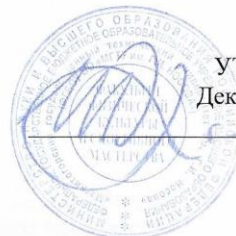




МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»



УТВЕРЖДАЮ  
Декан ФФКиСМ  
Р.А. Козлов

06.02.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

***ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ***

Направление подготовки (специальность)  
46.03.02 Документоведение и архивоведение

Направленность (профиль/специализация) программы  
Документоведение и документационное обеспечение управления

Уровень высшего образования - бакалавриат

Форма обучения  
очная

Институт/ факультет	Факультет физической культуры и спортивного мастерства
Кафедра	Спортивного совершенствования
Курс	1
Семестр	1, 2

Магнитогорск  
2023 год

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 46.03.02 Документоведение и архивоведение (приказ Минобрнауки России от 29.10.2020 г. № 1343)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Спортивного совершенствования

31.01.2023, протокол № 5

Зав. кафедрой  В.В. Алонцев

Рабочая программа одобрена методической комиссией ФФКиСМ  
06.02.2023 г. протокол № 4

Председатель  Р.А. Козлов

Согласовано:

Зав. кафедрой Педагогического образования и документоведения


 С.С. Великанова

Рабочая программа составлена:

ст. преподаватель кафедры СС, \_\_\_\_\_

 О.В. Светус

ст. преподаватель кафедры СС, \_\_\_\_\_

 А.В. Емельянов

Рецензент:

зав. кафедрой ФК, канд. пед. наук \_\_\_\_\_

 Р.Р. Вахитов

## Лист актуализации рабочей программы

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2024 - 2025 учебном году на заседании кафедры Спортивного совершенствования

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ В.В. Алонцев

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2025 - 2026 учебном году на заседании кафедры Спортивного совершенствования

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ В.В. Алонцев

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2026 - 2027 учебном году на заседании кафедры Спортивного совершенствования

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ В.В. Алонцев

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2027 - 2028 учебном году на заседании кафедры Спортивного совершенствования

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ В.В. Алонцев

### **1 Цели освоения дисциплины (модуля)**

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями;
- сдача нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

### **2 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Дисциплина Элективные курсы по физической культуре и спорту входит в обязательную часть учебного плана образовательной программы.

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплин/ практик:

«Физическая культура» в рамках общего полного среднего образования

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины будут необходимы для изучения дисциплин/практик:

Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

### **3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) и планируемые результаты обучения**

В результате освоения дисциплины (модуля) «Элективные курсы по физической культуре и спорту» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-7.1	Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности
УК-7.2	Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
УК-7.3	Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

#### 4. Структура, объём и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 0 зачетных единиц 328 акад. часов, в том числе:

- контактная работа – 70,2 акад. часов;
- аудиторная – 70 акад. часов;
- внеаудиторная – 0,2 акад. часов;
- самостоятельная работа – 257,8 акад. часов;
- в форме практической подготовки – 0 акад. час;

Форма аттестации - зачет

Раздел/ тема дисциплины	Семестр	Аудиторная контактная работа (в акад. часах)			Самостоятельная работа студента	Вид самостоятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код компетенции
		Лек.	лаб. зан.	практ. зан.				
1. Введение								
1.1 Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся	1			1				УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
1.2 Основы техники безопасности при выполнении упражнений				1				УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
Итого по разделу				2				
2. Общефизическая подготовка (комплекс ГТО)								
2.1 Подготовка к выполнению нормативов "Бег на 60 м" и "Бег на 100 м" (с)	1			2	20	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на развитие быстроты.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов в ВФСК «ГТО». Работа на образовательном портале.	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
2.2 Подготовка к выполнению нормативов силовой направленности				2	22	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на силовую выносливость.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов в ВФСК «ГТО». Работа на образовательном портале.	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
2.3 Подготовка к выполнению нормативов на выносливость				4	8	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на развитие выносливости.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов в ВФСК «ГТО». Работа на образовательном портале.	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3

