

"БРАТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ"

26 мая 2026 г.

Сертификат: 20F5B82B6FCD3E163457DD0BEA039495
Владелец: Патрусова Алена Михайловна
Действителен: с 02.06.2025 до 26.08.2026

Квалификация	Бакалавр
Форма обучения	очная
Общая трудоемкость	0 ЗЕТ
Виды контроля в семестрах:	
Зачет 3,4,5,6	

[illegible]

Программу составил(и):

Астапенко Александр Николаевич _____

Рабочая программа дисциплины

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 08.03.01 Строительство (приказ Минобрнауки России от 31.05.2017 г. № 481)

составлена на основании учебного плана:

Направление: 08.03.01 Строительство
утвержденного приказом ректора от 02.02.2026 № 62.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Экологии, безопасности жизнедеятельности и физической культуры

Протокол от 22.04. 20 26 г. № 9

Срок действия программы: 4 г. _____

Зав. кафедрой Никифорова В.А.

Председатель МКФ

доцент, к.э.н., Грудистова Е.Г. № 8 27.04. 2026 г.

Ответственный за реализацию ОПОП _____ Дудина И.В.

Директор библиотеки _____ Сотник Т.Ф.

№ регистрации 17 _____

Визирование РПД для исполнения в учебном году

Председатель МКФ

_____ 20__ г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 20__ -20__ учебном году на заседании кафедры

Экологии, безопасности жизнедеятельности и физической культуры

Внесены изменения/дополнения (Приложение _____)

Протокол от _____ 20__ г. № _____

Зав. кафедрой _____

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	Формирование мировоззрения и культуры личности, обладающей гражданской позицией, нравственными качествами, чувством ответственности, самостоятельностью в принятии решений, инициативой, толерантностью, способностью успешной социализации в обществе, способностью использовать разнообразные формы физической культуры и спорта в повседневной жизни для сохранения и укрепления своего здоровья и эффективной профессиональной деятельности.
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ООП:		Б1.О.07.04
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Базируется на знаниях, полученных при изучении учебных дисциплин основных общеобразовательных программ.	
2.1.2	Физическая культура и спорт	
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Безопасность жизнедеятельности	

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-7.1: Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.

Знать: понятие здорового образа жизни и его составляющие, способы регуляции психоэмоционального состояния средствами физической культуры;

Уметь: восстанавливать психическое равновесие средствами физической культуры, придерживаться здорового образа жизни;

Владеть: различными средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, методикой применения физических упражнений для достижения должного уровня физической подготовленности, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

УК-7.2: Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

Знать: факторы, определяющие здоровье человека, способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;

Уметь: самостоятельно поддерживать и развивать основные физические качества в процессе занятий физическими упражнениями, самостоятельно выбирать вид спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья;

Владеть: здоровьесберегающими технологиями, средствами и методами воспитания прикладных физических (выносливость, быстрота, сила, гибкость и ловкость) и психических (смелость, решительность, настойчивость, самообладание, и т.п.) качеств, необходимых для успешного и эффективного выполнения определенных трудовых действий;

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Вид занятия	Наименование разделов и тем	Семестр / Курс	Часов	Индикаторы	Литература	Инте ракт.	Примечание
	Раздел	Раздел 1. Спортивные игры						
1.1	Пр	Волейбол	1	8	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	1	сотрудниче ство в малых группах
1.2	Пр	Баскетбол	1	8	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	1	сотрудниче ство в малых группах
1.3	Пр	Настольный теннис	1	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
1.4	Пр	Футбол	1	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
1.5	Пр	Дартс	1	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
	Раздел	Раздел 2. Гимнастика						
2.1	Пр	Атлетическая гимнастика	1	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	

2.2	Пр	Фитнес-аэробика	1	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
	Раздел	Раздел 3. Циклические виды спорта						
3.1	Пр	Лыжная подготовка	1	1	УК-7.1 УК-7.2	Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
3.2	Пр	Легкая атлетика	1	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
3.3	Пр	Плавание	1	6	УК-7.1 УК-7.2	Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	4	сотрудниче ство в малых группах
	Раздел	Раздел 4. Спортивные игры						
4.1	Пр	Волейбол	2	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
4.2	Пр	Баскетбол	2	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
4.3	Пр	Настольный теннис	2	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	1	сотрудниче ство в малых группах
4.4	Пр	Футбол	2	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
4.5	Пр	Дартс	2	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	1	сотрудниче ство в малых группах
	Раздел	Раздел 5. Гимнастика						
5.1	Пр	Атлетическая гимнастика	2	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
5.2	Пр	Фитнес-аэробика	2	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
	Раздел	Раздел 6. Циклические виды спорта						
6.1	Пр	Лыжная подготовка	2	2	УК-7.1 УК-7.2	Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
6.2	Пр	Легкая атлетика	2	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
6.3	Пр	Плавание	2	6	УК-7.1 УК-7.2	Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	4	сотрудниче ство в малых группах
	Раздел	Раздел 7. Спортивные игры						
7.1	Пр	Волейбол	3	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	3	сотрудниче ство в малых группах
7.2	Пр	Баскетбол	3	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	3	сотрудниче ство в малых группах
7.3	Пр	Настольный теннис	3	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
7.4	Пр	Футбол	3	3	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	

