

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования «Вятский государственный университет»  
(ВятГУ)  
г. Киров

Утверждаю  
Директор/Декан Соболева О. Н.



Номер регистрации  
РПД\_3-43.03.02.01\_2018\_92785  
Актуализировано: 09.04.2021

**Рабочая программа дисциплины**  
**Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту**

наименование дисциплины

|                     |                                                               |
|---------------------|---------------------------------------------------------------|
| Квалификация        | Бакалавр                                                      |
| выпускника          |                                                               |
| Направление         | 43.03.02                                                      |
| подготовки          | шифр                                                          |
|                     | наименование                                                  |
| Туризм              |                                                               |
| Направленность      | 3-43.03.02.01                                                 |
| (профиль)           | шифр                                                          |
|                     | наименование                                                  |
| Формы обучения      | Технология и организация туроператорских и турагентских услуг |
|                     | наименование                                                  |
| Кафедра-разработчик | Очная                                                         |
| Выпускающая         | наименование                                                  |
| кафедра             | Кафедра физического воспитания (ОРУ)                          |
|                     | наименование                                                  |
|                     | Кафедра туризма и управления персоналом (ОРУ)                 |
|                     | наименование                                                  |

## **Сведения о разработчиках рабочей программы дисциплины**

Тимофеева Светлана Николаевна

ФИО

Мешенина Наталья Васильевна

ФИО

Хлюпина Елена Германовна

ФИО

Шапков Юрий Валентинович

ФИО

## Цели и задачи дисциплины

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Цель дисциплины   | Формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Задачи дисциплины | <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимание роли физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;</li> <li>- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;</li> <li>- формирование мотивационно-ценостного отношения к физической культуре, спорту, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;</li> <li>- 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;</li> <li>- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;</li> <li>-приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.</li> </ul> |

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

#### Компетенция УК-7

|                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                       |
| Знает                                                                                                                                    | Умеет                                                                                                                                                                                                    | Владеет                                                                                                                                                                                               |
| Научно-практические основы физической культуры, основы спортивной подготовки в конкретных видах спорта                                   | Творчески использовать средства и методы физического воспитания и спортивной подготовки для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни | Навыками использования средств и методов укрепления здоровья, физического самосовершенствования, спортивной подготовки и ценностей физической культуры для профессиональной и социальной деятельности |

**Структура дисциплины**  
**Тематический план**

| №<br>п/п | Наименование разделов дисциплины                                                        | Шифр формируемых<br>компетенций |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| 1        | Общефизическая подготовка. Первый семестр реализации программы.                         | УК-7                            |
| 2        | Спортивная специализация (дисциплины по выбору). Первый семестр реализации программы.   | УК-7                            |
| 3        | Общефизическая подготовка. Второй семестр реализации программы.                         | УК-7                            |
| 4        | Спортивная специализация (дисциплины по выбору). Второй семестр реализации программы.   | УК-7                            |
| 5        | Общефизическая подготовка. Третий семестр реализации программы.                         | УК-7                            |
| 6        | Спортивная специализация (дисциплины по выбору). Третий семестр реализации программы    | УК-7                            |
| 7        | Общефизическая подготовка. Четвертый семестр реализации программы.                      | УК-7                            |
| 8        | Спортивная специализация (дисциплины по выбору). Четвертый семестр реализации программы | УК-7                            |
| 9        | Общефизическая подготовка. Пятый семестр реализации программы.                          | УК-7                            |
| 10       | Спортивная специализация (дисциплины по выбору). Пятый семестр реализации программы     | УК-7                            |
| 11       | Подготовка и прохождение промежуточной аттестации                                       | УК-7                            |

**Формы промежуточной аттестации**

|                 |                                              |
|-----------------|----------------------------------------------|
| Зачет           | 1, 2, 3, 4, 5 семестр (Очная форма обучения) |
| Экзамен         | Не предусмотрен (Очная форма обучения)       |
| Курсовая работа | Не предусмотрена (Очная форма обучения)      |
| Курсовой проект | Не предусмотрена (Очная форма обучения)      |