2.4 Подготовка к выполнению норматива "Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье" (от уровня скамьи - см)			2	22	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на развитие гибкости.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов в ВФСК «ГТО». Работа на образовательном портале.	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
2.5 Подготовка к выполнению нормативов на скоростно-силовые возможности			2/2И	23	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на развитие скоростно-силовых качеств.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов в ВФСК «ГТО». Работа на образовательном портале.	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
2.6 Подготовка к выполнению норматива "Плавание на 50 м" (мин, с)				7,9	Самостоятельное изучение стилей плавания с использованием ИТ-технологий	Текущий контроль в форме сдачи нормативов в ВФСК «ГТО». Работа на образовательном портале.	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
Итого по разделу			12/2И	102,9			
3. Учебные занятия по видам спорта							
3.1 Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис, бадминтон). Гимнастика. Атлетическая гимнастика (занятия в тренажерном зале). Легкая атлетика. Пауэрлифтинг и гиревой спорт. Специальное медицинское отделение.	1		22/16И	25	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на развитие физических качеств.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
Итого по разделу			22/16И	25			
Итого за семестр			36/18И	127,9		зачёт	
4. Общефизическая подготовка (комплекс ГТО)							
4.1 Подготовка к выполнению нормативов "Бег на 60 м" и "Бег на 100 м" (с)	2		2/1И	4	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на развитие быстроты.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов в ВФСК «ГТО». Работа на образовательном портале.	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3

4.2 Подготовка к выполнению нормативов на выносливость			2	8	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на развитие выносливости.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов в ВФСК «ГТО». Работа на образовательном портале.	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
4.3 Подготовка к выполнению нормативов силовой направленности			2/2И	4	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на силовую выносливость.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов в ВФСК «ГТО». Работа на образовательном портале.	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
4.4 Подготовка к выполнению норматива "Стрельба из электронного оружия" (очки)			2/1И	4	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на развитие гибкости.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов в ВФСК «ГТО». Работа на образовательном портале.	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
4.5 Подготовка к выполнению нормативов на скоростно-силовые возможности			2/2И	2	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на развитие скоростно-силовых качеств.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов в ВФСК «ГТО». Работа на образовательном портале.	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
4.6 Подготовка к выполнению нормативов "Бег на лыжах на 3 и 5 км" (мин, с)			2	8	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на развитие выносливости.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов в ВФСК «ГТО». Работа на образовательном портале.	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
4.7 Подготовка к выполнению нормативов "Метание спортивного снаряда весом 500 и 700 г" (м)			2	2	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на развитие скоростно-силовых качеств.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов в ВФСК «ГТО». Работа на образовательном портале.	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
4.8 Подготовка к выполнению норматива "Плавание на 50 м" (мин, с)				4	Самостоятельное изучение стилей плавания с использованием IT-технологий	Текущий контроль в форме сдачи нормативов в ВФСК «ГТО». Работа на образовательном портале.	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
Итого по разделу			14/6И	36			

5. Учебные занятия по видам спорта								
5.1 Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис, бадминтон). Гимнастика. Атлетическая гимнастика (занятия в тренажерном зале). Легкая атлетика. Пауэрлифтинг и гиревой спорт. Специальное медицинское отделение.	2			2	11,9	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на развитие физических качеств.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
Итого по разделу				2	11,9			
6. Учебные занятия по видам спорта								
6.1 Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис, бадминтон). Гимнастика. Атлетическая гимнастика (занятия в тренажерном зале). Легкая атлетика. Пауэрлифтинг и гиревой спорт. Специальное медицинское отделение.	2			2	45,9	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на развитие физических качеств.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
Итого по разделу				2	45,9			
7. Учебные занятия по видам спорта								
7.1 Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис, бадминтон). Гимнастика. Атлетическая гимнастика (занятия в тренажерном зале). Легкая атлетика. Пауэрлифтинг и гиревой спорт. Специальное медицинское отделение.	2			16/10И	36,1	Подготовка к практическим занятиям. Самостоятельное выполнение физических упражнений на развитие физических качеств.	Текущий контроль в форме сдачи нормативов	УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3
Итого по разделу				16/10И	36,1			
Итого за семестр				34/16И	129,9		зачёт	
Итого по дисциплине				70/34И	257,8		зачет	



## 5 Образовательные технологии

Методологической основой организации занятий по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту» является системно-деятельностный подход, который обеспечивает построение образовательного процесса с учетом индивидуальных, возрастных, психологических, физиологических особенностей и качества здоровья обучающихся.

