические занятия:	4			2,3
	Совершенствование техники метания малого мяча на дальность с 4-х бросковых шагов.	2			
	Совершенствование техники метания гранаты 550г (дев.) и 700г (юн.) с места, с разбега в 6-8 шагов.	2			
Итого за семестр		46	10		
Второй год обучения Осенний семестр					
Раздел 9 Основы теории физической культуры		4			
Тема 9.1 Основы физического и спортивного самосовершенствования	Практические занятия:	2			2,3
	1 Средства и методы развития быстроты, силы, выносливости, ловкости и гибкости. Комплексное развитие физических качеств.	2			
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение типовых заданий	2			
Раздел 10 Легкая атлетика		8			
Тема 10.1 Бег на короткие дистанции	Практические занятия:	2			2,3
	1 Совершенствование техники бега на 30м. с хода, бега на 30,60м. с высокого и низкого старта. Эстафетный бег 4x100.	2			
Тема 10.2 Прыжок в длину с места, с разбега	Практические занятия:	2			2,3
	1 Совершенствование техники прыжка в длину с места, многоскоки. Развитие скоростно - силовых качеств	2			
Тема 10.3 Бег на средние и длинные дистанции	Практические занятия:	2			2,3
	1 Совершенствование техники бега на 200,400,500 м. Развитие специальной и общей выносливости	2			

Тема 10.4 Метание в цель и дальность	Практические занятия:	2			2,3
	1 Совершенствование техники метания малого мяча на дальность с 4-х бросковых шагов, с разбега в 6-8 шагов.	2			
Раздел 11 Гимнастика		2			
Тема 11.1 Общеразвивающие упражнения	Практические занятия	2			2,3
	1 Упражнения с гантелями, набивным мячом, обручем (дев.), упражнения в паре с партнером. ОРУ в форме ритмической гимнастики	2			
Раздел 12 Спортивные игры. Волейбол		16	12		
Тема 12.1 Стойки и перемещения волейболиста. Прием и передача мяча сверху двумя руками	Практические занятия	2	2		2,3
	1 Совершенствование техники стоек волейболиста, техники приема и передачи мяча сверху двумя руками. Игровые задания. Учебная игра	2	2		
Тема 12.2 Прием и передача мяча снизу двумя руками	Практические занятия	2	2		2,3
	1 Совершенствование техники приема и передачи мяча снизу двумя руками. Учебная игра по упрощенным правилам. Игровые задания	2	2		
Тема 12.3 Подача мяча	Практические занятия	4	4		2,3
	1 Совершенствование техники верхней прямой подачи мяча, техники приёма мяча снизу двумя руками после подачи. Игра по упрощенным правилам.	2	2		
	2 Совершенствование техники нижней прямой подачи мяча, техники приёма мяча снизу двумя руками после подачи. Игра по упрощенным правилам.	2	2		
Тема 12.4 Нападающий удар. Тактика игры в нападении	Практические занятия	2	2		2,3
	1 Совершенствование техники нападающего удара; тактика игры в нападении. Учебная игра.	2	2		
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение типовых заданий	2			
Тема 12.5 Одиночное и групповое блокирование Тактика игры в защите	Практические занятия	2	2		
	1 Совершенствование техники одиночного и группового блокирования; тактика игры в защите. Учебная игра	2	2		

	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение типовых заданий	2			
Итого за семестр		30	12		
Второй год обучения Весенний семестр					
Раздел 13 Основы теории физической культуры		2			
Тема 13.1 Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	Практические занятия:	2			1,2
	1 Физическая культура в структуре профессионального образования: ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре.	2			
Раздел 14 Спортивные игры. Баскетбол		12	8		
Тема 14.1 Передвижения и остановки. Ловля и передача мяча	Практические занятия	2	2		2,3
	1 Совершенствование техники передвижений в стойке баскетболиста; техники ловле и передачи мяча двумя, одной руками на месте, в движении, в прыжке.	2	2		
Тема 14.2 Ведение мяча	Практические занятия	2	2		2,3
	1 Совершенствование техники ведения мяча правой и левой рукой, с изменением направления, высоты отскока, с обводкой препятствий, с сопротивлением партнера.	2	2		
Тема 14.3 Броски мяча в корзину	Практические занятия:	2	2		2,3
	1 Совершенствование в технике бросков мяча в корзину; техники ведения мяча – 2 шага – броска мяча в корзину	2	2		
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение типовых заданий	2			
Тема 14.4 Техника защиты	Практические занятия:	2	2		2,3
	1 Техника защиты и нападения: коллективные и индивидуальные действия в защите и в нападении. Учебная игра.	2	2		
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение типовых заданий	2			
Раздел 15 Гимнастика		2			

