

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ ИМПЕРАТОРА ПЕТРА I»

УТВЕРЖДАЮ

И.о. декана ФВМиТЖ
"27" июня 2023 г.

Семенов С.Н.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Б1.О.ДЭ.01.03 «Единоборства»

Направление подготовки 36.03.01 Ветеринарно-санитарная экспертиза.

Направленность Ветеринарно-санитарная экспертиза и ветеринарная
санитария Квалификация выпускника бакалавр

Факультет ветеринарной медицины и технологии животноводства

Кафедра физического воспитания

Разработчик рабочей программы: старший преподаватель Каменовский В.А.

Воронеж – 2023 г.

Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 36.03.01 Ветеринарно-санитарная экспертиза. № 939 от 19.09.2017

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры физического воспитания (протокол №10 от 30.06.2023 г.)

Заведующий кафедрой _____  _____ Алтухова Е.В.

Рабочая программа рекомендована к использованию в учебном процессе методической комиссией факультета ветеринарной медицины и технологии животноводства (протокол № 9 от 22.06. 2023 г.).

Председатель методической комиссии  _____ (Шапошникова Ю.В.)

Рецензент рабочей программы к.п.н., доцент кафедры теории и методики физической культуры ФГБОУ ВО Воронежского государственного педагогического университета Богачева Е.В.

1. Общая характеристика дисциплины

1.1. Цель дисциплины

Цель изучения дисциплины «Единоборства» заключается в формировании знаний, умений и навыков, направленных на использование разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, а также обеспечения психофизической готовности обучающихся к успешной профессиональной деятельности.

1.2. Задачи дисциплины

Для достижения поставленных целей дисциплины «Единоборства» предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих, оздоровительных задач:

1. Владение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре.

2. Обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность к работе в аграрном секторе экономики по будущей профессии.

3. Приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

1.3. Предмет дисциплины

Предметом дисциплины является функциональное и двигательное развитие студентов

1.4. Место дисциплины в образовательной программе

Дисциплина Б1.О.ДЭ.01.03 «Единоборства» относится к Блоку 1 Дисциплины (модули), часть, формируемая участниками образовательных отношений.

1.5. Взаимосвязь с другими дисциплинами

Учебная дисциплина «Единоборства» связана со следующими дисциплинами учебного плана:

- Б1.О.04 Безопасность жизнедеятельности.
- Б1.О.09 Физическая культура и спорт.
- Б1.О.ДЭ.01.01 Профессионально-прикладная физическая подготовка.
- Б1.О.ДЭ.01.02 Спортивные игры.
- Б1.О.ДЭ.01.04 Силовая подготовка.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Компетенция		Индикатор достижения компетенции	
Код	Содержание	Код	Содержание
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	31	Основные способы поддержания должного уровня физической подготовленности.
		У1	Выбирать системы физических упражнений для оптимизации работоспособности и физического развития.
		Н1	Использования средств и методов физической культуры и спорта для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

3. Объём дисциплины и виды работ

3.1. Очная форма обучения

Показатели	Семестр			Всего
	2	3	4	
Общая трудоёмкость, з.е./ч	/ 110	/ 110	/ 108	0 / 328
Общая контактная работа, ч	68,15	52,15	72,15	192,45
Общая самостоятельная работа, ч	41,85	57,85	35,85	135,55
Контактная работа при проведении учебных занятий, в т.ч. (ч)	72,00	52,00	72,00	196,00
практические-всего	68	52	72	192,00
Самостоятельная работа при проведении учебных занятий, ч	33,00	49,00	27,00	109,00
Контактная работа при проведении промежуточной аттестации обучающихся, в т.ч. (ч)	0,15	0,15	0,15	0,45
зачет	0,15	0,15	0,15	0,45
Самостоятельная работа при промежуточной аттестации, в т.ч. (ч)	8,85	8,85	8,85	26,55
подготовка к зачету	8,85	8,85	8,85	26,55
Форма промежуточной аттестации	зачет	зачет	зачет	зачет

3.2. Заочная форма обучения – Не предусмотрено

4. Содержание дисциплины

4.1. Содержание дисциплины в разрезе разделов и подразделов

Раздел 1. Методико-практический

Подраздел 1.1. Техника безопасности при занятиях единоборствами.

Техника безопасности при занятиях единоборствами. Основные правила организации занятий единоборствами. Требования к месту занятий, экипировка. Исправность инвентаря и оборудования. Виды и причины травм. Методы организации и проведения занятий: фронтальный метод, поточный метод. Основы методики обучения технике ударных видов спорта. Основные правила составления комплексов общеразвивающих упражнений различной направленности.

Подраздел 1.2. Методы и средства воспитания физических способностей.

Физические способности человека: силовые способности, скоростные способности, координационные способности, выносливость, гибкость. Равномерный метод воспитания физических способностей, его варианты и особенности применения. Переменный метод воспитания физических способностей, его варианты и особенности применения. Повторный метод, его варианты и особенности применения. Интервальный метод, его варианты и особенности применения. Игровой метод воспитания физических способностей, его варианты и особенности применения. Круговой метод, его варианты и особенности применения. Соревновательный метод. Упражнения для развития скоростно-силовых способностей, выносливости, гибкости, ловкости.

Раздел 2. Учебно-тренировочный.

Подраздел 2.1. Техника ударных, борцовских и смешанных единоборств.

Обучение и совершенствование техники выполнения упражнений в нанесении разных ударов, и защит от них.

