

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

Б1.В.19 Элективные курсы по физической культуре и спорту

**Направление подготовки** 06.03.01 Биология

**Профиль подготовки** Микробиология

**Квалификация выпускника** бакалавр

**Форма обучения** очная

## 1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» являются:

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к вариативной части. Требования к предшествующим знаниям представлены в таблице 2.1. Перечень дисциплин, для которых дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» является основополагающей, представлена в таблице 2.2

**Таблица 2.1. Требования к пререквизитам дисциплины**

Компетенция	Дисциплина
ОК-8	Программа среднего (полного) общего образования

**Таблица 2.2. Требования к постреквизитам дисциплины**

Компетенция	Дисциплина
ОК-8	Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты (работа бакалавра)

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

**Таблица 3.1 – Взаимосвязь планируемых результатов обучения по дисциплине и планируемых результатов освоения образовательной программы**

Индекс и содержание компетенции	Знания	Умения	Навыки и (или) опыт деятельности
ОК-8: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1 этап: знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, о социально-биологических ос-	1 этап: уметь применять систему знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способно-	1 этап: владеть практическими навыками основ физической культуры;

ности	<p>новах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни;</p> <p>2 этап: об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.</p>	<p>стей и качеств;</p> <p>2 этап: уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.</p>	<p>2 этап: практическими методами основ физической культуры.</p>
-------	--	--	--

#### 4. Объем дисциплины

Объем дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» составляет 328 академических часа, распределение объема дисциплины на контактную работу обучающихся с преподавателем (КР) и на самостоятельную работу обучающихся (СР) по видам учебных занятий и по периодам обучения представлено в таблице 4.1.

**Таблица 4.1 Распределение объема дисциплины по видам учебных занятий и по периодам обучения, академические часы**

№ п/п	Вид учебных занятий	Итого КР	Итого СР	Семестр № 1		Семестр № 2		Семестр № 3		Семестр № 4		Семестр № 5		Семестр № 6	
				КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>
1	Лекции (Л)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	Лабораторные работы (ЛР)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3	Практические занятия (ПЗ)	290	-	44	-	66	-	44	-	40	-	58	-	38	-
4	Семинары (С)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5	Курсовое проектирование (КП)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6	Рефераты (Р)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
7	Эссе (Э)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИБ)	-	30	-	10	-	6	-	8	-	6	-	-	-	-
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
11	Промежуточная аттестация	8	-	-	-	2	-	2	-	-	-	2	-	2	-
12	Наименование вида промежуточной аттестации	х	х	х		зачет		зачет		х		зачет		зачет	
13	Всего	298	30	44	10	68	6	46	8	40	6	60		40	

## 5. Структура и содержание дисциплины

Структура дисциплины представлена в таблице 5.1

Таблица 5.1 – Структура дисциплины

№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										Коды формируемых компетенций
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	индивидуальные домашние задания	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
<b>1.</b>	<b>Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.</b>	<b>1</b>	-	-	<b>22</b>	-	-	<b>x</b>	-	<b>6</b>	-	<b>x</b>	<b>ОК -8</b>
1.1.	Тема 1 Легкая атлетика	1	-	-	6	-	-	x	-	2	-	x	ОК -8
1.2.	Тема 2 Волейбол	1	-	-	8	-	-	x	-	2	-	x	ОК -8
1.3.	Тема 3 Баскетбол	1	-	-	8	-	-	x	-	2	-	x	ОК -8
<b>2.</b>	<b>Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.</b>	<b>1</b>	-	-	<b>22</b>	-	-	<b>x</b>	-	<b>4</b>	-	<b>x</b>	<b>ОК -8</b>
2.1.	Тема 4 Спортивные игры (футбол)	1	-	-	6	-	-	x	-	2	-	x	ОК -8
2.2.	Тема 5 Гимнастика	1	-	-	8	-	-	x	-	2	-	x	ОК -8
2.3.	Тема 6 Легкая атлетика	1	-	-	8	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
<b>3.</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>1</b>	-	-	<b>44</b>	-	-	<b>x</b>	-	-	-	<b>x</b>	<b>x</b>
<b>4.</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>1</b>	-	-	-	-	-	<b>x</b>	-	<b>10</b>	-	<b>x</b>	<b>x</b>
<b>5.</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>1</b>	-	-	<b>44</b>	-	-	<b>x</b>	-	<b>10</b>	-	<b>x</b>	<b>x</b>
<b>6.</b>	<b>Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.</b>	<b>2</b>	-	-	<b>36</b>	-	-	<b>x</b>	-	<b>3</b>	-	<b>x</b>	<b>ОК -8</b>
6.1.	Тема 7 Лыжная подготовка	2	-	-	12	-	-	x	-	2	-	x	ОК -8
6.2.	Тема 8 О.Ф.П.	2	-	-	8	-	-	x	-	1	-	x	ОК -8
6.3.	Тема 9 Гимнастика	2	-	-	8	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
6.4.	Тема 10 Спортивные игры (футбол)	2	-	-	8	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
<b>7.</b>	<b>Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.</b>	<b>2</b>	-	-	<b>30</b>	-	-	<b>x</b>	-	<b>3</b>	-	<b>x</b>	<b>ОК -8</b>
7.1.	Тема 11 Баскетбол	2	-	-	10	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
7.2.	Тема 12 Волейбол	2	-	-	10	-	-	x	-	1	-	x	ОК -8
7.3.	Тема 13 Легкая атлетика	2	-	-	10	-	-	x	-	2	-	x	ОК -8

