

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Сыров Игорь Анатольевич  
Должность: Директор  
Дата подписания: 19.04.2022 14:47:56  
Уникальный программный ключ:  
b683afe664d7e9f64175886cf9626a196149ad56

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ  
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет  
Кафедра

Общеуниверситетские кафедры  
Физвоспитания

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

дисциплина

***Физическая культура и спорт***

***Блок Б1, базовая часть, Б1.Б.39***

цикл дисциплины и его часть (базовая, вариативная, дисциплина по выбору)

Специальность

***40.05.04***

***Судебная и прокурорская деятельность***

код

наименование специальности

Программа

***специализация N 1 "Судебная деятельность":***

Форма обучения

***Очная***

Для поступивших на обучение в

***2019, 2020***

Разработчик (составитель)

***канд.пед.наук, доцент***

***Шамсутдинов Ш. А.***

ученая степень, должность, ФИО

<b>1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) .....</b>	<b>3</b>
1.1. Перечень планируемых результатов освоения образовательной программы.....	3
1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы .	3
<b>2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы.....</b>	<b>4</b>
<b>3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся .....</b>	<b>4</b>
<b>4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....</b>	<b>5</b>
4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).....	5
4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам).....	6
<b>5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....</b>	<b>8</b>
<b>6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) .....</b>	<b>9</b>
6.1. Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины .....	9
6.2. Перечень электронных библиотечных систем, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем .....	10
6.3. Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства .....	12
<b>7. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) .....</b>	<b>12</b>

## 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю)

### 1.1. Перечень планируемых результатов освоения образовательной программы

Выпускник, освоивший программу высшего образования, в рамках изучаемой дисциплины, должен обладать компетенциями, соответствующими видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа:

Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
---

### 1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Формируемая компетенция (с указанием кода)	Этапы формирования компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)	1 этап: Знания	Обучающийся должен знать: - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - методики развития физических качеств средствами физической культуры и базовых видов спорта; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников;
	2 этап: Умения	Обучающийся должен уметь: - планировать самостоятельные занятия физической культурой и спортом оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений;

	3 этап: Владения (навыки / опыт деятельности)	<p>Обучающийся должен владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками соблюдения и пропаганды нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</li> <li>- навыками планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</li> <li>- навыками подбора оптимальных методов и средств физической культуры для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности</li> <li>- навыками самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</li> </ul>

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

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части.

1. Формирование устойчивой потребности в физическом совершенствовании, укреплении здоровья, улучшении физической и профессиональной подготовленности обучающихся, приобретение личного опыта использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных и профессиональных целей.
2. Развитие способности поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 1 семестре

## 3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 2 зач. ед., 72 акад. ч.

Объем дисциплины	Всего часов
	Очная форма обучения
Общая трудоемкость дисциплины	72

Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	
лекций	32
практических (семинарских)	
другие формы контактной работы (ФКР)	0,2
Учебных часов на контроль (включая часы подготовки):	
зачет	
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	39,8

<b>Формы контроля</b>	<b>Семестры</b>
зачет	1

#### 4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

##### 4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

№ п/п	Наименование раздела / темы дисциплины	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			
		Контактная работа с преподавателем			СР
		Лек	Пр/Сем	Лаб	
8.1	Основы самоконтроля в процессе физвоспитания	2	0	0	4
<b>1</b>	<b>. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>4</b>
1.1	Физическая культура как социо - культурное явление	4	0	0	4
<b>2</b>	<b>Социально-биологические основы физической культуры.</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>4</b>
2.1	Основы физического развития	4	0	0	4
<b>3</b>	<b>Основы здорового образа жизни студентов</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>4</b>
3.1	Физическая культура в обеспечении здоровья. студентов	4	0	0	4
<b>4</b>	<b>Основы методики занятий физическими упражнениями.</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>4</b>
4.1	Методическое обеспечение занятий физической культурой	4	0	0	4
<b>5</b>	<b>Врачебно-педагогический контроль в процессе занятий физическими упражнениями и спортом.</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>4</b>
5.1	Врачебно – педагогическое обеспечение занятий физической культурой	4	0	0	4
<b>6</b>	<b>Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>4</b>
6.1	Основы профессионально –	4	0	0	4

	прикладной физической культуры				
<b>7</b>	<b>Общая физическая, специальная и спортивная подготовка в системе физического воспитания</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>4</b>
7.1	Физическое воспитание как основа физической подготовки	4	0	0	4
<b>8</b>	<b>Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>4</b>
<b>9</b>	<b>Спорт. индивидуальный выбор видов спорта или систем физического воспитания</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>7,8</b>
9.1	Спорт как социальное явление	2	0	0	7,8
	<b>Итого</b>	<b>32</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>39,8</b>

