

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

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.09 Элективные курсы по физической  
культуре и спорту**

**Специальность** 10.05.03 Информационная безопасность автоматизированных систем

**Специализация** Информационная безопасность автоматизированных систем критически важных объектов

**Квалификация выпускника** специалист

**Форма обучения** очная

## 1. Цели освоения дисциплины:

- понимание роли физической культуры и развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- воспитание потребности в физическом самосовершенствовании и самовоспитании;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, повышение физической и умственной работоспособности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.
- 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, представлен в табл. 2.2.

**Таблица 2.1 – Требования к пререквизитам дисциплины**

Компетенция	Дисциплина
ОК-9	Курс полного школьного общего образования. Физкультура

**Таблица 2.2 – Требования к постреквизитам дисциплины**

Компетенция	Дисциплина
ОК-9	Физическая культура и спорт
ОК-9	Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты (работа специалиста)

## 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-9	Этап 1: знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни.	Этап 1: уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств.	Этап 1: владеть практическими навыками основ физической культуры
ОК-9	Этап 2: знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	Этап 2: уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	Этап 2: владеть практическими методами основ физической культуры.

#### **4. Объем дисциплины**

Объем дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» составляет 9 зачетных единиц (328 академических часов), 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		Семестр №7		Семестр №8		
				КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР
<b>1</b>	<b>2</b>																			
1	Лекции (Л)																			
2	Лабораторные работы (ЛР)																			
3	Практические занятия (ПЗ)	288		44		32		40		34		26		52		18		42		
4	Семинары(С)																			
5	Курсовое проектирование (КП)																			
6	Рефераты (Р)																			
7	Эссе (Э)																			
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)																			
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИБ)																			
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)		26						12				8				6			
11	Промежуточная аттестация	14		2		2		2		2		2		2				2		
12	Наименование вида промежуточной аттестации	х	х	зачет		зачет		зачет		зачет		зачет		зачет				зачет		
13	Всего	302	26	46		34		42	12	36		28	8	54		18	6	44		

## 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 Физическая культура с профессиональной направленностью</b>	<b>1</b>			<b>44</b>			<b>x</b>				<b>x</b>	<b>ОК-9</b>
1.1.	<b>Тема 1</b> Легкая атлетика	1			12			x				x	ОК-9
1.2.	<b>Тема 2</b> Баскетбол	1			10			x				x	ОК-9
1.3	<b>Тема 3</b> ОФП	1			12			x				x	ОК-9
1.4.	<b>Тема 4</b> Гимнастика	1			10			x				x	ОК-9
<b>2.</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>1</b>			<b>44</b>			<b>x</b>				<b>2</b>	<b>x</b>
<b>3.</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>1</b>						<b>x</b>					<b>x</b>
<b>4.</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>1</b>			<b>44</b>			<b>x</b>				<b>2</b>	<b>x</b>
<b>5.</b>	<b>Раздел 2 Физическая культура с профессиональной направленностью</b>	<b>2</b>			<b>32</b>			<b>x</b>				<b>x</b>	<b>ОК-9</b>
5.1.	<b>Тема 5</b> Лыжная подготовка	2			6			x				x	ОК-9
5.2.	<b>Тема 6</b> Футбол	2			6			x				x	ОК-9