№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										Коды формируемых компетенций
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	индивидуальные домашние задания	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
<b>8.</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>2</b>	-	-	<b>66</b>	-	-	<b>x</b>	-	-	-	<b>2</b>	<b>x</b>
<b>9.</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>2</b>	-	-	-	-	-	<b>x</b>	-	<b>6</b>	-	<b>x</b>	<b>x</b>
<b>10.</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>2</b>	-	-	<b>66</b>	-	-	<b>x</b>	-	<b>6</b>	-	<b>2</b>	<b>x</b>
<b>11.</b>	<b>Раздел 5 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.</b>	<b>3</b>	-	-	<b>24</b>	-	-	<b>x</b>	-	<b>4</b>	-	<b>x</b>	<b>ОК -8</b>
11.1.	Тема 14 Легкая атлетика	3	-	-	8	-	-	x	-	2	-	x	ОК -8
11.2.	Тема 15 Волейбол	3	-	-	8	-	-	x	-	2	-	x	ОК -8
11.3.	Тема 16 Баскетбол	3	-	-	8	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
<b>12.</b>	<b>Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.</b>	<b>3</b>	-	-	<b>20</b>	-	-	<b>x</b>	-	<b>4</b>	-	<b>x</b>	<b>ОК -8</b>
12.1.	Тема 17 Спортивные игры (футбол)	3	-	-	8	-	-	x	-	2	-	x	ОК -8
12.2.	Тема 18 Гимнастика	3	-	-	6	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
12.3.	Тема 19 О.Ф.П.	3	-	-	6	-	-	x	-	2	-	x	ОК -8
<b>13.</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>3</b>	-	-	<b>44</b>	-	-	<b>x</b>	-	-	-	<b>2</b>	<b>x</b>
<b>14.</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>3</b>	-	-	-	-	-	<b>x</b>	-	<b>8</b>	-	<b>x</b>	<b>x</b>
<b>15.</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>3</b>	-	-	<b>44</b>	-	-	<b>x</b>	-	<b>8</b>	-	<b>2</b>	<b>x</b>
<b>16.</b>	<b>Раздел 7 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.</b>	<b>4</b>	-	-	<b>20</b>	-	-	<b>x</b>	-	<b>2</b>	-	<b>x</b>	<b>ОК -8</b>
16.1.	Тема 20 Лыжная подготовка	4	-	-	8	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
16.2.	Тема 21 Волейбол	4	-	-	6	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
16.3.	Тема 22 Баскетбол	4	-	-	6	-	-	x	-	2	-	x	ОК -8
<b>17.</b>	<b>Раздел 8 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.</b>	<b>4</b>	-	-	<b>20</b>	-	-	<b>x</b>	-	<b>4</b>	-	<b>x</b>	<b>ОК -8</b>
17.1.	Тема 23 Лыжная подготовка	4	-	-	6	-	-	x	-	4	-	x	ОК -8
17.2.	Тема 24 Спортивные игры (футбол)	4	-	-	4	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
17.3.	Тема 25 Гимнастика	4	-	-	4	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
17.4.	Тема 26 О.Ф.П.	4	-	-	6	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
<b>18.</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>4</b>	-	-	<b>40</b>	-	-	<b>x</b>	-	-	-	-	<b>x</b>
<b>19.</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>4</b>	-	-	-	-	-	<b>x</b>	-	<b>6</b>	-	<b>x</b>	<b>x</b>