Подраздел 2.2. Тактика как искусство ведения поединка.

Тактика в боевых и спортивных единоборствах. Средства и методы повышения тактико-технической подготовленности. Содержание тактической подготовки, методика обучения тактике поединка. Тактика применения приемов ударных, борцовских и смешанных единоборств. Роль и значение тактических умений в физической подготовленности студентов.

Подраздел 2.3. Правила и судейство соревнований.

Структура соревнований, официальные лица соревнований и их обязанности. Участники соревнований, место проведения и оборудование соревнований.

4.2. Распределение контактной и самостоятельной работы при подготовке к занятиям по подразделам

4.2.1. Очная форма обучения

Разделы, подразделы дисциплины	Контактная работа			СР
	лекции	ЛЗ	ПЗ	
Раздел 1. Методико-практический	-	-	52	29
Подраздел 1.1. Техника безопасности при занятиях единоборствами.	-	-	12	9
Подраздел 1.2. Методы и средства воспитания физических способностей.	-	-	40	20
Раздел 2. Учебно-тренировочный.	-	-	140	80
Подраздел 2.1. Техника ударных, борцовских и смешанных единоборств.	-	-	60	28

Подраздел 2.2. Тактика как искусство ведения поединка.	-	-	60	28
Подраздел 2.3. Правила и судейство соревнований.	-	-	20	24
Всего:	-	-	192	109

4.2.2. Заочная форма обучения - «Не предусмотрено»

4.3. Перечень тем и учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся

№ п/п	Тема самостоятельной работы	Учебно-методическое обеспечение	Объём, ч	
			форма обучения	
			Очная	Заочная
1.	Раздел 1. Методико-практический	Организация самостоятельной работы по дисциплине осуществляется в соответствии с учебным пособием и методическими указаниями: Общая физическая подготовка [Электронный ресурс] : учебное пособие для обучающихся всех направлений и специальностей очной и заочной форм обучения / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост.: В. В. Севастьянов, Е. А. Стеблецов, Т. В. Поваляева ; под общ. ред. Е. В. Алтуховой] .— Электрон. текстовые дан. (1 файл : 976 Кб) .— Воронеж : Воронежский государственный аграрный университет, 2020 .— Заглавие с титульного экрана .— Режим доступа: для авторизованных пользователей .— Текстовый файл .— Adobe Acrobat Reader 4.0 .— URL:http://catalog.vsau.ru/elib/books/b168593.pd	35	-
2.	Подраздел 1.1. Техника безопасности при занятиях единоборствами.		11	-
3.	Подраздел 1.2. Методы и средства воспитания физических способностей.		24	-
4.	Раздел 2. Учебно-тренировочный.		100,55	-
5.	Подраздел 2.1. Техника ударных, борцовских и смешанных единоборств.		35	
6.	Подраздел 2.2. Тактика как искусство ведения поединка.		35	
7.	Подраздел 2.3. Правила и судейство соревнований.		30,55	
Всего:			135,55	-

5. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации и текущего контроля

5.1. Этапы формирования компетенций

Подраздел дисциплины	Компетенция	Индикатор достижения компетенции
Раздел 1. Методико-практический.	УК-7	З1 У1
Подраздел 1.1. Техника безопасности при занятиях единоборствами.	УК-7	З1
Подраздел 1.2. Методы и средства воспитания физических способностей.	УК-7	З1 У1
Раздел 2. Учебно-тренировочный.	УК-7	З1 У1 Н1
Подраздел 2.1. Техника ударных, борцовских и смешанных единоборств.	УК-7	З1 Н1
Подраздел 2.2. Тактика как искусство ведения поединка.	УК-7	З1 Н1
Подраздел 2.3. Правила и судейство соревнований.	УК-7	З1 У1

5.2. Шкалы и критерии оценивания достижения компетенций

5.2.1. Шкалы оценивания достижения компетенций

Вид оценки	Оценки	
Академическая оценка по 2-х балльной шкале	не зачтено	зачтено

5.2.2. Критерии оценивания достижения компетенций

Критерии оценки на зачете

Оценка, уровень достижения компетенций	Описание критериев
Зачтено, высокий	Студент выполнил все задания, предусмотренные рабочей программой, отчитался об их выполнении, демонстрируя отличное знание освоенного материала и умение самостоятельно решать сложные задачи дисциплины.
Зачтено, продвинутый	Студент выполнил все задания, предусмотренные рабочей программой, отчитался об их выполнении, демонстрируя хорошее знание освоенного материала и умение самостоятельно решать стандартные задачи дисциплины.
Зачтено, пороговый	Студент выполнил все задания, предусмотренные рабочей программой, отчитался об их выполнении, демонстрируя знание основ освоенного материала и умение решать стандартные задачи дисциплины с помощью преподавателя.

Не зачтено, компетенция не освоена	Студент выполнил не все задания, предусмотренные рабочей программой или не отчитался об их выполнении, не подтверждает знание освоенного материала и не умеет решать стандартные задачи дисциплины даже с помощью преподавателя.
------------------------------------	--

Критерии оценки тестов

Оценка, уровень достижения компетенций	Описание критериев
Отлично, высокий	Содержание правильных ответов в тесте не менее 90%
Хорошо, продвинутый	Содержание правильных ответов в тесте не менее 75%
Удовлетворительно, пороговый	Содержание правильных ответов в тесте не менее 50%
Неудовлетворительно, компетенция не освоена	Содержание правильных ответов в тесте менее 50%

Критерии оценки устного опроса

Оценка, уровень достижения компетенций	Описание критериев
Зачтено, высокий	Студент демонстрирует уверенное знание материала, четко выражает свою точку зрения по рассматриваемому вопросу, приводя соответствующие примеры.
Зачтено, продвинутый	Студент демонстрирует уверенное знание материала, но допускает отдельные погрешности в ответе.
Зачтено, пороговый	Студент демонстрирует существенные пробелы в знаниях материала, допускает ошибки в ответах.
Не зачтено, компетенция не освоена	Студент демонстрирует незнание материала, допускает грубые ошибки в ответах.