№ 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
5.3.	<b>Тема 7</b> Волейбол	2			6			x				x	ОК-9
5.4.	<b>Тема 8</b> ОФП	2			6			x				x	ОК-9
5.5.	<b>Тема 9</b> Легкая атлетика	2			8			x				x	ОК-9
<b>6.</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>2</b>			<b>32</b>			<b>x</b>				<b>2</b>	<b>x</b>
<b>7.</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>2</b>						<b>x</b>					<b>x</b>
<b>8.</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>2</b>			<b>32</b>			<b>x</b>				<b>2</b>	<b>x</b>
<b>9.</b>	<b>Раздел 3</b> <b>Физическая культура с профессиональной направленностью</b>	<b>3</b>			<b>40</b>			<b>x</b>			<b>12</b>	<b>x</b>	<b>ОК-9</b>
9.1.	<b>Тема 10</b> Легкая атлетика	3			8			x			2	x	ОК-9
9.2.	<b>Тема 11</b> Баскетбол	3			8			x			2	x	ОК-9
9.3.	<b>Тема 12</b> Футбол	3			8			x			2	x	ОК-9
9.4.	<b>Тема 13</b> ОФП	3			8			x			2	x	ОК-9
9.5.	<b>Тема 14</b> Лыжная подготовка	3			8			x			4	x	ОК-9
<b>10.</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>3</b>			<b>40</b>			<b>x</b>				<b>2</b>	<b>x</b>
<b>11.</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>3</b>						<b>x</b>			<b>12</b>		<b>x</b>
<b>12.</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>3</b>			<b>40</b>			<b>x</b>			<b>12</b>	<b>2</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>13.</b>	<b>Раздел 4 Физическая культура с профессиональной направленностью</b>	<b>4</b>			<b>34</b>			<b>x</b>				<b>x</b>	<b>ОК-9</b>
13.1.	<b>Тема 15</b> Лыжная подготовка	4			10			x				x	ОК-9
13.2.	<b>Тема 16</b> Футбол	4			12			x				x	ОК-9
13.3.	<b>Тема 17</b> ОФП	4			12			x				x	ОК-9
<b>14.</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>4</b>			<b>34</b>			<b>x</b>				<b>2</b>	<b>x</b>
<b>15.</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>4</b>						<b>x</b>					<b>x</b>
<b>16.</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>4</b>			<b>34</b>			<b>x</b>				<b>2</b>	<b>x</b>
<b>17.</b>	<b>Раздел 5 Физическая культура с профессиональной направленностью</b>	<b>5</b>			<b>26</b>			<b>x</b>			<b>8</b>	<b>x</b>	<b>ОК-9</b>
17.1.	<b>Тема 18</b> Легкая атлетика	5			6			x			2	x	ОК-9
17.2.	<b>Тема 19</b> Волейбол	5			6			x			2	x	ОК-9
17.3.	<b>Тема 20</b> Баскетбол	5			6			x			2	x	ОК-9
17.4.	<b>Тема 21</b> Гимнастика	5			6			x			2	x	ОК-9
17.5.	<b>Тема 22</b> ОФП	5			2			x				x	ОК-9

№ 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>18.</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>5</b>			<b>26</b>			x				<b>2</b>	x
<b>19.</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>5</b>						x			<b>8</b>		x
<b>20.</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>5</b>			<b>26</b>			x			<b>8</b>	<b>2</b>	x
<b>21.</b>	<b>Раздел 6 Физическая культура с профессиональной направленностью</b>	<b>6</b>			<b>52</b>			x				x	<b>ОК-9</b>
21.1.	<b>Тема 23</b> Лыжная подготовка	6			8			x				x	ОК-9
21.2.	<b>Тема 24</b> Футбол	6			8			x				x	ОК-9
21.3.	<b>Тема 25</b> Баскетбол	6			8			x				x	ОК-9
21.4.	<b>Тема 26</b> Гимнастика	6			8			x				x	ОК-9
21.5.	<b>Тема 27</b> ОФП	6			10			x				x	ОК-9
21.6	<b>Тема 28</b> Легкая атлетика	6			10			x				x	ОК-9
<b>22.</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>6</b>			<b>52</b>			x				<b>2</b>	x
<b>23.</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>6</b>						x					x
<b>24.</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>6</b>			<b>52</b>			x				<b>2</b>	x
<b>25.</b>	<b>Раздел 7 Физическая культура с профессиональной направленностью</b>	<b>7</b>			<b>18</b>			x			<b>6</b>	x	<b>ОК-9</b>
25.1.	<b>Тема 29</b> Легкая атлетика	7			2			x			2	x	ОК-9