Практическая часть – предусматривает организацию учебно-тренировочных занятий по видам спорта в отделениях и общефизическую подготовку обучающихся для сдачи норм ГТО.

На учебных занятиях преподаватель проводит консультации, на которых по результатам тестирования помогает определить оздоровительную и профессиональную направленность индивидуальной двигательной нагрузки.

Учебные занятия содействуют укреплению здоровья, развитию физических качеств, повышению уровня функциональных и двигательных способностей организма студентов, а также профилактике заболеваний.

Специфической особенностью реализации содержания учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» является ориентация образовательного процесса на получение преподавателем физической культуры оперативной информации о степени освоения теоретических и методических знаний, умений, состоянии здоровья, физического развития, двигательной, психофизической, профессионально-прикладной подготовленности студента.

С этой целью, до начала обучения, обучающиеся проходят медицинский осмотр (диспансеризацию) и тестирование. По результатам тестов, определяющих физическую подготовленность каждого студента, и медицинским показателям, формируются следующие группы: специальная медицинская, группы спортивной и общей подготовки.

Таким образом, освоение содержания учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» предполагает, что обучающихся, освобожденных от занятий физическими упражнениями, практически нет. Вместе с тем в зависимости от заболеваний двигательная активность обучающихся может снижаться или прекращаться. Обучающиеся, временно освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий, осваивают теоретический и учебно-методический материал, готовят рефераты, выполняют индивидуальные проекты.

Все контрольные нормативы обучающиеся сдают в течение учебного года для оценки преподавателем их функциональной и двигательной подготовленности, в том числе и для оценки их готовности к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

При изучении дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» используются современные педагогически технологии. Условием формирования общих компетенций и универсальных учебных действий является обучение на основе системно-деятельностного подхода (предполагает активность обучающихся, когда знание не передается в готовом виде, а строится самими обучающимися в процессе их познавательной деятельности): игровая деятельность; проблемное обучение; обучение в диалоге; система вопросов и заданий, организация рефлексивной деятельности; технология портфолио; создание ситуаций, направленных на информационный поиск; создание ситуации выбора и т.д.

Самостоятельная работа выполняется обучающимися во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Оценка качества освоения учебной дисциплины осуществляется в процессе текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости проводится в форме сдачи нормативов.

## **6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Представлено в приложении 1.

## **7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации**

Представлены в приложении 2.

## **8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

### **а) Основная литература:**

1. Иванков, Ч. Т. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях / Ч. Т. Иванков, С. А. Литвинов. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 103 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-11441-6. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/495692> (дата обращения: 17.01.2023).

2. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 322 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-11314-3. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/517434> (дата обращения: 17.01.2023).

### **б) Дополнительная литература:**

1. Алонцева, О. А. Методика обучения строевым упражнениям : учебное пособие / О. А. Алонцева, В. В. Алонцев, Т. Г. Овсянникова. – Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2022. – 66 с. – ISBN 978-5-9967-2550-2. – Текст : непосредственный.

2. Голубева, О. А. Краткий курс истории физической культуры и спорта : учебное пособие [для вузов] / О. А. Голубева ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. – Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2019. – 1 CD-ROM. – ISBN 978-5-9967-1529-9. – Загл. с титул. экрана. – URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=4304.pdf&show=dcatalogues/1/1530521/4304.pdf&view=true> (дата обращения: 19.01.2023). – Макрообъект. – Текст : электронный. – Сведения доступны также на CD-ROM.

3. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения : учебное пособие для вузов / Л. С. Дворкин. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 148 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-11034-0. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/516325> (дата обращения: 19.01.2023).