Критерии оценки рефератов

Оценка, уровень достижения компетенций	Описание критериев
Зачтено, высокий	Структура, содержание и оформление реферата полностью соответствуют предъявляемым требованиям, обоснована актуальность темы, даны четкие формулировки, использованы актуальные источники информации, отсутствуют орфографические, синтаксические и стилистические ошибки.

Зачтено, продвинутый	Структура, содержание и оформление реферата полностью соответствуют предъявляемым требованиям, обоснована актуальность темы, даны четкие формулировки, использованы актуальные источники информации, имеются отдельные орфографические, синтаксические и стилистические ошибки.
Зачтено, пороговый	Структура, содержание и оформление реферата в целом соответствуют предъявляемым требованиям, обоснована актуальность темы, даны четкие формулировки, использованы как актуальные, так и устаревшие источники информации, имеются отдельные орфографические, синтаксические и стилистические ошибки.
Не зачтено, компетенция не освоена	Структура, содержание и оформление реферата не соответствуют предъявляемым требованиям, актуальность темы не обоснована, отсутствуют четкие формулировки, использованы преимущественно устаревшие источники информации, имеются в большом количестве орфографические, синтаксические и стилистические ошибки.

5.3. Материалы для оценки достижения компетенций

5.3.1. Оценочные материалы промежуточной аттестации

5.3.1.1. Вопросы к экзамену – «Не предусмотрены».

5.3.1.2. Задачи к экзамену – «Не предусмотрены».

5.3.1.3. Вопросы к зачету с оценкой – «Не предусмотрены».

5.3.1.4. Вопросы к зачету

№	Содержание	Компетенция	ИДК
1.	История зарождения и развития единоборств.	УК-7	31
2.	Средства и методы общей и специальной физической подготовки при занятиях единоборствами.	УК-7	31
3.	Средства и методы воспитания общей и специальной выносливости при занятиях единоборствами.	УК-7	31
4.	Средства и методы воспитания общей и специальной силы.	УК-7	31
5.	Средства и методы воспитания общей и специальной быстроты.	УК-7	31
6.	Средства и методы воспитания общей и специальной ловкости	УК-7	31
7.	Средства и методы воспитания общей и специальной гибкости.	УК-7	31
8.	Система упражнений для общей и специальной физической подготовки единоборцев.	УК-7	31
9.	Система упражнений для общей и специальной психологической подготовки единоборцев.	УК-7	31
10.	Определение основных понятий в единоборствах – техника, прием, защита, контрприем, комбинация.	УК-7	31
11.	Основные закономерности выполнения техники приемов в	УК-7	31

	единоборствах.		
12.	Основы биомеханических закономерностей выполнения бросков.	УК-7	31
13.	Основы биомеханических закономерностей выполнения ударов.	УК-7	31
14.	Основы биомеханических закономерностей выполнения болевых приемов.	УК-7	31
15.	Последовательность обучения бросковой технике.	УК-7	31
16.	Последовательность обучения ударной технике.	УК-7	31
17.	Последовательность обучения технике болевых и удушающих приемов.	УК-7	31
18.	Правила соревнований по спортивным единоборствам.	УК-7	31
19.	Техника безопасности и запрещённые действия на занятиях единоборствами.	УК-7	31
20.	Инвентарь, оборудование и экипировка на занятиях единоборствами.	УК-7	31

5.3.1.5. Перечень тем курсовых проектов (работ) – «Не предусмотрен».

5.3.1.6. Вопросы к защите курсового проекта (работы) – «Не предусмотрены».

5.3.2. Оценочные материалы текущего контроля

5.3.2.1. Вопросы тестов

№	Содержание	Компетенция	ИДК
1.	Физическая культура это: 1. Процесс изменения естественных морфофункциональных свойств организма в течение жизни. 2. Часть общей культуры, представляющая собой творческую деятельность по усвоению прошлых и освоению новых материальных и духовных ценностей в сфере физического развития, оздоровления и воспитания людей. 3. Специфическая форма деятельности человека, направленная на совершенствование двигательных качеств и подготовку его к соревновательной деятельности.	УК-7	31
2.	Спорт — это: 1. Специфическая форма деятельности человека, направленная на специальную подготовку и участие в соревнованиях по какому-либо виду спорта. 2. Процесс изменения естественных морфофункциональных свойств организма в течение индивидуальной жизни. 3. Формирование специально-прикладных знаний и умений, способствующих достижению готовности человека к эффективной трудовой деятельности.	УК-7	31
3.	Духовные и материальные ценности физической культуры — это: 1. Широкий спектр возможностей спорта для удовлетворения индивидуальных и групповых запросов молодежи: рекреация, оздоровление, активный отдых.	УК-7	31