#### 4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)

Курс лекционных занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
8.1	Основы самоконтроля в процессе физвоспитания	1. Диагностика и самодиагностика организма при занятиях физическими упражнениями и спортом. 2..Врачебный контроль, его содержание и периодичность 3.Методы стандартов, антропометрических индексов для оценки физического развития. 4. Оценка функционального состояния систем организма. 5. Контроль за физической подготовленностью. 6. Содержание педагогического контроля. 7. Самоконтроль и его задачи
<b>1</b>	<b>. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов</b>	
1.1	Физическая культура как социо - культурное явление	1. Основные понятия. А) Физическая культура. Б) Физическое воспитание. В) Спорт. г)Физическое развитие. 2. Физическая культура-часть общечеловеческой культуры. 3. Система физического воспитания. 4. Компоненты физической культуры. 5. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении.
<b>2</b>	<b>Социально-биологические основы физической культуры.</b>	
2.1	Основы физического развития	1. Основные понятия. 2. Организм человека, как единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система.

		<p>3. Характеристики функциональных систем организма и их совершенствование под воздействием направленной физической тренировки.</p> <p>4. Обмен веществ и энергии – основа жизнедеятельности организма человека</p>
<b>3</b>	<b>Основы здорового образа жизни студентов</b>	
3.1	Физическая культура в обеспечении здоровья. студентов	<p>1. Здоровый образ жизни. Основные понятия.</p> <p>2. Здоровье человека, как ценность. Факторы определяющие здоровый образ жизни</p> <p>3. Режим труда и отдыха.</p> <p>4. Активная мышечная деятельность (физическая нагрузка)</p> <p>5. Гигиенические основы здорового образа жизни.</p> <p>6. Рациональное питание</p>
<b>4</b>	<b>Основы методики занятий физическими упражнениями.</b>	
4.1	Методическое обеспечение занятий физической культурой	<p>1. Основные понятия</p> <p>а) методы физического воспитания;</p> <p>б) физические качества;</p> <p>в) общая физическая подготовка;</p> <p>г) специальная физическая подготовка.</p> <p>2. Методические принципы физического воспитания.</p> <p>3. Методы физического воспитания.</p> <p>4. Формы организации физического воспитания.</p> <p>5. Особенности самостоятельных занятий для женщин.</p>
<b>5</b>	<b>Врачебно-педагогический контроль в процессе занятий физическими упражнениями и спортом.</b>	
5.1	Врачебно – педагогическое обеспечение занятий физической культурой	<p>1. Основные понятия</p> <p>а) Врачебный контроль;</p> <p>б) Педагогический контроль;</p> <p>в) самоконтроль</p> <p>2. Субъективные показатели самоконтроля.</p> <p>3. Объективные показатели самоконтроля</p> <p>4. Функциональные пробы и тесты.</p>
<b>6</b>	<b>Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов</b>	
6.1	Основы профессионально – прикладной физической культуры	<p>1. Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду в современных условиях.</p> <p>2. Общие положения профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП).</p> <p>3. Цель и задачи профессионально-прикладной физической подготовки.</p> <p>4. ППФП в системе физического воспитания студентов.</p> <p>5. Средства профессионально-прикладной</p>

		физической подготовки студентов. 6. Организация, формы и система контроля ППФП студентов.
<b>7</b>	<b>Общая физическая, специальная и спортивная подготовка в системе физического воспитания</b>	
7.1	Физическое воспитание как основа физической подготовки	1. Принципы методики физического воспитания. 2. Средства и методы физического воспитания. 3. Воспитание физических качеств. 4. Общая физическая подготовка. 5. Специальная физическая подготовка. 6. Формы занятий физическими упражнениями. 7. Принципы спортивной тренировки. 8. Тренировочное занятие.
<b>8</b>	<b>Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом</b>	
<b>9</b>	<b>Спорт. индивидуальный выбор видов спорта или систем физического воспитания</b>	
9.1	Спорт как социальное явление	1. Общая характеристика спорта. 2. Единая спортивная классификация. 3. Спорт в учебном заведении. 4. Студенческие спортивные соревнования. 5. Нетрадиционные системы физических упражнений. 6. Индивидуальный выбор видов спорта. 7. Краткая характеристика основных групп видов спорта.