4. Иванова, Е. Г. Техника и методика обучения плаванию способами: кроль на спине и на груди : учебное пособие [для вузов] / Е. Г. Иванова ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. – Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2021. – 1 CD-ROM. – ISBN 978-5-9967-2104-7. – Загл. с титул. экрана. – URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=4424.pdf&show=dcatalogues/1/1547957/4424.pdf&view=true> (дата обращения: 19.01.2023). – Макрообъект. – Текст : электронный. – Сведения доступны также на CD-ROM.

5. Обеспечение безопасности и профилактика травматизма на занятиях физической культурой : учебное пособие [для вузов] / О. А. Голубева, Т. Г. Овсянникова, Т. Ф. Глухова, О. Н. Маркина ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. – Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2021. – 1 CD-ROM. - ISBN 978-5-9967-2118-4. – Загл. с титул. экрана. – URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=4431.pdf&show=dcatalogues/1/1547964/4431.pdf&view=true>

(дата обращения: 19.01.2023). – Макрообъект. – Текст : электронный. – Сведения доступны также на CD-ROM.

6. Теория и методика обучения лыжному спорту : учебное пособие [для вузов] / Р. Р. Вахитов, Е. В. Абрамкин, Д. А. Хабибулин [и др.] ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. – Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2021. – 1 CD-ROM. - ISBN 978-5-9967-2101-6. – Загл. с титул. экрана. – URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=4390.pdf&show=dcatalogues/1/1543912/4390.pdf&view=true> (дата обращения: 20.01.2023). – Макрообъект. – Текст : электронный. – Сведения доступны также на CD-ROM.

7. Техничко-тактическая подготовка в баскетболе : учебное пособие / О. В. Светус, Т. Ф. Глухова, В. В. Алонцев, О. Н. Маркина. – Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2019. – 97 с. – ISBN 978-5-9967-1591-6. – Текст : непосредственный.

8. Техническая подготовка волейболистов : учебное пособие [для вузов] / Д. П. Постолов, Р. Р. Вахитов, Е. В. Абрамкин, А. В. Емельянов ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. – Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2020. – 1 CD-ROM. – ISBN 978-5-9967-1901-3. – Загл. с титул. экрана. – URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=4224.pdf&show=dcatalogues/1/1537347/4224.pdf&view=true> (дата обращения: 20.01.2023). – Макрообъект. – Текст : электронный. – Сведения доступны также на CD-ROM.

9. Туревский, И. М. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО : учебное пособие для вузов / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 146 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-11118-7. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/517922> (дата обращения: 19.01.2023).

**в) Методические указания:**

Представлены в приложении 3.

**г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:**

**Программное обеспечение**

Наименование ПО	№ договора	Срок действия лицензии
MS Office 2007 Professional	№ 135 от 17.09.2007	бессрочно
7Zip	свободно	бессрочно
FAR Manager	свободно	бессрочно

**Профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Название курса	Ссылка
Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова	<a href="https://magtu.informsystema.ru/Marc.html?locale=ru">https://magtu.informsystema.ru/Marc.html?locale=ru</a>
Российская Государственная библиотека. Каталоги	<a href="https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/">https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/</a>
Информационная система - Единое окно доступа к информационным ресурсам	URL: <a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a>
Поисковая система Академия Google (Google Scholar)	URL: <a href="https://scholar.google.ru/">https://scholar.google.ru/</a>
Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного	URL: <a href="https://elibrary.ru/project_risc.asp">https://elibrary.ru/project_risc.asp</a>

## **9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Учебные аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (спортивный зал, стадион, тренажерный зал, зал гимнастики и аэробики, электронный тир). Оснащение: мультимедийные средства хранения, передачи и представления информации, спортивный инвентарь и оборудование, тренажерные устройства для разных групп мышц, гимнастические коврики, гантели, фитболы, степы, жгуты, винтовки.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся. Оснащение: персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, лыжная база. Оснащение: стеллажи и контейнеры для хранения спортивного инвентаря и оборудования, стеллажи для лыжного оборудования (лыжи, палки, ботинки).