	<p>2. Спортивные сооружения, инвентарь, спортивная экипировка, медицинское обеспечение, а также информация в области ФК; методики, тренировки, комплексы физических упражнений; этические нормы регулирования поведения человека в процессе физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>3. Стремление молодежи к самосовершенствованию и саморазвитию, приобретение необходимых знаний, умений, самоуправления и самопрограммирования своей деятельности.</p>										
4.	<p>Физическое воспитание – это:</p> <p>1. Биологический процесс развития морфологических и функциональных свойств организма в течение жизни человека.</p> <p>2. Обучение молодежи знаниям в области гигиены, врачебного контроля, воспитание организаторских навыков в области физической культуры и спорта.</p> <p>3. Вид воспитательного процесса, заключающегося в обучении двигательным актам и управлении развитием и совершенствованием физических качеств человека.</p>	УК-7	31								
5.	<p>Основное средство физического воспитания:</p> <p>1. Физические упражнения.</p> <p>2. Занятия различными видами спорта, посещение спортивных мероприятий.</p> <p>3. Воспитание психологической устойчивости.</p>	УК-7	31								
6.	<p>Какие из ниже перечисленных факторов влияют на содержание производственной гимнастики на рабочем месте?</p> <p>1. Возраст работников и их желание заниматься физкультурой.</p> <p>2. Биоритмы работника, калорийность обеда.</p> <p>3. Характер и условия трудовой деятельности.</p>	УК-7	31								
7.	<p>Почему физические упражнения являются основным средством физического воспитания?</p> <p>1. Физические упражнения направлены на формирование физических способностей человека.</p> <p>2. Физические упражнения своим воздействием на организм позволяют улучшить гигиенические факторы.</p> <p>3. Физические упражнения позволяют в основном использовать режим двигательной активности.</p>	УК-7	31								
8.	<p>Установите правильное соответствие между средствами физического воспитания (левый столбец) и видами средств физического воспитания (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.</p> <table border="1" data-bbox="316 1686 1161 1989"> <thead> <tr> <th>Средства физического воспитания</th> <th>Виды средств физического воспитания</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А. Основные</td> <td>1. оздоровительные силы и природы гигиенические факторы</td> </tr> <tr> <td>Б. Вспомогательные</td> <td>2. физические упражнения</td> </tr> <tr> <td>В. Технические</td> <td>3. тренажеры и тренировочные устройства</td> </tr> </tbody> </table>	Средства физического воспитания	Виды средств физического воспитания	А. Основные	1. оздоровительные силы и природы гигиенические факторы	Б. Вспомогательные	2. физические упражнения	В. Технические	3. тренажеры и тренировочные устройства	УК-7	31
Средства физического воспитания	Виды средств физического воспитания										
А. Основные	1. оздоровительные силы и природы гигиенические факторы										
Б. Вспомогательные	2. физические упражнения										
В. Технические	3. тренажеры и тренировочные устройства										
9.	<p>Гигиенические факторы, содействующие укреплению здоровья – это:</p>	УК-7	31								

	<p>1. Солнечные и воздушные ванны, утренняя гигиеническая зарядка.</p> <p>2. Соблюдение режима питания и сна, регулярные тренировки каким-либо видом спорта</p> <p>3. Личная и общественная гигиена (чистота тела, чистота мест занятий, воздуха и т.д.).</p>										
10.	<p>Физическое развитие — это:</p> <p>1. Разнообразие мотивов занятиями спортом, социально и лично значимых потребностей, форм и методов, средств обучения и воспитания.</p> <p>2. Процесс изменения естественных морфофункциональных свойств организма в течение жизни человека (длина, масса тела, окружность грудной клетки, быстрота, сила, выносливость, ловкость).</p> <p>3. Часть общей культуры человека, которая представляет собой творческую деятельность по освоению прошлых и создание новых ценностей в сфере развития, оздоровления и воспитания людей.</p>	УК-7	31								
11.	<p>Установите правильное соответствие между характеристиками физических качеств (левый столбец) и видами спорта и упражнениями в которых они развиваются (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.</p> <table border="1"> <tr> <td>Характеристики физических качеств</td> <td>Виды спорта и упражнения, в которых они развиваются</td> </tr> <tr> <td>А. Общая выносливость</td> <td>1. гиревой спорт</td> </tr> <tr> <td>Б. Сила</td> <td>2. подтягивания, сгибание и разгибание рук в упоре лежа</td> </tr> <tr> <td>В. Силовая выносливость</td> <td>3. лыжные гонки, плавание на длинные дистанции</td> </tr> </table>	Характеристики физических качеств	Виды спорта и упражнения, в которых они развиваются	А. Общая выносливость	1. гиревой спорт	Б. Сила	2. подтягивания, сгибание и разгибание рук в упоре лежа	В. Силовая выносливость	3. лыжные гонки, плавание на длинные дистанции	УК-7	31
Характеристики физических качеств	Виды спорта и упражнения, в которых они развиваются										
А. Общая выносливость	1. гиревой спорт										
Б. Сила	2. подтягивания, сгибание и разгибание рук в упоре лежа										
В. Силовая выносливость	3. лыжные гонки, плавание на длинные дистанции										
12.	<p>Установите правильное соответствие между физическими качествами (левый столбец) и их определениями (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.</p> <table border="1"> <tr> <td>Физическое качество</td> <td>Определение</td> </tr> <tr> <td>А. абсолютная сила</td> <td>1. максимальная сила, проявляемая человеком в каком-либо движении, независимо от массы его тела</td> </tr> <tr> <td>Б. сила</td> <td>2. сила, проявляемая человеком в пересчете на 1 кг собственного веса</td> </tr> <tr> <td>В. относительная сила</td> <td>3. способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений)</td> </tr> </table>	Физическое качество	Определение	А. абсолютная сила	1. максимальная сила, проявляемая человеком в каком-либо движении, независимо от массы его тела	Б. сила	2. сила, проявляемая человеком в пересчете на 1 кг собственного веса	В. относительная сила	3. способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений)	УК-7	31
Физическое качество	Определение										
А. абсолютная сила	1. максимальная сила, проявляемая человеком в каком-либо движении, независимо от массы его тела										
Б. сила	2. сила, проявляемая человеком в пересчете на 1 кг собственного веса										
В. относительная сила	3. способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений)										
13.	<p>Двигательная активность — это:</p> <p>1. Совокупность средств, форм, методов и приемов воспитательной деятельности в вузе, обеспечивающей формирова-</p>	УК-7	31								