Тема 15.1 Упражнения атлетической гимнастики	Практические занятия:	2			2,3
	1 Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп.	2			
Раздел 16 Легкая атлетика		10			
Тема 16.1 Бег на короткие дистанции	Практические занятия:	2			2,3
	1 Совершенствование техники бега на 30 м. с хода, бега на 30,60 м., эстафетный бег 4x100 м.	2			
Тема 16.2 Прыжок в длину с места, с разбега	Практические занятия	2			2,3
	1 Совершенствование техники прыжка в длину с места, с разбега. Развитие скоростно - силовых качеств	2			
Тема 16.3 Бег на средние и длинные дистанции	Практические занятия:	2			2,3
	1 Совершенствование техники бега с высокого старта на дистанциях 400,500,1000, 1500 м. Развитие специальной и общей выносливости	2			
Тема 16.4 Метание в цель и дальность	Практические занятия:	2			
	1 Совершенствование техники метания малого мяча на дальность с 4-х бросковых шагов, с разбега в 6-8 шагов.	2			
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение типовых заданий	2			
Итого за семестр		26	8		
Итого		160	56		

## Структура и содержание дисциплины «Физическая культура» (Адаптивная физическая культура)

### Очная форма обучения

Раздел, тема дисциплины	Содержание дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	по дуальному обучению	
Первый год обучения Осенний семестр					
Раздел 1 Основы теории физической культуры		4			
Тема 1.1 Основы физического и спортивного самосовершенствования	Практические занятия:	2			1,2,3
	1 Средства и методы развития быстроты, силы, выносливости, ловкости и гибкости. Комплексное развитие физических качеств.	2			
	Самостоятельная работа обучающихся: написание рефератов	2			
Раздел 2 Легкая атлетика		20			
Тема 2.1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике. Определение уровня физического развития, функциональной и физической подготовленности	Практические занятия:	6			1,2
	1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике.	2			
	2 Обучение ведению и проверка дневника самоконтроля за физическим развитием, физической подготовленностью и состоянием здоровья.	2			
	3 Определение уровня физического развития, функциональной и физической подготовленности	2			
Тема 2.2 Обучение и совершенствование техники оздоровительного бега	Практические занятия:	4			2,3
	1 Работа рук, ног в беге. Подбор индивидуальной дозировки в беге, чередовании бега с ходьбой.	2			
	2 Обучение правильному дыханию. Упражнения для восстановления дыхания при физических нагрузках.	2			
Тема 2.3 Обучение и совершенствование техники	Практические занятия:	6			2,3
	1 Ходьба и ее разновидности: сочетание ходьбы с				

оздоровительной ходьбы	изменением времени прохождения дистанции.	2			
	2 Работа рук, ног в ходьбе. Подбор индивидуальной дозировки.	2			
	3 Сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, восстановление при физических нагрузках	2			
Тема 2.4 Обучение и совершенствование техники метания снаряда на дальность и в цель	Практические занятия:	4			2,3
	1 Совершенствование техники подготовительных и специальных упражнений метателя, техники метания малого мяча в цель и на дальность.	2			
	2 Метание гранаты (мяча) – стоя, с колена, лежа. Метание гранаты (мяча): разбег, финальное усилие (бросок), торможение. Броски набивного мяча из различных и.п.	2			
Раздел 3 Гимнастика		18	6		
Тема 3.1 Обучение и совершенствование техники выполнения общеразвивающих упражнений	Практические занятия	10	6		2,3
	1 Общеразвивающие упражнения (ОРУ) корригирующей и оздоровительной направленности. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.	2	2		
	2 Комплексы упражнений для профилактики утомления в режиме учебного дня (физкультминутки, физкультпаузы, гимнастика для глаз и дыхательная гимнастика), комплексы утренней и производственной гимнастики	2	2		
	3 Комплексы оздоровительной и коррекционной гимнастики с учетом индивидуальных медицинских показаний.	2	2		
	4 Упражнения для коррекции осанки и плоскостопия. Корригирующие, ассиметричные упражнения.	2			
	5 Упражнения на мелкую моторику. Упражнения на релаксацию. Упражнения в равновесии.	2			
	Самостоятельная работа обучающихся: написание рефератов, выполнение типовых заданий	2			
Тема 3.2 Оздоровительные	Практические занятия	6	4		1,2