7.5	Пр	Дартс	3	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
	Раздел	Раздел 8. Гимнастика						
8.1	Пр	Атлетическая гимнастика	3	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
8.2	Пр	Фитнес-аэробика	3	3	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
	Раздел	Раздел 9. Циклические виды спорта						
9.1	Пр	Лыжная подготовка	3	4	УК-7.1 УК-7.2	Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
9.2	Пр	Легкая атлетика	3	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
9.3	Ср	Волейбол	3	3	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
9.4	Ср	Баскетбол	3	3	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
9.5	Ср	Настольный теннис	3	3	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
9.6	Ср	Футбол	3	3	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
9.7	Ср	Дартс	3	3	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
9.8	Ср	Атлетическая гимнастика	3	3	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
9.9	Ср	Фитнес-аэробика	3	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
9.10	Ср	Лыжная подготовка	3	2	УК-7.1 УК-7.2	Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
9.11	Ср	Легкая атлетика	3	3	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
9.12	Ср	Плавание	3	5	УК-7.1 УК-7.2	Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
9.13	Зачёт	подготовка к зачету	3	4	УК-7.1 УК-7.2	Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
	Раздел	Раздел 10. Спортивные игры						
10.1	Пр	Волейбол	4	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	3	сотрудниче ство в малых группах
10.2	Пр	Баскетбол	4	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	3	сотрудниче ство в малых группах
10.3	Пр	Настольный теннис	4	3	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	

10.4	Пр	Футбол	4	3	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
10.5	Пр	Дартс	4	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
	Раздел	Раздел 11. Гимнастика						
11.1	Пр	Атлетическая гимнастика	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
11.2	Пр	Фитнес-аэробика	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
	Раздел	Раздел 12. Циклические виды спорта						
12.1	Пр	Лыжная подготовка	4	4	УК-7.1 УК-7.2	Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
12.2	Пр	Легкая атлетика	4	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
12.3	Ср	Волейбол	4	6	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
12.4	Ср	Баскетбол	4	6	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
12.5	Ср	Настольный теннис	4	5	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
12.6	Ср	Футбол	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
12.7	Ср	Дартс	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
12.8	Ср	Атлетическая гимнастика	4	3	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
12.9	Ср	Фитнес-аэробика	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
12.10	Ср	Лыжная подготовка	4	1	УК-7.1 УК-7.2	Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
12.11	Ср	Легкая атлетика	4	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
12.12	Ср	Плавание	4	5	УК-7.1 УК-7.2	Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
12.13	Зачёт	подготовка к зачету	4	4	УК-7.1 УК-7.2	Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
	Раздел	Раздел 13. Спортивные игры						
13.1	Пр	Волейбол	5	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	1	сотрудниче ство в малых группах
	Раздел	Раздел 14. Гимнастика						
14.1	Пр	Атлетическая гимнастика	5	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	1	сотрудниче ство в малых группах

	Раздел	Раздел 15. Циклические виды спорта						
15.1	Ср	Фитнес-аэробика	5	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
15.2	Ср	Волейбол	5	8	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
15.3	Ср	Баскетбол	5	8	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
15.4	Ср	Настольный теннис	5	8	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
15.5	Ср	Футбол	5	6	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
15.6	Ср	Дартс	5	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
15.7	Ср	Атлетическая гимнастика	5	6	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
15.8	Ср	Лыжная подготовка	5	2	УК-7.1 УК-7.2	Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
15.9	Ср	Легкая атлетика	5	6	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
15.10	Ср	Плавание	5	10	УК-7.1 УК-7.2	Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
15.11	Зачёт	подготовка к зачету	5	4	УК-7.1 УК-7.2	Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
	Раздел	Раздел 16. Спортивные игры						
16.1	Пр	Волейбол	6	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	1	сотрудниче ство в малых группах
	Раздел	Раздел 17. Гимнастика						
17.1	Ср	Атлетическая гимнастика	6	3	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
	Раздел	Раздел 18. Циклические виды спорта						
18.1	Пр	Легкая атлетика	6	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	1	сотрудниче ство в малых группах
18.2	Ср	Волейбол	6	14	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
18.3	Ср	Баскетбол	6	14	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
18.4	Ср	Настольный теннис	6	4	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
18.5	Ср	Футбол	6	14	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
18.6	Ср	Дартс	6	6	УК-7.1 УК-7.2	Л1.2Л3.2 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	