№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										Коды формируемых компетенций
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	индивидуальные домашние задания	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
<b>20.</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>4</b>	-	-	<b>40</b>	-	-	<b>x</b>	-	<b>6</b>	-	-	<b>x</b>
21.	<b>Раздел 9 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.</b>	5	-	-	34	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
21.1.	Тема 27 О.Ф.П.	5	-	-	8	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
21.2.	Тема 28 Волейбол	5	-	-	10	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
21.3.	Тема 29 Баскетбол	5	-	-	8	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
21.4.	Тема 30 Гимнастика	5	-	-	8	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
<b>22.</b>	<b>Раздел 10 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.</b>	<b>5</b>	-	-	<b>24</b>	-	-	<b>x</b>	-	-	-	<b>x</b>	<b>ОК -8</b>
22.1.	Тема 31 Волейбол	5	-	-	6	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
22.2.	Тема 32 Гимнастика	5	-	-	6	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
22.3.	Тема 33 Легкая атлетика	5	-	-	12	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
<b>23.</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>5</b>	-	-	<b>58</b>	-	-	<b>x</b>	-	-	-	<b>2</b>	<b>x</b>
<b>24.</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>5</b>	-	-	-	-	-	<b>x</b>	-	-	-	<b>x</b>	<b>x</b>
<b>25.</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>5</b>	-	-	<b>58</b>	-	-	<b>x</b>	-	-	-	<b>2</b>	<b>x</b>
<b>26.</b>	<b>Раздел 11 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.</b>	<b>6</b>	-	-	<b>22</b>	-	-	<b>x</b>	-	-	-	<b>x</b>	<b>ОК -8</b>
26.1.	Тема 34 Лыжная подготовка	6	-	-	10	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
26.2.	Тема 35 О.Ф.П.	6	-	-	6	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
26.3.	Тема 36 Гимнастика	6	-	-	6	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
<b>27.</b>	<b>Раздел 12 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.</b>	<b>6</b>	-	-	<b>16</b>	-	-	<b>x</b>	-	-	-	<b>x</b>	<b>ОК -8</b>
27.1.	Тема 37 Баскетбол	6	-	-	4	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
27.2.	Тема 38 Волейбол	6	-	-	4	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
27.3.	Тема 39 Легкая атлетика	6	-	-	8	-	-	x	-	-	-	x	ОК -8
<b>28.</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>6</b>	-	-	<b>38</b>	-	-	<b>x</b>	-	-	-	<b>2</b>	<b>x</b>
<b>29.</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>6</b>	-	-	-	-	-	<b>x</b>	-	-	-	<b>x</b>	<b>x</b>
<b>30.</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>6</b>	-	-	<b>38</b>	-	-	<b>x</b>	-	-	-	<b>2</b>	<b>ОК -8</b>
<b>31.</b>	<b>Всего по дисциплине</b>	<b>x</b>	-	-	<b>290</b>	-	-	<b>x</b>	-	<b>30</b>	-	<b>8</b>	<b>ОК -8</b>

## 5. 2. Структура и содержание дисциплины

### 5.2.1 Темы лекций (не предусмотрены учебным планом)

### 5.2.2 Темы лабораторных работ (не предусмотрены учебным планом)

### 5.2.3 Темы практических занятий

№ п.п.	Наименование темы занятий	Объем, академические часы
1 семестр		
ПЗ – 1-2-3	Легкая атлетика.	6
ПЗ-4-5-6-7	Волейбол.	8
ПЗ-8-9-10-11	Баскетбол	8
ПЗ-12-13-14	Спортивные игры (футбол)	6
ПЗ-15-16-17-18	Гимнастика	8
ПЗ-19-20-21-22	Легкая атлетика	8
2 семестр		
ПЗ-23-24-25-26-27-28	Лыжная подготовка	12
ПЗ-29-30-31-32	О.Ф.П. (общая физическая подготовка)	8
ПЗ-33-34-35-36	Гимнастика	8
ПЗ-37-38-39-40	Спортивные игры (футбол)	8
ПЗ-41-42-43-44-45	Баскетбол	10
ПЗ-46-47-48-49-50	Волейбол.	10
ПЗ-51-52-53-54-55	Легкая атлетика	10
3 семестр		
ПЗ-56-57-58-59	Легкая атлетика	8
ПЗ-60-61-62-63	Волейбол.	8
ПЗ-64-65-66-67	Баскетбол	8
ПЗ-68-69-70-71	Спортивные игры (футбол)	8
ПЗ-72-73-74	Гимнастика	6
ПЗ-75-76-77	О.Ф.П.	6
4 семестр		
ПЗ-78-79-80-81	Лыжная подготовка	8
ПЗ-82-83-84	Волейбол.	6
ПЗ-85-86-87	Баскетбол	6
ПЗ-88-89-90	Лыжная подготовка	6
ПЗ-91-92	Спортивные игры (футбол)	4
ПЗ-93-94	Гимнастика	4
ПЗ-95-96-97	О.Ф.П.	6
5 семестр		
ПЗ-98-99-100-101	О.Ф.П.	8
ПЗ-102-103-104-105-106	Волейбол.	10
ПЗ-107-108-109-110	Баскетбол	8
ПЗ-111-112-113-114	Гимнастика	8
ПЗ-115-116-117	Волейбол.	6
ПЗ-118-119-120	Гимнастика	6
ПЗ-121-122-123-124-125-126	Легкая атлетика	12
6 семестр		