системы	1 Обучение отбору и составлению в определенной последовательности упражнений для индивидуальных занятий оздоровительной физической культурой, правилам дозировки физической нагрузки по показателям функционального состояния организма (по частоте сердечных сокращений и показателям текущего самочувствия).	2			
	2 Суставная гимнастика. Стретчинг. Йога. Пилатес.	2			
	3 Обучение элементам самомассажа.	2			
Раздел 4 Спортивные игры		16	8		
Тема 4.1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Сущность игры и правила соревнований. Судейство игры: жесты	Практические занятия	6			1,2
	1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм.	2			
	2 Правила соревнований: сущность игры, регламент игры, размер площадки, название линий. Функции судейской бригады.	2			
	3 Обучение ведению и проверка дневника самоконтроля за физическим развитием, физической подготовленностью и состоянием здоровья.	2			
Тема 4.2 Обучение и совершенствование техники подвижных игр и эстафет	Практические занятия	4	4		2,3
	1 Подвижные игры и эстафеты с предметами и без предметов, с простейшими способами передвижения малой подвижности.	2	2		
	2 Игры на внимание. Коррекционно-развивающие игры.	2	2		
Тема 4.3 Обучение элементам техники спортивных игр и их совершенствование	Практические занятия	4	4		2,3
	1 Элементы спортивных игр (адаптивные формы): волейбол, баскетбол, бадминтон, настольный теннис и другие.	2	2		
	2 Спортивные игры малой подвижности и по упрощенным правилам	2	2		
	Самостоятельная работа обучающихся: написание рефератов	2			

Итого за семестр		52	14		
Первый год обучения Весенний семестр					
Раздел 5 Основы теории физической культуры		4			
Тема 5.1 Профессионально-прикладная физическая подготовка	Практические занятия:	2			1,2
	1 Средства, методы и методика направленного формирования профессионально значимых двигательных умений и навыков.	2			
	Самостоятельная работа обучающихся: написание рефератов	2			
Раздел 6 Спортивные игры		12	8		
Тема 6.1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Сущность игры и правила соревнований Судейство игры: жесты	Практические занятия	4			1,2
	1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Правила соревнований: сущность игры, регламент игры, размер площадки, название линий. Функции судейской бригады.	2			
	Обучение ведению и проверка дневника самоконтроля за физическим развитием, физической подготовленностью.	2			
Тема 6.2 Обучение и совершенствование техники подвижных игр и эстафет	Практические занятия	4	4		2,3
	1 Подвижные игры и эстафеты с предметами и без предметов, с простейшими способами передвижения малой подвижности.	2	2		
	2 Игры на внимание. Коррекционно-развивающие игры	2	2		
Тема 6.3 Обучение элементам техники спортивных игр и их совершенствование	Практические занятия:	4	4		2,3
	1 Элементы спортивных игр (адаптивные формы): волейбол, баскетбол, бадминтон, настольный теннис и другие.	2	2		
	2 Спортивные игры малой подвижности и по упрощенным правилам.	2	2		
Раздел 7 Гимнастика		116			
Тема 7.1 Обучение и совершенствование техники	Практические занятия	10			2,3
	1 Комплексы упражнений для профилактики утомления в	2			

выполнения общеразвивающих упражнений	режиме учебного дня (физкультминутки, физкультпаузы, гимнастика для глаз и дыхательная гимнастика), комплексы утренней и производственной гимнастики.				
	2 Упражнения для коррекции осанки и плоскостопия. Корректирующие, ассиметричные упражнения.	2			
	3 Общеразвивающие упражнения (ОРУ) корректирующей и оздоровительной направленности. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.	2			
	4 Комплексы оздоровительной и коррекционной гимнастики с учетом индивидуальных медицинских показаний.	2			
	5 Упражнения на мелкую моторику. Упражнения на релаксацию. Упражнения в равновесии.	2			
	Самостоятельная работа обучающихся: написание рефератов, выполнение типовых заданий	2			
Тема 7.2 Оздоровительные системы	Практические занятия:	4			2,3
	1 Обучение отбору и составлению в определенной последовательности упражнений для индивидуальных занятий оздоровительной физической культурой, правилам дозировки физической нагрузки по показателям функционального состояния организма (по частоте сердечных сокращений и показателям текущего самочувствия).	2			
	2 Суставная гимнастика. Стретчинг. Йога. Пилатес. Обучение элементам самомассажа.	2			
Раздел 8 Легкая атлетика		14			
Тема 8.1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике. Определение уровня физического развития, функциональной и физической подготовленности	Практические занятия:	2			1,2
	1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике. Обучение ведению и проверка дневника самоконтроля за физическим развитием, физической подготовленностью и состоянием здоровья	2			
	Самостоятельная работа обучающихся: написание рефератов	2			