	<p>ние личности будущих специалистов.</p> <p>2. Естественная и специально организованная двигательная деятельность человека, обеспечивающая его успешное физическое и психическое развитие.</p> <p>3. Процесс приспособления организма к меняющимся производственным и социальным условиям.</p>		
14.	<p>Профессиональная направленность физического развития — это:</p> <p>1. Приобщение человека к физической культуре для овладения им системой ценностей, знаний, творческого развития, физических способностей.</p> <p>2. Формирование специальных прикладных знаний, качеств, умений и навыков, способствующих готовности человека к эффективной профессиональной деятельности.</p> <p>3. Процесс физического образования и воспитания, выражающей высокую степень развития индивидуальных физических способностей.</p>	УК-7	31
15.	<p>Здоровый образ жизни (ЗОЖ) человека, это:</p> <p>1. Форма жизнедеятельности, процесс самоорганизации и самодисциплины, направленный на укрепление адаптивных возможностей организма.</p> <p>2. Формирование у человека ответственности за здоровье – как части общекультурного развития, самореализации.</p> <p>3. Процесс приспособления организма к меняющимся производственным и социальным условиям.</p>	УК-7	31
16.	<p>Составляющие здорового образа жизни, это:</p> <p>1. Требования санитарии и гигиены, вредные привычки, генетические факторы.</p> <p>2. Двигательная активность; режим труда и отдыха, питание, экология.</p> <p>3. Отказ от вредных привычек и двигательной активности.</p>	УК-7	31
17.	<p>Взаимосвязь состояния здоровья человека и окружающей среды выражается в следующем:</p> <p>1. Окружающая среда зимой практически не влияет на здоровье человека.</p> <p>2. Физически подготовленные и здоровые люди не так чутко реагируют на изменения климата, погоды, экологии.</p> <p>3. Зимой основной обмен понижен, весной и летом повышен, что не сказывается на настроении человека.</p>	УК-7	31
18.	<p>Вредные привычки человека:</p> <p>1. Несоблюдение гигиены занятий физическими упражнениями.</p> <p>2. Курение, высокая двигательная активность.</p> <p>3. Алкоголизм, токсикомания, наркомания.</p>	УК-7	31
19.	<p>Задачи утренней гигиенической гимнастики:</p> <p>1. Совершенствование общих физических качеств.</p> <p>2. Ликвидация застойных явлений после сна, активизация физиологических систем организма.</p> <p>3. Утренняя тренировка профессиональных качеств специалиста.</p>	УК-7	31
20.	Организационные требования к утренней гимнастике:	УК-7	31

	<p>1. Число упражнений комплекса не должно превышать 4-5.</p> <p>2. Необходимо предварительно разработать комплекс упражнений, дозировку и последовательность их выполнения.</p> <p>3. Отдается предпочтение упражнениям на натуживание и статическим позам.</p>										
21.	<p>Характерные особенности самостоятельных занятий для женщин:</p> <p>1. В самостоятельных занятиях женщинам необходимо укреплять мышцы живота, спины поясницы и тазового дна, выполнять упражнения на гибкость.</p> <p>2. Выполнять больше силовых упражнений с максимальными отягощениями, чтобы увеличить мышечную массу.</p> <p>3. Разрешаются прыжки, поднятие больших тяжестей и другие упражнения, сопровождающиеся задержкой дыхания и натуживанием.</p>	УК-7	31								
22.	<p>При самостоятельных занятиях оздоровительным бегом необходимо руководствоваться следующими принципами:</p> <p>1. С первых занятий необходимо максимально поддерживать скорость бега, чтобы побыстрее набрать хорошую форму.</p> <p>2. Если занятия бегом нерегулярны, то это можно компенсировать высокой скоростью бега, т.е. интенсивностью.</p> <p>3. Нагрузка должна соответствовать функциональным возможностям организма, обеспечивать наибольший эффект, должна быть регулярной и систематичной.</p>	УК-7	31								
23.	<p>Какие задачи решают самостоятельные занятия по общей физической подготовке?</p> <p>1. Направлены на улучшение физического развития, функциональных возможностей организма.</p> <p>2. Совершенствуются техника и тактика в избранном виде спорта.</p> <p>3. Повышение работоспособности студента, возможность не посещать занятия по физвоспитанию.</p>	УК-7	31								
24.	<p>Установите правильное соответствие между методами самоконтроля физического развития (левый столбец) и функциональными пробами и тестами, которые к ним относятся (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.</p> <table border="1" data-bbox="304 1574 1161 2022"> <thead> <tr> <th>Методы самоконтроля физического развития</th> <th>Функциональные пробы и тесты</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А. Методы самоконтроля физической работоспособности</td> <td>1. Проба Рюффье. Ортостатическая проба, Проба Штанге</td> </tr> <tr> <td>Б. Методы самоконтроля функционального состояния кардио-респираторной системы</td> <td>2. Гарвардский степ-тест, функциональная проба Кверга</td> </tr> <tr> <td>В. Методы самоконтроля личного физического развития</td> <td>3. весо-ростовой показатель, жизненная емкость легких</td> </tr> </tbody> </table>	Методы самоконтроля физического развития	Функциональные пробы и тесты	А. Методы самоконтроля физической работоспособности	1. Проба Рюффье. Ортостатическая проба, Проба Штанге	Б. Методы самоконтроля функционального состояния кардио-респираторной системы	2. Гарвардский степ-тест, функциональная проба Кверга	В. Методы самоконтроля личного физического развития	3. весо-ростовой показатель, жизненная емкость легких	УК-7	31
Методы самоконтроля физического развития	Функциональные пробы и тесты										
А. Методы самоконтроля физической работоспособности	1. Проба Рюффье. Ортостатическая проба, Проба Штанге										
Б. Методы самоконтроля функционального состояния кардио-респираторной системы	2. Гарвардский степ-тест, функциональная проба Кверга										
В. Методы самоконтроля личного физического развития	3. весо-ростовой показатель, жизненная емкость легких										
25.	<p>Установите правильное соответствие между медицинскими</p>	УК-7	31								