ПЗ-127-128-129-130-131	Лыжная подготовка	10
ПЗ-132-133-134	О.Ф.П.	6
ПЗ-135-136-137	Гимнастика	6
ПЗ-138-139	Баскетбол	4
ПЗ-140-141	Волейбол.	4
ПЗ-142-143-144-145	Легкая атлетика	8
Итого по дисциплине		290

#### 5.2.4 Темы семинарских занятий (не предусмотрены учебным планом)

#### 5.2.5 Курсовых работ (проектов) (не предусмотрены планом)

#### 5.2.6 Темы рефератов (не предусмотрены)

#### 5.2.7 Темы эссе (не предусмотрены)

#### 5.2.8 Темы индивидуальных домашних заданий (не предусмотрены)

#### 5.2.9 Вопросы для самостоятельного изучения

№ п.п.	Наименования темы	Наименование вопроса	Объем, академические часы
1	Легкая атлетика	1. Изучение техники бега на короткие дистанции.	2
2	Волейбол	1. Изучение техники стойки волейболиста.	2
3	Баскетбол	1. Изучение техники стойки баскетболиста.	2
4	Спортивные игры (футбол)	1. Изучение техники ведения мяча	2
5	Гимнастика	1. Изучение техники перекатов и кувырков. 2. Изучение техники подъема переворотом силой на низкой перекладине.	2
6	Лыжная подготовка	1. Подбор лыжного инвентаря. 2. Изучение техники передвижения на лыжах.	2
7	О.Ф.П. (общая физическая подготовка)	1. Развитие силовых качеств, средством упражнений с гирями й.	1
8	Волейбол	1. Изучение техники передачи мяча двумя руками сверху.	1
9	Лёгкая атлетика	1. Изучение техники низкого старта	2
10	Лёгкая атлетика	1. Изучение техники высокого старта	2
11	Волейбол	1. Изучение техники перемещений волейболиста	2
12	Спортивные игры (футбол)	1. Изучение техники обводки противника.	2
13	О.Ф.П. (общая физическая подготовка)	1. Развитие силовых качеств, средством упражнений со штангой.	2
14	Баскетбол	1. Изучение техники перемещений баскетболиста.	2



15	Лыжная подготовка	1. Изучение техники отталкивания от снега палками и лыжами. 2. Изучение техники подъемов и спусков.	4
Итого по дисциплине			30

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **6.1 Основная литература, необходимая для освоения дисциплины**

1. Быченков С.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник для студентов высших учебных заведений / С.В. Быченков, О.В. Везеницын. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2016. — 270 с. — 2227-8397.: <http://www.iprbookshop.ru/49867.html>.

### **6.2 Дополнительная литература, необходимая для освоения дисциплины**

1. Бавыкина Л.А. Умственный труд и физическая культура [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Л.А. Бавыкина, А.П. Колесник, О.М. Кушнирчук. — Электрон. текстовые данные. — Симферополь: Университет экономики и управления, 2017. — 52 с. — 2227-8397.: <http://www.iprbookshop.ru/73271.html>.

2. Небытова Л.А. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Л.А. Небытова, М.В. Катренко, Н.И. Соколова. — Электрон. текстовые данные. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2017. — 269 с. — 2227-8397.: <http://www.iprbookshop.ru/75608.html>.

### **6.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины и другие материалы к занятиям**

Электронное учебное пособие включающее:

- методические указания по выполнению практических работ.

### **6.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

Электронное учебное пособие включающее:

- методические рекомендации для студентов по самостоятельной работе.

### **6.5 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

1. Open Office
2. JoliTest (JTRun, JTEditor, TestRun)

### **6.6 Перечень ресурсов информационных телекоммуникационной сети, «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

1. <http://tpfk.infosport.ru> – Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры

2. <http://e.lanbook.com/> - ЭБС

3. <http://rucont.ru/> - ЭБС

4. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - ЭБС

5. <http://www.rsl.ru> Российская государственная библиотека (РГБ)

6. <http://www.edu.ru/> - федеральный портал российского образования. Нормативные материалы по образованию, учебно-методические материалы и ресурсы по всем направлениям, специальностям.

7. <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.

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

Занятия практического типа проводятся в легкоатлетическом манеже, оборудованном беговой дорожкой, футбольной и волейбольной площадками, ковром для борьбы, тренажерами, скаладромом, а так же в спортивном зале с баскетбольной и волейбольной площадками и в зале ритмической гимнастики, оборудованном зеркальной стенкой и ковром. Оборудование для проведения занятий: секундомер, свисток, стартовые колодки, легкоатлетические маты, барьеры, скакалки, мячи, лыжи, палки, лыжные ботинки, брусья, гимнастические скамейки, шведская стенка, силовые тренажеры, гантели, гири, штанги.

Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине представлены в Приложении 6.

Программа разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 06.03.01 Биология.

Разработала \_\_\_\_\_ *О.В. Загородняя*