## Трудоемкость дисциплины

| Форма обучения       | Курсы   | Семестры      | Общий объем (трудоемкость) |     | Контактная работа, час | в том числе аудиторная контактная работа обучающихся с преподавателем, час |        |                                   |                      | Самостоятельная работа, час | Курсовая работа (проект), семестр | Зачет, семестр | Экзамен, семестр |
|----------------------|---------|---------------|----------------------------|-----|------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------|-----------------------------------|----------------------|-----------------------------|-----------------------------------|----------------|------------------|
|                      |         |               | Часов                      | ЗЕТ |                        | Всего                                                                      | Лекции | Семинарские, практические занятия | Лабораторные занятия |                             |                                   |                |                  |
| Очная форма обучения | 1, 2, 3 | 1, 2, 3, 4, 5 | 328                        | 0   | 239                    | 170                                                                        | 0      | 170                               | 0                    | 89                          |                                   | 1, 2, 3, 4, 5  |                  |

## Содержание дисциплины

### Очная форма обучения

| Код занятия                                                                                             | Наименование тем занятий                                                                              | Трудоемкость, академических часов |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
|                                                                                                         | <b>Раздел 1 «Общефизическая подготовка. Первый семестр реализации программы. »</b>                    | <b>45.00</b>                      |
| <b>Семинары, практические занятия</b>                                                                   |                                                                                                       |                                   |
| П1.1                                                                                                    | Изучение техники бега                                                                                 | 8.00                              |
| П1.2                                                                                                    | Средства и методы развития выносливости                                                               | 9.00                              |
| <b>Самостоятельная работа</b>                                                                           |                                                                                                       |                                   |
| C1.1                                                                                                    | Методика развития физических способностей с использованием новых видов (систем) физических упражнений | 14.50                             |
| <b>Контактная внеаудиторная работа</b>                                                                  |                                                                                                       |                                   |
| KBP1.1                                                                                                  | Контактная внеаудиторная работа                                                                       | 13.50                             |
| <b>Раздел 2 «Спортивная специализация (дисциплины по выбору). Первый семестр реализации программы.»</b> |                                                                                                       |                                   |
| <b>Семинары, практические занятия</b>                                                                   |                                                                                                       |                                   |
| П2.1                                                                                                    | Изучение техники избранного вида спорта                                                               | 9.00                              |
| П2.2                                                                                                    | Изучение тактики избранного вида спорта                                                               | 8.00                              |
| <b>Раздел 3 «Общефизическая подготовка. Второй семестр реализации программы. »</b>                      |                                                                                                       |                                   |
| <b>Семинары, практические занятия</b>                                                                   |                                                                                                       |                                   |
| П3.1                                                                                                    | Изучение техники легкоатлетических прыжков                                                            | 8.00                              |
| П3.2                                                                                                    | Средства и методы развития скоростных способностей и быстроты                                         | 9.00                              |
| <b>Самостоятельная работа</b>                                                                           |                                                                                                       |                                   |
| C3.1                                                                                                    | Методика развития физических способностей с использованием новых видов (систем) физических упражнений | 14.50                             |
| <b>Контактная внеаудиторная работа</b>                                                                  |                                                                                                       |                                   |
| KBP3.1                                                                                                  | Контактная внеаудиторная работа                                                                       | 13.50                             |
| <b>Раздел 4 «Спортивная специализация (дисциплины по выбору). Второй семестр реализации программы.»</b> |                                                                                                       |                                   |
| <b>Семинары, практические занятия</b>                                                                   |                                                                                                       |                                   |
| П4.1                                                                                                    | Изучение техники избранного вида спорта                                                               | 9.00                              |
| П4.2                                                                                                    | Изучение тактики избранного вида спорта                                                               | 8.00                              |
| <b>Раздел 5 «Общефизическая подготовка. Третий семестр реализации программы. »</b>                      |                                                                                                       |                                   |
| <b>Семинары, практические занятия</b>                                                                   |                                                                                                       |                                   |
| П5.1                                                                                                    | Изучение техники легкоатлетических метаний                                                            | 8.00                              |
| П5.2                                                                                                    | Средства и методы развития гибкости                                                                   | 9.00                              |
| <b>Раздел 6 «Спортивная специализация (дисциплины по выбору). Третий семестр реализации программы»</b>  |                                                                                                       |                                   |
| <b>Семинары, практические занятия</b>                                                                   |                                                                                                       |                                   |