### **5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**

Самостоятельная работа студентов включает в себя теоретический раздел и предполагает следующие виды работ:

- разработка упражнений различной целевой направленности (тренировочная, оздоровительная; силовая, стрейчинговая; релаксационная, развивающая).
- составление комплексов физических упражнений различной целевой направленности с учетом возрастных, гендерных и профессиональных особенностей.
- ведение дневника самоконтроля на учебно-тренировочных занятиях.
- анализ методик исследования состояния здоровья, осанки, телосложения и психофизического статуса.
- самостоятельный выбор тем докладов, рефератов;
- подготовка докладов, рефератов;
- аналитическое исследование какой-либо проблемы;

Перечень тем для самостоятельной работы обучающихся:

1. Физическая культура как социо - культурное явление
2. Основы физического развития
3. Физическая культура в обеспечении здоровья.



4. Методическое обеспечение занятий физической культурой
5. Врачебно – педагогическое обеспечение занятий физической культурой
6. Основы профессионально – прикладной физической культуры
7. Физическое воспитание как основа физической подготовки
8. Основы самоконтроля в процессе физвоспитания
9. Спорт как социальное явление

Список литературы для самостоятельной работы студентов:

1. Физическая культура : учебник / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. - Красноярск : СФУ, 2017. - 612 с. : ил. - Библиогр.: с. 608-609. - ISBN 978-5-7638-3640-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151> (дата обращения: 23.06.2021)
2. Физическая культура и спорт : учебник / В. А. Никишкин, Н. Н. Бумарскова, С. И. Крамской [и др.]. — Москва : МИСИ – МГСУ, 2021. — 380 с. — ISBN 978-5-7264-2862-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/179192> (дата обращения: 23.06.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 450 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14056-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469114> (дата обращения: 23.06.2021).
4. Чертов, Н. В. Физическая культура : учебное пособие / Н. В. Чертов. - Ростов-на-Дону : Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. - ISBN 978-5-9275-0896-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/551007> (дата обращения: 23.06.2021). – Режим доступа: по подписке.
5. Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 201 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-015719-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1361807> (дата обращения: 23.06.2021). – Режим доступа: по подписке.
6. Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие для обучающихся по укрупненным группам направлений: 43.00.00 «Сервис и туризм», 48.00.00 «Гуманитарные науки», 50.00.00 «Искусство и культура», 51.00.00 «Культуроведение и социокультурные проекты», 52.00.00 «Сценические искусства и литературное творчество», 53.00.00 «Музыкальное искусство», 54.00.00 «Изобразительное и прикладные виды искусств», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шульгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. - Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. - 99 с. - ISBN 978-5-8154-0493-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1154343> (дата обращения: 23.06.2021). – Режим доступа: по подписке.

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

### **6.1. Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

#### **Основная учебная литература:**

1. Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 450 с. — (Высшее

- образование). — ISBN 978-5-534-14056-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469114> (дата обращения: 23.06.2021).
2. Физическая культура : учебник / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. - Красноярск : СФУ, 2017. - 612 с. : ил. - Библиогр.: с. 608-609. - ISBN 978-5-7638-3640-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151> (дата обращения: 23.06.2021)
  3. Физическая культура и спорт : учебник / В. А. Никишкин, Н. Н. Бумарскова, С. И. Крамской [и др.]. — Москва : МИСИ – МГСУ, 2021. — 380 с. — ISBN 978-5-7264-2862-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/179192> (дата обращения: 23.06.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### Дополнительная учебная литература:

1. Чертов, Н. В. Физическая культура : учебное пособие / Н. В. Чертов. - Ростов-на-Дону : Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. - ISBN 978-5-9275-0896-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/551007> (дата обращения: 23.06.2021). – Режим доступа: по подписке.
2. Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 201 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-015719-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1361807> (дата обращения: 23.06.2021). – Режим доступа: по подписке.
3. Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие для обучающихся по укрупненным группам направлений: 43.00.00 «Сервис и туризм», 48.00.00 «Гуманитарные науки», 50.00.00 «Искусство и культура», 51.00.00 «Культуроведение и социокультурные проекты», 52.00.00 «Сценические искусства и литературное творчество», 53.00.00 «Музыкальное искусство», 54.00.00 «Изобразительное и прикладные виды искусств», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шульгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. - Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. - 99 с. - ISBN 978-5-8154-0493-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1154343> (дата обращения: 23.06.2021). – Режим доступа: по подписке.