Тема 8.2 Обучение и совершенствование техники оздоровительного бега	Практические занятия	4			2,3
	1 Работа рук, ног в беге. Подбор индивидуальной дозировки в беге, чередовании бега с ходьбой.	2			
	2 Обучение правильному дыханию. Упражнения для восстановления дыхания при физических нагрузках.	2			
Тема 8.3 Обучение и совершенствование техники оздоровительной ходьбы	Практические занятия:	4			2,3
	1 Ходьба и ее разновидности: сочетание ходьбы с изменением времени прохождения дистанции. Работа рук, ног в ходьбе. Подбор индивидуальной дозировки.	2			
	2 Сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, восстановление при физических нагрузках	2			
Тема 8.4 Обучение и совершенствование техники метания снаряда на дальность и в цель	Практические занятия:	2			2,3
	1 Метание гранаты (мяча) – стоя, с колена, лежа. Метание гранаты (мяча): разбег, финальное усилие (бросок), торможение. Броски набивного мяча из различных исходных положений	2			
Итого за семестр		46	8		
Второй год обучения Осенний семестр					
Раздел 9 Основы теории физической культуры		4			
Тема 9.1 Основы физического и спортивного самосовершенствования	Практические занятия:	2			2,3
	1 Средства и методы развития быстроты, силы, выносливости, ловкости и гибкости. Комплексное развитие физических качеств.	2			
	Самостоятельная работа обучающихся: написание рефератов	2			
Раздел 10 Легкая атлетика		8			
Тема 10.1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике. Определение уровня физического развития, функциональной и физической	Практические занятия:	2			1,2
	1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике. Обучение ведению и проверка дневника самоконтроля за физическим развитием, физической подготовленностью и состоянием здоровья	2			

подготовленности					
Тема 10.2 Обучение и совершенствование техники оздоровительного бега	Практические занятия:	2			2,3
	1 Работа рук, ног в беге. Подбор индивидуальной дозировки в беге, чередовании бега с ходьбой. Обучение правильному дыханию. Упражнения для восстановления дыхания при физических нагрузках.	2			
Тема 10.3 Обучение и совершенствование техники оздоровительной ходьбы	Практические занятия:	2			2,3
	1 Ходьба и ее разновидности: сочетание ходьбы с изменением времени прохождения дистанции. Работа рук, ног в ходьбе. Тактика равномерной ходьбы. Сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, восстановление при физических нагрузках	2			
Тема 10.4 Обучение и совершенствование техники метания снаряда на дальность и в цель	Практические занятия:	2			2,3
	Техника подготовительных и специальных упражнений метателя, метание гранаты (мяча) – стоя, с колена, лежа. Метание гранаты (мяча): разбег, финальное усилие (бросок), торможение. Броски набивного мяча из различных и.п.	2			
Раздел 11 Гимнастика		12	2		
Тема 11.1 Обучение и совершенствование техники выполнения общеразвивающих упражнений	Практические занятия	4	2		2,3
	1 Общеразвивающие упражнения (ОРУ) корригирующей и оздоровительной направленности. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.	2	2		
	2 Комплексы оздоровительной и коррекционной гимнастики с учетом индивидуальных медицинских показаний.	2			
	Самостоятельная работа обучающихся: написание рефератов, выполнение типовых заданий	2			
Тема 11.2 Оздоровительные системы	Практические занятия	4			2,3
	1 Обучение отбору и составлению в определенной последовательности упражнений для индивидуальных занятий оздоровительной физической культурой, правилам дозировки физической нагрузки по показателям	2			