	ми группами (левый столбец) и показателями состояния здоровья студента (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.										
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Медицинские группы</th> <th>Показатели состояния здоровья студента</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А. Основная</td> <td>1. студент имеет отклонения в состоянии здоровья, постоянного или временного характера, требующие ограничения физических нагрузок, но допущенного к выполнению учебной работы</td> </tr> <tr> <td>Б. Подготовительная</td> <td>2. студент без отклонений в состоянии здоровья, или имеет незначительные отклонения в состоянии здоровья при недостаточном физическом развитии и недостаточной функциональной подготовленности</td> </tr> <tr> <td>В. Специальная</td> <td>3. студент не имеет отклонений в состоянии здоровья, или имеет незначительные отклонения в состоянии здоровья при достаточном физическом развитии и функциональной подготовленности</td> </tr> </tbody> </table>	Медицинские группы	Показатели состояния здоровья студента	А. Основная	1. студент имеет отклонения в состоянии здоровья, постоянного или временного характера, требующие ограничения физических нагрузок, но допущенного к выполнению учебной работы	Б. Подготовительная	2. студент без отклонений в состоянии здоровья, или имеет незначительные отклонения в состоянии здоровья при недостаточном физическом развитии и недостаточной функциональной подготовленности	В. Специальная	3. студент не имеет отклонений в состоянии здоровья, или имеет незначительные отклонения в состоянии здоровья при достаточном физическом развитии и функциональной подготовленности		
Медицинские группы	Показатели состояния здоровья студента										
А. Основная	1. студент имеет отклонения в состоянии здоровья, постоянного или временного характера, требующие ограничения физических нагрузок, но допущенного к выполнению учебной работы										
Б. Подготовительная	2. студент без отклонений в состоянии здоровья, или имеет незначительные отклонения в состоянии здоровья при недостаточном физическом развитии и недостаточной функциональной подготовленности										
В. Специальная	3. студент не имеет отклонений в состоянии здоровья, или имеет незначительные отклонения в состоянии здоровья при достаточном физическом развитии и функциональной подготовленности										
26.	Установите правильное соответствие между типом телосложения (левый столбец) и его характеристикой (правый столбец). Каждый ответ правого столбца может быть использован один раз.	УК-7	31								
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Тип телосложения</th> <th>Характеристика типа телосложения</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А. Гиперстеник</td> <td>1. человек с широкими плечами укороченными руками, ногами, шеей. Обмен веществ замедлен.</td> </tr> <tr> <td>Б. Астеник</td> <td>2. наиболее пропорционально сложенный человек. Таких большинство.</td> </tr> <tr> <td>В. Нормостеник</td> <td>3. человек с длинными ногами и руками, узкими плечами, бедрами и грудной клеткой. Обмен веществ слегка превышен.</td> </tr> </tbody> </table>	Тип телосложения	Характеристика типа телосложения	А. Гиперстеник	1. человек с широкими плечами укороченными руками, ногами, шеей. Обмен веществ замедлен.	Б. Астеник	2. наиболее пропорционально сложенный человек. Таких большинство.	В. Нормостеник	3. человек с длинными ногами и руками, узкими плечами, бедрами и грудной клеткой. Обмен веществ слегка превышен.		
Тип телосложения	Характеристика типа телосложения										
А. Гиперстеник	1. человек с широкими плечами укороченными руками, ногами, шеей. Обмен веществ замедлен.										
Б. Астеник	2. наиболее пропорционально сложенный человек. Таких большинство.										
В. Нормостеник	3. человек с длинными ногами и руками, узкими плечами, бедрами и грудной клеткой. Обмен веществ слегка превышен.										
27.	Установите правильную последовательность выполнения теста для определения гибкости шейного отдела позвоночника: 1. Наклонить голову влево (вправо). Верхний край левого	УК-7	31								