18.7	Ср	Фитнес-аэробика	6	2	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
18.8	Ср	Лыжная подготовка	6	1	УК-7.1 УК-7.2	Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
18.9	Ср	Легкая атлетика	6	1	УК-7.1 УК-7.2	Л1.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
18.10	Ср	Плавание	6	3	УК-7.1 УК-7.2	Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	
18.11	Зачёт	подготовка к зачету	6	4	УК-7.1 УК-7.2	Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7	0	

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Технология дистанционного обучения (получение образовательных услуг без посещения университета, с помощью современных систем телекомму-никации (электронная почта, Интернет и др.))

Технология коллективного взаимодействия (работа в малых группах) (самостоятельное изучение обучающимися нового материала посредством сотрудничества в малых группах, дает возможность всем участникам участвовать в работе, практиковать навыки сотрудничества, межличностного общения)

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

6.1. Текущий контроль

Текущим контролем успеваемости обучающихся является межсессионная аттестация – единовременное подведение итогов текущей успеваемости не менее одного раза в семестр по всем дисциплинам/практикам.

Порядок проведения, содержание и особенности текущего контроля успеваемости представлены в разработанном Фонде оценочных средств для данной дисциплины.

6.2. Темы письменных работ

не предусмотрено учебным планом

6.3. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Порядок проведения, содержание и критерии оценивания промежуточной аттестации представлены в Фонде оценочных средств для данной дисциплины.

6.4. Перечень видов оценочных средств

ПЗ.Тестовые задания.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Рекомендуемая литература

7.1.1. Основная литература

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Кол-во	Эл. адрес
Л1.1	Дворкин Л. С.	Атлетическая гимнастика. Методика обучения: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025	1	https://urait.ru/bcode/564635
Л1.2	Конеева Е.В., ред.	Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебник для вузов	Москва : Издательство Юрайт, 2025	1	https://urait.ru/bcode/565604
Л1.3	Конеева Е.В., ред.	Физическая культура: учебник для вузов	Москва : Издательство Юрайт, 2025	1	https://urait.ru/bcode/564728

7.1.2. Дополнительная литература

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Кол-во	Эл. адрес
Л2.1	Жерносек В.В.	Лыжная подготовка: Практикум	Братск: БрГУ, 2007	25	

7.1.3. Методические разработки

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Кол-во	Эл. адрес
--	---------	----------	---------------	--------	-----------

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Кол-во	Эл. адрес
ЛЗ. 1	Колесникова О.А., Малых Н.Н.	Основные приемы обучения технике плавания: методические рекомендации	Братск: БрГУ, 2024	1	https://ecat.brstu.ru/catalog/Учебные%20и%20учебно-методические%20пособия/Общественные%20науки/Колесникова%20О.А.%20Основные%20приемы%20обучения%20технике%20плавания.МУ.2024.pdf
ЛЗ. 2	Колесникова О.А., Малых Н.Н.	Спортивные и подвижные игры в вузе: методические указания	Братск: БрГУ, 2026	1	https://ecat.brstu.ru/catalog/Учебные%20и%20учебно-методические%20пособия/Общественные%20науки/Колесникова%20О.А.Спортивные%20и%20подвижные%20игры%20в%20вузе.МРКПЗ.2026.pdf

7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Электронный каталог библиотеки БрГУ http://irbis.brstu.ru/CGI/irbis64r_15/cgiirbis_64.exe?LNG=&C21COM=F&I21DBN=BOOK&P21DBN=BOOK&S21CNR=&Z21ID	http://irbis.brstu.ru/CGI/irbis64r_15/cgiirbis_64.exe?LNG=&C21COM=F&I21DBN=BOOK&P21DBN=BOOK&S21CNR=&Z21ID
Э2	Электронная библиотека БрГУ http://ecat.brstu.ru/catalog	http://ecat.brstu.ru/catalog
Э3	Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека online» http://biblioclub.ru	http://biblioclub.ru
Э4	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU http://elibrary.ru	http://elibrary.ru
Э5	Национальная электронная библиотека НЭБ http://xn--90ax2c.xn--p1ai/how-to-search/	http://xn--90ax2c.xn--p1ai/how-to-search/
Э6	Издательство "Лань" электронно-библиотечная система	http://e.lanbook.com/
Э7	ЭОС "Образовательная платформа ЮРАЙТ"	https://llurait.ru/