	функционального состояния организма (по частоте сердечных сокращений и показателям текущего самочувствия).				
	2 Суставная гимнастика. Стретчинг. Йога. Пилатес. Обучение элементам самомассажа	2			
	Самостоятельная работа обучающихся: написание рефератов	2			
Раздел 12 Спортивные игры		6	4		
Тема 12.1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Сущность игры и правила соревнований Судейство игры: жесты	Практические занятия	2			1,2
	1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Правила соревнований: сущность игры, регламент игры, размер площадки, название линий. Функции судейской бригады. Обучение ведению и проверка дневника самоконтроля за физическим развитием, физической подготовленностью.	2			
Тема 12.2 Обучение и совершенствование техники подвижных игр и эстафет	Практические занятия	2	2		2,3
	1 Подвижные игры и эстафеты с предметами и без предметов, с простейшими способами передвижения малой подвижности. Игры на внимание. Коррекционно-развивающие игры	2	2		
Тема 12.3 Обучение элементам техники спортивных игр и их совершенствование	Практические занятия	2	2		2,3
	1 Элементы спортивных игр (адаптивные формы): волейбол, баскетбол, бадминтон, настольный теннис и другие. Спортивные игры малой подвижности и по упрощенным правилам.	2	2		
Итого за семестр		30	6		
Второй год обучения Весенний семестр					
Раздел 13 Основы теории физической культуры		4			
Тема 13.1 Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном	Практические занятия:	2			2,3
	1 Физическая культура в структуре профессионального образования: ценностные ориентации и отношение	2			

развитии человека	студентов к физической культуре.				
	Самостоятельная работа обучающихся: написание рефератов	2			
Раздел 14 Спортивные игры		8	4		
Тема 14.1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Сущность игры и правила соревнований Судейство игры: жесты	Практические занятия	2			2,3
	Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Правила соревнований: сущность игры, регламент игры, размер площадки, название линий. Функции судейской бригады. Обучение ведению и проверка дневника самоконтроля за физическим развитием, физической подготовленностью.	2			
Тема 14.2 Обучение и совершенствование техники подвижных игр и эстафет	Практические занятия	2	2		2,3
	1 Подвижные игры и эстафеты с предметами и без предметов, с простейшими способами передвижения малой подвижности. Игры на внимание. Коррекционно-развивающие игры.	2	2		
Тема 14.3 Обучение элементам техники спортивных игр и их совершенствование	Практические занятия:	2	2		2,3
	1 Элементы спортивных игр (адаптивные формы): волейбол, баскетбол, бадминтон, настольный теннис и другие. Спортивные игры малой подвижности и по упрощенным правилам.	2	2		
	Самостоятельная работа обучающихся: написание рефератов	2			
Раздел 15 Гимнастика		6	2		
Тема 15.1 Обучение и совершенствование техники выполнения общеразвивающих упражнений	Практические занятия:	2	2		2,3
	1 Комплексы упражнений для профилактики утомления в режиме учебного дня (физкультминутки, физкультпаузы, гимнастика для глаз и дыхательная гимнастика), комплексы утренней и производственной гимнастики.	2	2		
	Самостоятельная работа обучающихся: написание рефератов, выполнение типовых заданий	2			
Тема 15.2 Оздоровительные	Практические занятия:	2			1,2

системы	1 Обучение отбору и составлению в определенной последовательности упражнений для индивидуальных занятий оздоровительной физической культурой, правилам дозировки физической нагрузки по показателям функционального состояния организма (по частоте сердечных сокращений и показателям текущего самочувствия).	2			
Раздел 16 Легкая атлетика		8			
Тема 16.1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике. Определение уровня физического развития, функциональной и физической подготовленности	Практические занятия:	2			1,2
	1 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике. Обучение ведению и проверка дневника самоконтроля за физическим развитием, физической подготовленностью и состоянием здоровья.	2			
Тема 16.2 Обучение и совершенствование техники оздоровительного бега	Практические занятия	2			2,3
	1 Работа рук, ног в беге. Подбор индивидуальной дозировки в беге, чередовании бега с ходьбой. Обучение правильному дыханию. Упражнения для восстановления дыхания при физических нагрузках.	2			
Тема 16.3 Обучение и совершенствование техники оздоровительной ходьбы	Практические занятия:	2			2,3
	1 Ходьба и ее разновидности: сочетание ходьбы с изменением времени прохождения дистанции. Работа рук, ног в ходьбе. Подбор индивидуальной дозировки. Сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, восстановление при физических нагрузках	2			
Тема 16.4 Обучение и совершенствование техники метания снаряда на дальность и в цель	Практические занятия:	2			2,3
	1 Метание гранаты (мяча) – стоя, с колена, лежа. Метание гранаты (мяча): разбег, финальное усилие (бросок), торможение. Броски набивного мяча из различных и.п.	2			
Итого за семестр		26	6		
Итого		160	34		