	<p>/правого/ уха должен находиться на одной вертикальной линии с нижним краем другого уха.</p> <p>2. Сделать отметку на стене на уровне носа, встать боком к стене, повернуть голову в сторону метки. Туловище должно быть неподвижно, нос должен «смотреть» точно на метку.</p> <p>3. Наклонить голову вперед. Подбородок должен коснуться груди.</p>		
28.	<p>Установите правильную последовательность упражнений в комплексе утренней гигиенической гимнастики:</p> <p>1. Упражнения на все группы мышц</p> <p>2. Ходьба</p> <p>3. Упражнения на расслабление с глубоким дыханием</p> <p>4. Упражнения на потягивания</p>	УК-7	31
29.	<p>Установите правильную последовательность упражнений в подготовке легкоатлета:</p> <p>1. Общая физическая подготовка</p> <p>2. Упражнения на ускорение</p> <p>3. Упражнения на общую выносливость</p>	УК-7	31
30.	<p>Установите правильную последовательность получения спортивных разрядов:</p> <p>1. 3, 2, 1 юношеский.</p> <p>2. кандидат в мастера спорта.</p> <p>3. 3, 2, 1 взрослый.</p>	УК-7	31
31.	<p>Установите правильную последовательность получения спортивных званий:</p> <p>1. Мастер спорта.</p> <p>2. Мастер спорта международного класса.</p> <p>3. Заслуженный мастер спорта.</p>	УК-7	31
32.	<p>Объективные показатели самоконтроля занимающихся физической культурой и спортом, это:</p> <p>1. Частота дыхания в покое.</p> <p>2. Масса тела.</p> <p>3. Частота сердечных сокращений (пульс).</p>	УК-7	31
33.	<p>Субъективные показатели самоконтроля занимающихся физической культурой и спортом, это:</p> <p>1. Сон.</p> <p>2. Самочувствие.</p> <p>3. Вялость.</p>	УК-7	31
34.	<p>Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом, это:</p> <p>1. Врачебный контроль в процессе занятий физической культурой и спортом.</p> <p>2. Контроль своего состояния по результатам диспансеризации.</p> <p>3. Регулярное наблюдение за состоянием своего здоровья, физической подготовкой и их изменениями под влиянием регулярных занятий спортом.</p>	УК-7	31
35.	<p>Производственная физическая культура, это:</p> <p>1. Потенциальная возможность человека выполнить целесообразную деятельность на заданном уровне эффективности в течение рабочего дня.</p>	УК-7	31

	2. Система методически обоснованных физических упражнений и физкультурно-оздоровительных мероприятий, направленных на повышение и сохранение устойчивой профессиональной деятельности. 3. Комплексное воздействие природы на организм человека в конкретных условиях окружающей среды обитания.		
36.	Среди форм самостоятельных занятий физическими упражнениями выделяют: 1. Упражнения в течение учебного дня. 2. Утреннюю гигиеническую гимнастику. 3. Самостоятельные тренировочные занятия.	УК-7	31
37.	Физкультурная пауза, ее продолжительность и место в течение рабочего дня? 1. Проводится 5 минут, перед обедом один раз. 2. Проводится 5-10 минут два раза в течение дня. 3. Проводится 5 минут после обеда один раз.	УК-7	31
38.	Комплекс упражнений, применяемых в режиме рабочего дня, для повышения работоспособности и восстановления называют _____ гимнастика.	УК-7	31
39.	Двигательные действия, используемые для физического совершенствования человека называются _____ упражнениями.	УК-7	31
40.	_____ это: нормальное психосоматическое состояние человека, отражающее физическое, психическое и социальное благополучие.	УК-7	31
41.	Естественные природные факторы: солнце, воздух и вода – это основные средства _____.	УК-7	31
42.	_____ в течение учебного дня (производственная гимнастика: физкультминутки, физкультурные паузы) относятся к формам самостоятельных занятий физическими упражнениями:	УК-7	31
43.	Количество воздуха, которое может выдохнуть человек после максимально глубокого вдоха называют _____ емкостью легких.	УК-7	31
44.	Для контроля за сердечно-сосудистой системой организма используется _____ проба.	УК-7	31
45.	Работоспособность оценивают по результатам теста _____, который представляет собой 12-ти минутный непрерывный бег.	УК-7	31
46.	При контроле за сердечно-сосудистой системой организма используется проба _____.	УК-7	31
47.	Укрепление здоровья и повышение эффективности труда – это основные задачи _____ физической культуры.	УК-7	31
48.	Проведением мероприятий по производственной физической культуре занимается _____.	УК-7	31
49.	К эффективным средствам восстановления работоспособности относят: _____, контрастный душ.	УК-7	31
50.	Умеренная интенсивность ЧСС, обеспечиваемая аэробными механизмами энергообеспечения составляет: ___ - ___ ударов в минуту.	УК-7	31
51.	В комплексы упражнений гигиенической гимнастики не		