№ 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
25.2.	<b>Тема 30</b> Футбол	7			4			x				x	ОК-9
25.3.	<b>Тема 31</b> Волейбол	7			2			x			2	x	ОК-9
25.4.	<b>Тема 32</b> Баскетбол	7			4			x				x	ОК-9
25.5.	<b>Тема 33</b> Гимнастика	7			2			x			2	x	ОК-9
25.6	<b>Тема 34</b> ОФП	7			2			x				x	ОК-9
25.7	<b>Тема 35</b> Лыжная подготовка	7			2			x				x	ОК-9
<b>26.</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>7</b>			<b>18</b>			<b>x</b>					<b>x</b>
<b>27.</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>7</b>						<b>x</b>			<b>6</b>		<b>x</b>
<b>28.</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>7</b>			<b>18</b>			<b>x</b>			<b>6</b>		<b>x</b>
<b>29.</b>	<b>Раздел 8</b> <b>Физическая культура с профессиональной направленностью</b>	<b>8</b>			<b>42</b>			<b>x</b>				<b>x</b>	<b>ОК-9</b>
29.1.	<b>Тема 36</b> Лыжная подготовка	8			6			x				x	ОК-9
29.2.	<b>Тема 37</b> Волейбол	8			8			x				x	ОК-9
29.3.	<b>Тема 38</b> Баскетбол	8			6			x				x	ОК-9
29.4.	<b>Тема 39</b> Футбол	8			8			x				x	ОК-9

№ 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
29.5.	<b>Тема 40</b> ОФП	8			6			x				x	ОК-9
29.6	<b>Тема 41</b> Гимнастика	8			8			x				x	ОК-9
<b>30.</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>8</b>			<b>42</b>			<b>x</b>				<b>2</b>	<b>x</b>
<b>31.</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>8</b>						<b>x</b>					<b>x</b>
<b>32.</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>8</b>			<b>42</b>			<b>x</b>				<b>2</b>	<b>x</b>
<b>33.</b>	<b>Всего по дисциплине</b>	<b>X</b>			<b>288</b>			<b>x</b>			<b>26</b>	<b>14</b>	<b>x</b>

## 5.2. Содержание дисциплины

### 5.2.1 – Темы практических занятий

№ п.п.	Наименование темы занятия	Объем, академические часы
<b>Семестр №1</b>		
ПЗ-1	Легкая атлетика.	2
ПЗ-2	Легкая атлетика.	2
ПЗ-3	Легкая атлетика.	2
ПЗ-4	Легкая атлетика.	2
ПЗ-5	Легкая атлетика.	2
ПЗ-6	Легкая атлетика.	2
ПЗ-7	Баскетбол	2
ПЗ-8	Баскетбол	2
ПЗ-9	Баскетбол	2
ПЗ-10	Баскетбол	2
ПЗ-11	Баскетбол	2
ПЗ-12	ОФП	2
ПЗ-13	ОФП	2
ПЗ-14	ОФП	2
ПЗ-15	ОФП	2
ПЗ-16	ОФП	2
ПЗ-17	ОФП	2
ПЗ-18	Гимнастика	2
ПЗ-19	Гимнастика	2
ПЗ-20	Гимнастика	2
ПЗ-21	Гимнастика	2
ПЗ-22	Гимнастика	2
<b>Семестр №2</b>		
ПЗ-23	Лыжная подготовка	2
ПЗ-24	Лыжная подготовка	2
ПЗ-25	Лыжная подготовка	2
ПЗ-26	Футбол	2
ПЗ-27	Футбол	2
ПЗ-28	Футбол	2
ПЗ-29	Волейбол	2
ПЗ-30	Волейбол	2
ПЗ-31	Волейбол	2
ПЗ-32	ОФП	2
ПЗ-33	ОФП	2
ПЗ-34	ОФП	2
ПЗ-35	Легкая атлетика	2
ПЗ-36	Легкая атлетика	2
ПЗ-37	Легкая атлетика	2
ПЗ-38	Легкая атлетика	2
<b>Семестр №3</b>		
ПЗ-39	Легкая атлетика	2
ПЗ-40	Легкая атлетика	2
ПЗ-41	Легкая атлетика	2
ПЗ-42	Легкая атлетика	2