### **3 Условия реализации рабочей программы дисциплины**

#### **3.1 Оценочные и методические материалы по дисциплине**

Оценочные и методические материалы дисциплины приведены в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины, доступ к которым открыт на официальном сайте института.

#### **3.2 Фонд оценочных средств по дисциплине**

Фонд оценочных средств по текущему контролю успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации приведены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины, доступ к которым открыт на официальном сайте института.

#### **3.3 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

##### **Основная учебная литература**

1. Небытова, Л.А. Физическая культура: учебное пособие : [16+] / Л.А. Небытова, М.В. Катренко, Н.И. Соколова ; Министерство образования и науки РФ, Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2017. – 269 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483844>. – Библиогр.: с. 263-267. – Текст: электронный.

2. Физическая культура: учебник : [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва, Сибирский юридический институт МВД России. – Красноярск : СФУ, 2017. – 612 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151>. – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст: электронный.

3. Физическая культура и спорт в вузе: учебное пособие: [16+] / А.В. Завьялов, М.Н. Абраменко, И.В. Щербаков, И.Г. Евсева. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 106 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572425>. – ISBN 978-5-4499-0718-9. – Текст: электронный.

##### **Дополнительная учебная литература**

1. Бокач, В.М. Методика проведения занятий физической культурой со студентами специальных медицинских групп: учебное пособие: [16+] / В.М. Бокач ; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола: Поволжский государственный технологический университет, 2018. – 80 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494284>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8158-1994-8. – Текст : электронный.

2. Вайнер, Э.Н. Валеология: учебник для вузов / Э.Н. Вайнер. – 10-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2016. – 449 с.: табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79501>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-89349-329-0. – Текст : электронный.

3. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник : [12+] / С.П. Евсеев. – Москва: Спорт, 2016. – 616 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-42-8. – Текст : электронный. (Рекомендовано Учебно-методическим объединением высших учебных заведений Российской Федерации по образованию в области народной художественной культуры, социально-культурной деятельности и информационных ресурсов в качестве учебника для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлениям 49.03.02 - «Физическая

культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», 49.04.02 - «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», 49.02.02 - «Адаптивная физическая культура»).

4. Кизько, А.П. Физическая культура: теоретический курс : [16+] / А.П. Кизько, Л.Г. Забелина, Е.А. Кизько ; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2016. – 128 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576350>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7782-2984-6. – Текст : электронный.

5. Николаев, В.С. Двигательная активность и здоровье человека: теоретико-методические основы оздоровительной физической тренировки : [16+] / В.С. Николаев, А.А. Щанкин. – 2-е изд., стер. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019. – 81 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362769>. – Библиогр.: с 70-71. – ISBN 978-5-4499-0148-4. – DOI 10.23681/362769. – Текст : электронный.

6. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник : [12+] / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва: Спорт, 2016. – 385 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-18-3. – Текст : электронный.

7. Усаков, В.И. Студенту о здоровье и физическом воспитании : учебное пособие : [16+] / В.И. Усаков. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 104 с. : ил. табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=441285>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-7955-5. – DOI 10.23681/441285. – Текст : электронный.

8. Физическая культура : учебное пособие : в 2 частях : [16+] / сост. Ю.В. Гребенникова, Н.А. Ковыляева, Е.В. Сантьева, Н.С. Рыжова и др. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2019. – Ч. 2. – 91 с. : ил. табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572859>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8353-2449-1. – 978-5-8353-2450-7 (Ч. 1). – Текст: электронный.

9. Черепяхин, Д.А. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата средствами атлетической гимнастики : учебное пособие : [16+] / Д.А. Черепяхин, А.А. Щанкин. – 2-е изд., стер. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019. – 93 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362761>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-0149-1. – DOI 10.23681/362761. – Текст : электронный.