|                                                                                                           |                                                           |              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------|
| П6.1                                                                                                      | Спортивное совершенствование в избранном виде спорта      | 9.00         |
| П6.2                                                                                                      | Специальная физическая подготовка в избранном виде спорта | 8.00         |
| <b>Самостоятельная работа</b>                                                                             |                                                           |              |
| C6.1                                                                                                      | Спортивное самосовершенствование                          | 14.50        |
| <b>Контактная внеаудиторная работа</b>                                                                    |                                                           |              |
| KBP6.1                                                                                                    | Контактная внеаудиторная работа                           | 13.50        |
| <b>Раздел 7 «Общефизическая подготовка. Четвертый семестр реализации программы. »</b>                     |                                                           | <b>17.00</b> |
| <b>Семинары, практические занятия</b>                                                                     |                                                           |              |
| P7.1                                                                                                      | Средства и методы развития силовых способностей           | 17.00        |
| <b>Раздел 8 «Спортивная специализация (дисциплины по выбору). Четвертый семестр реализации программы»</b> |                                                           | <b>45.00</b> |
| <b>Семинары, практические занятия</b>                                                                     |                                                           |              |
| P8.1                                                                                                      | Спортивное совершенствование в избранном виде спорта      | 9.00         |
| P8.2                                                                                                      | Специальная физическая подготовка в избранном виде спорта | 8.00         |
| <b>Самостоятельная работа</b>                                                                             |                                                           |              |
| C8.1                                                                                                      | Спортивное самосовершенствование                          | 14.50        |
| <b>Контактная внеаудиторная работа</b>                                                                    |                                                           |              |
| KBP8.1                                                                                                    | Контактная внеаудиторная работа                           | 13.50        |
| <b>Раздел 9 «Общефизическая подготовка. Пятый семестр реализации программы. »</b>                         |                                                           | <b>17.00</b> |
| <b>Семинары, практические занятия</b>                                                                     |                                                           |              |
| P9.1                                                                                                      | Средства и методы развития координационных способностей   | 17.00        |
| <b>Раздел 10 «Спортивная специализация (дисциплины по выбору). Пятый семестр реализации программы»</b>    |                                                           | <b>43.00</b> |
| <b>Семинары, практические занятия</b>                                                                     |                                                           |              |
| P10.1                                                                                                     | Спортивное совершенствование в избранном виде спорта      | 8.00         |
| P10.2                                                                                                     | Специальная физическая подготовка в избранном виде спорта | 9.00         |
| <b>Самостоятельная работа</b>                                                                             |                                                           |              |
| C10.1                                                                                                     | Спортивное самосовершенствование                          | 13.50        |
| <b>Контактная внеаудиторная работа</b>                                                                    |                                                           |              |
| KBP10.1                                                                                                   | Контактная внеаудиторная работа                           | 12.50        |
| <b>Раздел 11 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»</b>                                      |                                                           | <b>20.00</b> |
| 311.1                                                                                                     | Подготовка к сдаче зачета                                 | 3.50         |
| 311.2                                                                                                     | Подготовка к сдаче зачета                                 | 3.50         |
| 311.3                                                                                                     | Подготовка к сдаче зачета                                 | 3.50         |
| 311.4                                                                                                     | Подготовка к сдаче зачета                                 | 3.50         |
| 311.5                                                                                                     | Подготовка к сдаче зачета                                 | 3.50         |
| KBP11.1                                                                                                   | Сдача зачета                                              | 0.50         |
| KBP11.2                                                                                                   | Сдача зачета                                              | 0.50         |
| KBP11.3                                                                                                   | Сдача зачета                                              | 0.50         |

|              |              |               |
|--------------|--------------|---------------|
| KBP11.4      | Сдача зачета | 0.50          |
| KBP11.5      | Сдача зачета | 0.50          |
| <b>ИТОГО</b> |              | <b>328.00</b> |

Содержание дисциплины данной рабочей программы используется при обучении по индивидуальному учебному плану, при ускоренном обучении, при применении дистанционных образовательных технологий и электронном обучении (при наличии).

## **Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Успешное освоение дисциплины предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной, повседневной работы. Обучающийся обязан посещать лекции, семинарские, практические и лабораторные занятия (при их наличии), получать консультации преподавателя и выполнять самостоятельную работу.

Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделить целям, задачам, структуре и содержанию дисциплины.

Главной задачей каждой лекции является раскрытие сущности темы и анализ ее основных положений. Тематика лекций определяется настоящей рабочей программой дисциплины.

Лекции – это систематическое устное изложение учебного материала. На них обучающийся получает основной объем информации по каждой конкретной теме. Лекции обычно носят проблемный характер и нацелены на освещение наиболее трудных и дискуссионных вопросов.

Предполагается, что обучающиеся приходят на лекции, предварительно проработав соответствующий учебный материал по источникам, рекомендованным программой. Часто обучающимся трудно разобраться с дискуссионными вопросами, дать однозначный ответ. Преподаватель, сравнивая различные точки зрения, излагает свой взгляд и нацеливает их на дальнейшие исследования и поиск научных решений. После лекции желательно вечером перечитать и закрепить полученную информацию, тогда эффективность ее усвоения значительно возрастает. При работе с конспектом лекции необходимо отметить материал, который вызывает затруднения для понимания, попытаться найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь за помощью к преподавателю.

Целью семинарских занятий является проверка уровня понимания обучающимися вопросов, рассмотренных на лекциях и в учебной литературе.

Целью практических и лабораторных занятий является формирование у обучающихся умений и навыков применения теоретических знаний в реальной практике решения задач; восполнение пробелов в пройденной теоретической части курса.

Семинарские, практические и лабораторные занятия в равной мере направлены на совершенствование индивидуальных навыков решения теоретических и прикладных задач, выработку навыков интеллектуальной работы, а также ведения дискуссий. Для успешного участия в семинарских, практических и лабораторных занятиях обучающемуся следует тщательно подготовиться.

Основной формой подготовки обучающихся к практическим (лабораторным) занятиям является самостоятельная работа с учебно-методическими материалами, научной литературой, статистическими данными и т.п.

Изучив конкретную тему, обучающийся может определить, насколько хорошо он в ней разобрался. Если какие-то моменты остались непонятными, целесообразно составить список вопросов и на занятии задать их преподавателю. Практические (лабораторные) занятия предоставляют обучающемуся возможность творчески раскрыться, проявить инициативу и развить навыки публичного ведения дискуссий и общения.

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя выполнение различного рода заданий (изучение учебной и научной литературы, материалов лекций, систематизацию прочитанного материала, подготовку контрольной работы, решение

задач, подготовка докладов, написание рефератов, публикация тезисов, научных статей, подготовка и защита курсовой работы / проекта и другие), которые ориентированы на глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины.

Обучающимся рекомендуется систематически отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки.

Внутренняя система оценки качества освоения дисциплины включает входной контроль уровня подготовленности обучающихся, текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию, направленную на оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (в том числе результатов курсового проектирования (выполнения курсовых работ) при наличии).

При проведении промежуточной аттестации обучающегося учитываются результаты текущего контроля, проводимого в течение освоения дисциплины.

Процедура оценивания результатов освоения дисциплины осуществляется на основе действующих локальных нормативных актов ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет», с которыми обучающиеся ознакомлены на официальном сайте университета [www.vyatsu.ru](http://www.vyatsu.ru).

**Учебно-методическое обеспечение дисциплины, в том числе учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающегося по дисциплине**

**Учебная литература (основная)**

- 1) Физическая культура и спорт. Курс лекций. - 2-е изд., перераб. - Омск : СиБАДИ, 2019. - 181 с. - ISBN 978-5-00113-129-8 : Б. ц. - URL: <https://e.lanbook.com/book/149520> (дата обращения: 15.05.2020). - Режим доступа: ЭБС Лань. - Текст : электронный.
- 2) Физическая культура : учеб. пособие для бакалавров всех направлений подгот. / М. С. Авдеева, Т. В. Беличева, С. Н. Тимофеева, Е. Г. Тупицына ; ВятГУ, Пединститут, ФФКС, каф. ФВ. - Киров : ВятГУ, 2017. - 112 с. - Б. ц. - URL: <https://lib.vyatsu.ru> (дата обращения: 30.03.2017). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст : электронный.
- 3) Физическая культура и физическая подготовка : учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть, С.С. Егоров, И.А. Мацур. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 432 с. - ISBN 978-5-238-01157-8 : Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573/> (дата обращения: 24.03.2020). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