ПЗ-43	Баскетбол	2
ПЗ-44	Баскетбол	2
ПЗ-45	Баскетбол	2
ПЗ-46	Баскетбол	2
ПЗ-47	Футбол	2
ПЗ-48	Футбол	2
ПЗ-49	Футбол	2
ПЗ-50	Футбол	2
ПЗ-51	ОФП	2
ПЗ-52	ОФП	2
ПЗ-53	ОФП	2
ПЗ-54	ОФП	2
ПЗ-55	Лыжная подготовка	2
ПЗ-56	Лыжная подготовка	2
ПЗ-57	Лыжная подготовка	2
ПЗ-58	Лыжная подготовка	2
<b>Семестр №4</b>		
ПЗ-59	Лыжная подготовка	2
ПЗ-60	Лыжная подготовка	2
ПЗ-61	Лыжная подготовка	2
ПЗ-62	Лыжная подготовка	2
ПЗ-63	Лыжная подготовка	2
ПЗ-64	Футбол	2
ПЗ-65	Футбол	2
ПЗ-66	Футбол	2
ПЗ-67	Футбол	2
ПЗ-68	Футбол	2
ПЗ-69	Футбол	2
ПЗ-70	ОФП	2
ПЗ-71	ОФП	2
ПЗ-72	ОФП	2
ПЗ-73	ОФП	2
ПЗ-74	ОФП	2
ПЗ-75	ОФП	2
<b>Семестр №5</b>		
ПЗ-76	Легкая атлетика	2
ПЗ-77	Легкая атлетика	2
ПЗ-78	Легкая атлетика	2
ПЗ-79	Волейбол	2
ПЗ-80	Волейбол	2
ПЗ-81	Волейбол	2
ПЗ-82	Баскетбол	2
ПЗ-83	Баскетбол	2
ПЗ-84	Баскетбол	2
ПЗ-85	Гимнастика	2
ПЗ-86	Гимнастика	2
ПЗ-87	Гимнастика	2
ПЗ-88	ОФП	2
<b>Семестр №6</b>		
ПЗ-89	Лыжная подготовка	2

ПЗ-90	Лыжная подготовка	2
ПЗ-91	Лыжная подготовка	2
ПЗ-92	Лыжная подготовка	2
ПЗ-93	Футбол	2
ПЗ-94	Футбол	2
ПЗ-95	Футбол	2
ПЗ-96	Футбол	2
ПЗ-97	Баскетбол	2
ПЗ-98	Баскетбол	2
ПЗ-99	Баскетбол	2
ПЗ-100	Баскетбол	2
ПЗ-101	Гимнастика	2
ПЗ-102	Гимнастика	2
ПЗ-103	Гимнастика	2
ПЗ-104	Гимнастика	2
ПЗ-105	ОФП.	2
ПЗ-106	ОФП.	2
ПЗ-107	ОФП.	2
ПЗ-108	ОФП.	2
ПЗ-109	ОФП.	2
ПЗ-110	Легкая атлетика	2
ПЗ-111	Легкая атлетика	2
ПЗ-112	Легкая атлетика	2
ПЗ-113	Легкая атлетика	2
ПЗ-114	Легкая атлетика	2
<b>Семестр №7</b>		
ПЗ-115	Легкая атлетика	2
ПЗ-116	Футбол	2
ПЗ-117	Футбол	2
ПЗ-118	Волейбол	2
ПЗ-119	Баскетбол	2
ПЗ-120	Баскетбол	2
ПЗ-121	Гимнастика	2
ПЗ-122	ОФП	2
ПЗ-123	Лыжная подготовка	2
<b>Семестр №8</b>		
ПЗ-124	Лыжная подготовка	2
ПЗ-125	Лыжная подготовка	2
ПЗ-126	Лыжная подготовка	2
ПЗ-127	Волейбол.	2
ПЗ-128	Волейбол.	2
ПЗ-129	Волейбол.	2
ПЗ-130	Волейбол.	2
ПЗ-131	Баскетбол	2
ПЗ-132	Баскетбол	2
ПЗ-133	Баскетбол	2
ПЗ-134	Футбол	2
ПЗ-135	Футбол	2
ПЗ-136	Футбол	2
ПЗ-137	Футбол	2