#### 6.2. Перечень электронных библиотечных систем, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

№ п/п	Наименование документа с указанием реквизитов
1	Договор на БД периодических изданий между БашГУ и «ИВИС» № 122-П/632 от

	16.06.2020
2	Договор на БД диссертаций между БашГУ и РГБ №095/04/0045-1254 от 02.07.2021
3	Договор на доступ к электронным научным периодическим изданиям между БашГУ и РУНЭБ № 1512 от 26.11.2020
4	ЭБС «ЭБ БашГУ», бессрочный договор между БашГУ и ООО «Открытые библиотечные системы» № 095 от 01.09.2014 г.
5	Договор на доступ к ЭБС «Лань» между БашГУ и издательством «Лань» № 1131 от 28.09.2020
6	Договор на доступ к ЭБС «Лань» между БашГУ и издательством «Лань» № 1130 от 28.09.2020
7	Договор на доступ к ЭБС «Университетская библиотека онлайн» между БашГУ и «Нексмедиа» № 1132 от 23.09.2020
8	Договор на доступ к ЭБС «ЭБС ЮРАЙТ» (полная коллекция) между БашГУ в лице директора СФ БашГУ и ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» № 223/596 от 04.03.2021
9	Договор на доступ к ЭБС ZNANIUM.COM между БашГУ в лице директора СФ БашГУ и ООО «Знаниум» от 31.05.2021
10	Договор на БД периодических изданий между БашГУ и «ИВИС» № 183-П/ОГ313 от 22.07.2020
11	Договор на доступ к электронным научным периодическим изданиям между БашГУ и РУНЭБ № 1512 от 26.11.2020
12	Договор на БД диссертаций между БашГУ и РГБ №095/04/0050/582 от 28.05.2020

**Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»)**

№ п/п	Адрес (URL)	Описание страницы
1	<a href="http://www.flgr.ru/">www.flgr.ru/</a>	Сведения о федерации лыжных гонок. Календарь российских и международных соревнований. Официальные документы. Правила соревнований. Фотогалерея федерации.
2	<a href="http://www.russiabasket.ru/">www.russiabasket.ru/</a>	Структура федерации. Официальные документы. Официальные правила соревнований. Новости баскетбола. Анонсы и результаты соревнований. Видеозаписи матчей, семинаров для тренеров, преподавателей и спортсменов. Фотоматериалы.
3	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>	Сайт Всероссийский физкультурно – спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Описание программных основ системы «Готов к труду и обороне». Нормативы. Структура ГТО. Нормативные акты. Ответы на вопросы. Медиагалерея. Новости ГТО. Онлайн-регистрация участника.
4	<a href="http://www.rusathletics.com/fed/">www.rusathletics.com/fed/</a>	Сайт Всероссийской федерации легкой атлетики. Календари и результаты соревнований. Состав легкоатлетов и тренеров сборной России. Структура и документы федерации. Рейтинги и рекорды, а также другая статистика и нормативы. Официальные правила соревнований.

5	www.volley.ru/	Сайт Всероссийской федерации волейбола. Документация Всероссийской федерации волейбола, история организации, информация о руководстве и структуре. Методическая литература и документы(официальные правила соревнований по волейболу)
6	www.russwimming.ru/	Всероссийская федерация плавания. Региональные федерации плавания. Руководство. Рабочие органы. Документация. Календарь соревнований. Документы по соревнованиям. Научно-практические конференции. Олимпийская история плавания. Фото и видео галереи. Литература о плавании. Правила соревнований. Пресс-релизы.

### 6.3. Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства

Наименование программного обеспечения
Office Standart 2007 Russian OpenLicensePack NoLevel Acdmc
Office 365 A1 для студентов 1. Project for Office 2. Common Data Service 3. Education Analytics 4. Microsoft Kaizala Pro 5. Whiteboard 6. Office Mobile Apps for Office 365 7. To-Do 8. Azure Active Directory Basic for EDU 9. School Data Sync 10. Microsoft Stream for O365 E3 SKU 11. Microsoft Teams 12. Microsoft StaffHub 13. Power Automate for Office 365 14. Power Apps for Office 365 15. Azure Rights Management 16. Microsoft Forms 17. Microsoft Planner 18. Sway 19. Yammer for Academic 20. Office for the web (Education) 21. Skype for Business Online 22. SharePoint for EDU 23. Exchange Online
Windows XP

### 7. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Тип учебной аудитории	Оснащенность учебной аудитории
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, учебная аудитория текущего контроля и промежуточной аттестации, учебная аудитория групповых и индивидуальных консультаций	Доска, учебная мебель, персональный компьютер с доступом к сети Интернет