**Учебная литература (дополнительная)**

- 1) Агеев, А. Физическая культура и спорт в специальной медицинской группе : учебное пособие / А. Агеев, А. М. Дауров, В. Е. Кульчицкий, Г. А. Литвина [и др.]. - Ставрополь : СГПИ, 2018. - 196 с. - ISBN 978-5-903998-92-0 : Б. ц. - URL: <https://e.lanbook.com/book/117676> (дата обращения: 15.05.2020). - Режим доступа: ЭБС Лань. - Текст : электронный.
- 2) Шубина, Марина Владимировна. Использование средств легкой атлетики на занятиях по физической культуре в вузе : учеб. пособие для студентов всех направлений подготовки / М. В. Шубина, Н. В. Мищенко ; ВятГУ, Пединститут, ФФКС, каф. ФВ. - Киров : ВятГУ, 2019. - 96 с. - Б. ц. - URL: <https://lib.vyatsu.ru> (дата обращения: 01.11.2018). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст : электронный.
- 4) Методические рекомендации по дисциплинам "Физическая культура и спорт" и "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту" (для самостоятельной работы студентов) : учеб.-метод. пособие для студентов всех направлений, всех профилей подготовки, всех форм обучения / ВятГУ, Пединститут, ФФКС, каф. ФВ ; сост. И. В. Стрельникова [и др.]. - Киров : ВятГУ, 2019. - 84 с. - Б. ц. - URL: <https://lib.vyatsu.ru> (дата обращения: 17.06.2019). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст : электронный.
- 3) Третьякова, Н. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш. - Москва :

Спорт-Человек, 2016. - 280 с. - ISBN 978-5-906839-23-7 : Б. ц. - URL: <https://e.lanbook.com/book/97462> (дата обращения: 15.05.2020). - Режим доступа: ЭБС Лань. - Текст : электронный.

### **Учебно-методические издания**

- 1) Попова, Наталья Юрьевна. Особенности занятий оздоровительным фитнесом в вузе : учеб.-метод. пособие для студентов, преподавателей физической культуры, специалистов-инструкторов / Н. Ю. Попова, С. Ю. Хвостенко, В. В. Чайкин ; ВятГУ, Пединститут, ФФКС, каф. ФВ. - Киров : ВятГУ, 2019. - 84 с. - Б. ц. - URL: <https://lib.vyatsu.ru> (дата обращения: 21.05.2019). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст : электронный.
- 2) Атлетическая гимнастика в вузе : учеб.-метод. пособие для студентов всех профилей подгот. / С. А. Полубоярцев, А. В. Макаров, Ю. В. Шапков, М. В. Шубина ; ВятГУ, Пединститут, ФФКС, каф. ФВ. - Киров : ВятГУ, 2017. - 102 с. - Б. ц. - URL: <https://lib.vyatsu.ru> (дата обращения: 15.03.2017). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст : электронный.
- 3) Гришина, Юлия Ивановна. Общая физическая подготовка : знать и уметь: учеб. пособие для вузов / Ю. И. Гришина. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2016. - 248, [1] с. : ил., табл. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 244-245 (16 назв.). - ISBN 978-5-222-25925-2 (в пер.) : 422.00 р. - Текст : непосредственный.

### **Электронные образовательные ресурсы**

- 1) Портал дистанционного обучения ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <http://mooc.do-kirov.ru/>
- 2) Раздел официального сайта ВятГУ, содержащий описание образовательной программы [электронный ресурс] / - Режим доступа: [https://www.vyatsu.ru/php/programms/eduPrograms.php?Program\\_ID=3-43.03.02.01](https://www.vyatsu.ru/php/programms/eduPrograms.php?Program_ID=3-43.03.02.01)
- 3) Личный кабинет студента на официальном сайте ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <https://new.vyatsu.ru/account/>
- 4) Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