ПЗ-138	ОФП	2
ПЗ-139	ОФП	2
ПЗ-140	ОФП	2
ПЗ-141	Гимнастика	2
ПЗ-142	Гимнастика	2
ПЗ-143	Гимнастика	2
ПЗ-144	Гимнастика	2
Итого по дисциплине		<b>288</b>

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

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

1. Карпушин Б.А. Педагогика физической культуры [Электронный ресурс]: Учебник/Карпушин Б.А.,-Электронно-текстовые данные.-М.Советский спорт,2013.-303 с.- Режим доступа <http://iprbookshop.ru/57754/>-ЭБС «IPRbooks»
2. Гигиена физической культуры и спортивной медицины [Электронный ресурс]лабораторный практикум. Учебно-методическое пособие./Электр. Текстовые данные.-М.:Московский городской педагогический университет,2011.-128с.-режим доступа <http://www/iprbookshop.ru/26464.>-ЭБС «IPRbooks»

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

1. Мироненко Е.Н.Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник/Е.Н.Мироненко О..Л.Трещева Е.Б.Штучная, А.И.Муллер. - Москва :ИНТУИТ,2011.-197с.
2. Балахничев В.В. Бегай, прыгай, метай [Электронный ресурс] Руководство по обучению легкой атлетике / В.В.Балахничев, В.Б.Зеличенка.- Москва; Человек.2011.-340 с.
3. Серов Л.К.Профессиональный отбор в спорте [Электронный ресурс] Учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры /Л.К.Серов. – Москва: Человек 2011.-160 с.
4. Брискин Ю.А Адаптивный спорт [Электронный ресурс]: Ю.А.Брискин, С.П.Евсеев, А.В. Передеркин. – Москва: Советский спорт, 2010.-315 с.

### **6.3 Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины**

Электронное учебное пособие, включающее:

- конспект лекций;
- методические материалы по выполнению практических (семинарских) работ.

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

Электронное учебное пособие, включающее:

- методические рекомендации для студентов по самостоятельному изучению вопросов;
- методические рекомендации по подготовке к занятиям.

### **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 информационно-телекоммуникационной сети**

**«Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

1. <http://e.lanbook.com/> - ЭБС  
2. <http://rucont.ru/> - ЭБС  
3. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - ЭБС  
4. <http://www.rsl.ru> Российская государственная библиотека (РГБ)  
5. <http://www.edu.ru/> - федеральный портал российского образования. Нормативные материалы по образованию, учебно-методические материалы и ресурсы по всем направлениям, специальностям.

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

7. <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

**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, а так же в спортивном зале с баскетбольной и волейбольной площадками и в зале ритмической гимнастики, оборудованном зеркальной стенкой и ковром. Занятия семинарского типа проводятся в аудиториях, оборудованных учебной доской, рабочим местом преподавателя (стол, стул), а также посадочными местами для обучающихся, число которых соответствует численности обучающихся в группе.

Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине представлен в Приложении 6.

Программа разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 10.05.03 Информационная безопасность автоматизированных систем, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 1 декабря 2016 г. №1509.

Разработал(и): \_\_\_\_\_

В.В. Хабаров