7.3.1 Перечень программного обеспечения

7.3.1.1	Adobe Acrobat Reader DC
7.3.1.2	doPDF
7.3.1.3	LibreOffice
7.3.1.4	Apache OpenOffice

7.3.2 Перечень информационных справочных систем

7.3.2.1	ЭОС "Образовательная платформа ЮРАЙТ"
7.3.2.2	Издательство "Лань" электронно-библиотечная система
7.3.2.3	Национальная электронная библиотека НЭБ
7.3.2.4	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
7.3.2.5	Электронная библиотека БрГУ
7.3.2.6	Электронный каталог библиотеки БрГУ
7.3.2.7	«Университетская библиотека online»

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Оснащение аудитории	Вид занятия
спортзал института	Спортзал института (2 этаж)	Основное оборудование: - теннисные столы – 4 шт.; - универсальные комплексные тренажеры – 22 шт.; - беговые дорожки – 2 шт.; Дополнительно: - степ-платформы – 25 шт.; - фитболы – 5 шт.; - скакалки – 5 шт.; - обручи – 3 шт.; - малые тренажеры – 6 шт.; - дартс – 3 шт. Вместимость: 30 человек	Пр
спортзал института	Спортзал института (1 этаж)	Основное оборудование: - электронное табло – 1 комплект; - шведские стенки – 5 шт.;	Пр

		- волейбольные стойки – 1 комплект; - щиты баскетбольные – 7 шт.; - судейская вышка – 1 шт.; - лыжи – 80 пар; - лыжные палки – 80 пар; - лыжные ботинки - 80 пар; Дополнительно: - гимнастические скамейки – 11 шт.; - гимнастические маты – 4 шт.; - гимнастические палки – 40 шт.; - волейбольные мячи – 20 шт.; - баскетбольные мячи – 40 шт.; - футбольные мячи- 2 шт.; - обручи- 5 шт.; - скакалки – 45 шт.; - бадминтон – 5 комплектов; - стойка для хранения лыж. Вместимость: 100 человек	
спортзал института	Спортивные сооружения открытого типа	Основное оборудование: - беговая дорожка; - волейбольная площадка; - баскетбольная площадка; - теннисный корт, футбольное поле; - турниковая зона; - зона для пресса; Дополнительно: - волейбольная сетка; - ворота футбольные; - баскетбольные стойки с кольцами и металлической сеткой; - кроссфит (рукоход); - брусья; - лабиринт (змейка); - скамейка; Вместимость: 200 человек	Пр
спортзал иститута	Спортзал института (тренажерный зал)	Основное оборудование: - штанги – 2 комплекта; - силовые тренажеры – 5 шт.; Дополнительно: - гантели – 6 пар. Вместимость: 10 человек	Пр
2201	читальный зал №1	Комплект мебели (посадочных мест/АРМ) - 160/10 Стеллажи Комплект мебели (посадочных мест) для библиотекаря Выставочные шкафы ПК i5-2500/H67/4Gb (монитор TFT19 Samsung) (10шт.); принтер HP Laser Jet P2055D (1шт.)	Ср

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

При изучении «Элективных дисциплин по физической культуре и спорту» требуется посещение практических занятий, выполнение всех учебных заданий преподавателя, ознакомление с основной и дополнительной литературой. Практические занятия реализуются в форме практической подготовки при освоении образовательной программы в условиях выполнения обучающимися определенных видов заданий, связанных с будущей профессиональной деятельностью и направленных на формирование, закрепление, развитие практических навыков и компетенций по профилю образовательной программы. В процессе практических занятий у обучающихся формируется интеллектуальное умение, навык работы с основной и дополнительной литературой, необходимой для освоения дисциплины и осуществляется выполнение заданий, решение задач, активное участие в интерактивной, активной, инновационной формах обучения. Практические занятия составляют важную роль в профессиональной подготовке обучающихся. Основная цель проведения практических занятий – формирование у обучающихся здорового образа жизни путем приобретения практических навыков. Важнейшей составляющей любой формы практических занятий являются – упражнения. Основное внимание уделяется формированию конкретных умений и навыков обучающихся. При изучении «Элективных дисциплин по физической культуре и спорту» обучающиеся могут использовать рекомендуемые ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».