### **Электронные библиотечные системы (ЭБС)**

- ЭБС «Научная электронная библиотека eLIBRARY» (<http://elibrary.ru/defaultx.asp>)
- ЭБС «Издательства Лань» (<http://e.lanbook.com/>)
- ЭБС «Университетская библиотека online» ([www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru))
- Внутренняя электронно-библиотечная система ВятГУ ([http://lib.vyatsu.ru/](https://lib.vyatsu.ru/))
- ЭБС «ЮРАЙТ» (<https://urait.ru>)

### **Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

- ГАРАНТ
- КонсультантПлюс
- Техэксперт: Нормы, правила, стандарты
- Роспатент (<https://www1.fips.ru/elektronnye-servisy/informatsionno-poiskovaya-sistema>)
- Web of Science® (<http://webofscience.com>)

## **Материально-техническое обеспечение дисциплины**

### **Специализированное оборудование**

| Перечень используемого оборудования                     |
|---------------------------------------------------------|
| Баттерфляй                                              |
| Бицепц/трицепц машина                                   |
| Веллоэллипсоид                                          |
| Велотренажер                                            |
| Гантели разборные                                       |
| Гимнастическая стенка с перекладиной                    |
| Гриф для штанги                                         |
| Диск для гантелей и штанг (20кг)                        |
| кольцо баск. с сеткой                                   |
| МЯЧ БАСКЕТБОЛЬНЫЙ MOLTEN R. 7                           |
| Парта Скотта                                            |
| сетка волейбольная                                      |
| Силовая рама                                            |
| Скамья атлетическая                                     |
| Скамья регулирующаяся                                   |
| Станок универсальный                                    |
| стойка в/б                                              |
| Стойка для гантелей                                     |
| СТОЛ ДЛЯ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА START LINE OLYMPIC OUTDOOR |
| Тренажер                                                |
| Тренажер "Кроссовер" блочная рама .перекрестная тяга    |
| Тренажер 4-х позиционная станция                        |
| Тренажер для приводящих мышц бедра                      |
| Тренажер для разгибания бедра                           |
| Тренажер комбинированный тяга сверху+тяга к груди       |
| ТРЕНАЖЕР ТГ-0200-С ВЕРХНЯЯ+НИЖНЯЯ ТЯГА                  |
| Тренажер универсальный (жим от груди сидя,тяга сверху)  |
| щит б/б                                                 |

**Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе лицензионное и свободно распространяемое ПО (включая ПО отечественного производства)**

| № п.п | Наименование ПО                                                                                                      | Краткая характеристика назначения ПО                                                                                                                                                                                               |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Программная система с модулями для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат.ВУЗ» | Программный комплекс для проверки текстов на предмет заимствования из Интернет-источников, в коллекции диссертаций и авторефератов Российской государственной библиотеки (РГБ) и коллекции нормативно-правовой документации LEXPRO |
| 2     | Microsoft Office 365 ProPlusEdu ALNG SubsVL MVL AddOn toOPP                                                          | Набор веб-сервисов, предоставляющий доступ к различным программам и услугам на основе платформы Microsoft Office, электронной почте бизнес-класса, функционалу для общения и управления документами                                |
| 3     | Office Professional Plus 2016                                                                                        | Пакет приложений для работы с различными типами документов: текстами, электронными таблицами, базами данных, презентациями                                                                                                         |
| 4     | Windows Professional                                                                                                 | Операционная система                                                                                                                                                                                                               |
| 5     | Kaspersky Endpoint Security для бизнеса                                                                              | Антивирусное программное обеспечение                                                                                                                                                                                               |
| 6     | Справочная правовая система «Консультант Плюс»                                                                       | Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации                                                                                                                                                                |
| 7     | Электронный периодический справочник ГАРАНТ Аналитик                                                                 | Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации                                                                                                                                                                |
| 8     | Security Essentials (Защитник Windows)                                                                               | Защита в режиме реального времени от шпионского программного обеспечения, вирусов.                                                                                                                                                 |
| 9     | МойОфис Стандартный                                                                                                  | Набор приложений для работы с документами, почтой, календарями и контактами на компьютерах и веб браузерах                                                                                                                         |

Обновленный список программного обеспечения данной рабочей программы находится по адресу:  
[https://www.vyatsu.ru/php/list\\_it/index.php?op\\_id=92785](https://www.vyatsu.ru/php/list_it/index.php?op_id=92785)