### **Нормативно-правовые акты**

1. Российская Федерация. Конституция (1993). Конституция Российской Федерации: принята всенародным голосованием 12.12.1993. Текст: электронный // Некоммерческие интернет-версии системы Консультант Плюс. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_28399/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/).

2. Российская Федерация. Законы. О физической культуре и спорте в Российской Федерации: Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ. – Текст: электронный // Некоммерческие интернет-версии системы Консультант Плюс. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_73038/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/).

3. Российская Федерация. Законы. Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации: Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ. – Текст: электронный // Некоммерческие интернет-версии системы Консультант Плюс. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_121895/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_121895/).

4. Российская Федерация. Законы. Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ. – Текст: электронный // Некоммерческие интернет-версии системы Консультант Плюс. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/).

5. Российская Федерация. Постановления. Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО): Постановление

Правительства РФ от 11.06.2014 N 540. Текст: электронный // Некоммерческие интернет-версии системы Консультант Плюс. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_164253/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_164253/).

6. Российская Федерация. Приказы. Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): Приказ Минспорта РФ от 12.09.2019 N 90. – Текст: электронный // Некоммерческие интернет-версии системы Консультант Плюс. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_320173/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_320173/).

### **Периодическая литература**

1. Вестник ВИЭПП: научный журнал / учред. и изд. Волжский институт экономики, педагогики и права (Волжский) ; главный редактор Виноградов В.В. ; редакционный совет: Г.Ф. Ушамирская [и др.]. – 2018. – Волжский, 2020. – Издается 2 раза в год. – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей. – URL: [https://www.elibrary.ru/title\\_about\\_new.asp?id=69901](https://www.elibrary.ru/title_about_new.asp?id=69901). – Текст : электронный.

2. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта / гл. ред. В.А. Таймазов ; учред.– Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург: 2020. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?id=34078566>. – ISSN 1994-4683 (Print). - ISSN 2308-1961 (Online). – Текст : электронный.

### **3.4 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Интернет и информационных технологий, необходимых для освоения дисциплины**

1. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. - Москва, 2000. - URL: <https://elibrary.ru>. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

2. ONLINE.VIEPP.RU: сайт / МБОУ «Волжский институт экономики, педагогики и права». – Волжский, 2020. – Режим доступа: <https://online.viepp.ru/>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

3. Волжский институт экономики, педагогики и права : сайт / МБОУ «Волжский институт экономики, педагогики и права». – Волжский, 2006. – Обновляется в течение суток. – Режим доступа: <http://www.viepp.ru/>. – Текст : электронный.

4. ГТО – официальный сайт общественного движения: сайт/ автономная некоммерческая организация «ДИРЕКЦИЯ СПОРТИВНЫХ И СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ», 2020. - Обновляется в течение суток. – Режим доступа: URL: <https://www.gto.ru/>. - Текст : электронный.

5. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов : сайт. - Москва, 2005. - Обновляется в течение суток. – URL: <http://school-collection.edu.ru>. - Текст : электронный.

6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам: федеральный портал : сайт. - Москва, 2020. - Обновляется в течение суток. - URL: <http://window.edu.ru>. – Текст : электронный.

7. Кибер Ленинка: научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2020. - Обновляется в течение суток. - URL: <https://cyberleninka.ru>. - Текст : электронный.

8. Некоммерческая интернет-версия системы Консультант Плюс : сайт». - Москва, 1997. - Обновляется в течение суток. - URL: <http://www.consultant.ru/online>. - Текст : электронный.

9. Правовой портал ГАРАНТ.РУ : сайт / Учредитель ООО «НПП «Гарант-Сервис». - Москва, 2014. - Обновляется в течение суток. - URL: <http://www.garant.ru>. - Текст : электронный.

10. Федеральный портал «Российское образование» : сайт / Учредитель ФГАОУ ДПО ЦРГОП и ИТ. - Москва, 2002. - Обновляется в течение суток. - URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

11. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов : сайт. - Москва, 2020. - Обновляется в течение суток. - URL: <http://fcior.edu.ru>. – Текст : электронный.

12. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» : сайт / Учредитель ИД «Первое сентября». - Москва, 2020. - Обновляется в течение суток. - URL: <http://urok.1sept.ru>. – Текст : электронный.

13. Электронная библиотечная система «Университетская библиотека online» : сайт / Директ-Медиа. - Москва : Директ-Медиа, 2006. - URL: <http://biblioclub.ru> - Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

#### **Перечень программного обеспечения**

1. Microsoft Office Standard 2016 (договор ООО «Компьютерные Информационные Системы» от 01.12.2015N КИС-485-2015, OPEN 93740388ZZE1606 2014-06-25).

2. Microsoft Windows 10 Pro (договор ООО «Компьютерные Информационные Системы» от 01.12.2015 N КИС-485-2015, от 31.08.2017 N КИС-519-2017, от 21.11.2017 N КИС-837-2017, OPEN 98108561ZZE1903 2017-03-03, от 30.01.2020 N КИС-128-2020).

3 Microsoft Windows Multipoint Server Premium 2012 (договор ООО «Компьютерные Информационные Системы» от 29.11.2012 N КИС-225-2012, OPEN 91258913ZZE1412 2012-12-05). 4. Microsoft Windows Server – Standard 2012 (договор ООО «Компьютерные Информационные Системы» от 29.11.2012 N КИС-225-2012, OPEN 91258913ZZE1412 2012-12-05). 5. Microsoft Windows Server Standard Core 2016 (договор ООО «Компьютерные Информационные Системы» от 28.02.2017N КИС-087-2017 OPEN 98108561ZZE1903 2017-03-03).

6. Справочная правовая система (СПС) Консультант Плюс (обновляется постоянно, договор от 09.01.2020N 91-К).

7. Microsoft Windows 8.1 (договор ООО «Компьютерные Информационные Системы» от 22.04.2015 N КИС-122-2015, OPEN 93740388ZZE1606 2014-06-25).

8. АИБС «МАРК-SQL» (версия 1.8 / ЗАО НПО «Информ - Система», договор N 18/2004-М от 18.02.2005, Лицензионное соглашение на использование АИБС «MARK SQL 1.8» N 100320050303 от 10.03.2005).

#### **Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем**

1. АИБС «МАРК-SQL» (база данных на 01.01.2020).

2. Справочная правовая система (СПС) Консультант Плюс (обновляется постоянно).

### **3.5 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Для освоения дисциплины рекомендуется аудитория, оснащенная мультимедийными средствами (проектор и др.) как для проведения занятий лекционного типа, так и для проведения занятий семинарского типа.

Практические занятия рекомендуется проводить в спортивном комплексе, включающем спортивный зал и открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий.

Организация образовательной деятельности по дисциплине посредством электронного обучения осуществляется с применением технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогического работника

Помещения для самостоятельной работы обучающихся должны быть оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду института.

### Согласование рабочей программы дисциплины «Физическая культура»

Ответственные лица	Ф.И.О	Подпись
Заведующий библиотекой		
Председатель ПЦК социально – гуманитарных дисциплин		
Заведующий отделением экономики		
Руководитель образовательной программы		

Рабочая программа дисциплины утверждена в составе комплекта документов образовательной программы Приказом ректора ВИЭПП N \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Согласование обновления рабочей программы дисциплины «Физическая культура»**

на 20\_\_/20\_\_ учебный год

Ответственные лица	Ф.И.О	Подпись
Заведующий библиотекой		
Председатель ПЦК социально – гуманитарных дисциплин		
Руководитель образовательной программы		

Обновление рабочей программы дисциплины утверждено в составе комплекта документов образовательной программы Приказом ректора ВИЭПИ N \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

на 20\_\_/20\_\_ учебный год

Ответственные лица	Ф.И.О	Подпись
Заведующий библиотекой		
Председатель ПЦК социально – гуманитарных дисциплин		
Руководитель образовательной программы		

Обновление рабочей программы дисциплины утверждено в составе комплекта документов образовательной программы Приказом ректора ВИЭПИ N \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

на 20\_\_/20\_\_ учебный год

Ответственные лица	Ф.И.О	Подпись
Заведующий библиотекой		
Председатель ПЦК социально – гуманитарных дисциплин		
Руководитель образовательной программы		

Обновление рабочей программы дисциплины утверждено в составе комплекта документов образовательной программы Приказом ректора ВИЭПИ N \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

на 20\_\_/20\_\_ учебный год

Ответственные лица	Ф.И.О	Подпись
Заведующий библиотекой		
Председатель ПЦК социально – гуманитарных дисциплин		
Руководитель образовательной программы		

Обновление рабочей программы дисциплины утверждено в составе комплекта документов образовательной программы Приказом ректора ВИЭПИ N \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.