	следует включать упражнения с _____отягощениями.		
52.	Минимальный объем двигательной активности необходимый студенту составляет ___-___часов в неделю.		
53.	Методами исследования физического развития являются:_____.		
54.	Ведущим показателем функционального состояния организма является общая физическая_____.		
55.	Все функциональные пробы классифицируются по типу _____показателей.		
56.	Между окончанием занятий физическими упражнениями и приемом пищи рекомендуется делать перерыв____-___минут.		
57.	Прямое положение головы и позвоночника, горизонтальный уровень надплечий и углов лопаток относятся к признакам нормальной_____.		
58.	Субъективными показателями (собственными ощущениями самочувствия) определяется_____физических нагрузок.		
59.	Шейпинг, гидроаэробика, ушу, гимнастика хатха-його, армрестлинг относят к _____системам физических упражнений.		
60.	Упражнения с гантелями, гирями, тренажерами эспандерами и штангой относятся к_____гимнастике.		
61.	Физические двигательные качества (сила, выносливость, быстрота и др.) и тип нервной системы необходимо учитывать при выборе_____спорта.		
62.	Развивающая тренировка на данную группу мышц (1-2 раза) в неделю называют_____.		
63.	Силовые упражнения рекомендуется сочетать с упражнениями на_____.		
64.	Структура самостоятельного занятия по общей физической подготовке состоит из трех частей:_____, основной и заключительной.		
65.	Микропауза активного отдыха проводится в течение 20-30 сек,_____в течение рабочего дня.		
66.	Физическое упражнение_____развивает мышцы рук.		
67.	Абсолютная сила мышц человека измеряется_____.		

5.3.2.2.

Контрольные упражнения-тесты

(I-II курсы)

№ теста	Наименование упражнений-тестов	Критерии оценки		
		отлично	хорошо	удов.
1	Разгибания туловища назад из и. п. лежа на животе (кол-во раз)	60	50	40
2	Подтягивания на перекладине	15	13	11
3	Бег 3000 м (мин)	12'30''	12'45''	13'10''

4	Комплексное силовое упражнение: из исходного положения основная стойка – упор присев, далее прыжком упор лежа, затем прыжком упор присев и прыжок вверх (кол-во раз)	44	36	32
5	Челночный бег 10х10 (сек)	27	28	29

5.3.2.3. Вопросы для устного опроса

№	Содержание	Компетенция	ИДК
1.	Характеристика единоборств как вида спорта и средства физического воспитания.	УК-7	31
2.	Как оцениваются технические действия в единоборствах.	УК-7	31
3.	Техника безопасности и запрещённые действия на занятиях единоборствами.	УК-7	31
4.	Охарактеризуйте специально-подготовительные упражнения борца.	УК-7	31
5.	Инвентарь-оборудование и экипировка на занятиях по единоборствам.	УК-7	31
6.	Приведите примеры подвижных игр с элементами единоборств.	УК-7	31
7.	Морально-волевая подготовка единоборцев.	УК-7	31
8.	Раскройте методику воспитания специальной выносливости средствами единоборств.	УК-7	31
9.	Перечислите и охарактеризуйте основные формы подготовки спортсменов в единоборствах.	УК-7	31
10.	Терминология, используемая в единоборствах.	УК-7	31
11.	Техника специальной акробатической подготовки борца и ее специфика.	УК-7	31
12.	Приведите примеры упражнений для воспитания гибкости на занятиях единоборствами.	УК-7	31
13.	Запрещённые действия и приёмы в единоборствах.	УК-7	31
14.	Перечислите и охарактеризуйте технические приемы в единоборствах.	УК-7	31
15.	Приведите примеры упражнений для воспитания специальной ловкости на занятиях единоборствами.	УК-7	31
16.	Обоснуйте основные формы подготовки спортсменов в единоборствах.	УК-7	31
17.	Какое влияние оказывает занятия единоборствами на организм человека?	УК-7	31
18.	Последовательность изучения тактических действий в нападении и защите.	УК-7	31
19.	Правила соревнований по видам единоборств.	УК-7	31
20.	Как происходит формирование тактических умений в процессе освоения подготовительных, подводящих упражнений и технических приемов.	УК-7	31

5.3.2.4. Задачи для проверки умений и навыков

№	Содержание	Компетенция	ИДК
1.	Для определения уровня физической подготовленности студента, в частности его силовых способностей, выполняются упражнения: подтягивание из положения виса на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях, подъем ног из виса на перекладине. Какие упражнения помогут занимающимся улучшить показатели силовой подготовленности?	УК-7	У1 Н1
2.	Для определения показателей скоростно-силовой работы используются прыжки с места в длину. Используя какие упражнения можно повысить свои скоростно-силовые возможности?	УК-7	У1
3.	Для тестирования общей выносливости предлагается контрольный норматив у юношей бег 3000 м, у девушек – 2000 м. Как использовать данное упражнение для выработки специальной выносливости единоборца?	УК-7	У1
4.	Тестирование моторной плотности в нанесении серий ударов на боксерском мешке для ударных единоборств, количества выполненных бросков для борцов. Выполнением каких специальных упражнений совершенствуется моторная плотность?	УК-7	У1 Н1
5.	Тестирование мощности нанесения акцентированных ударов левой и правой рукой на боксерской подушке снабженной динамометрическим устройством. Используя какие упражнения, можно повысить силу удара?	УК-7	У1 Н1
6.	Тестирование подвижности работы ног и скоростной выносливости в прыжках на скакалке. Продемонстрируйте варианты прыжков.	УК-7	Н1
7.	Проведение контрольных спаррингов с разными партнерами, для представителей ударных единоборств и схваток для борцов. После проведения разобрать свои действия и действия партнера во время поединков, что удалось и чего не хватило для выполнения задуманных действий.	УК-7	У1 Н1
8.	Провести судейство нескольких поединков в роли рефери и бокового судьи.	УК-7	Н1

5.3.2.5. Перечень тем рефератов

№ п/п	Тема реферата
1.	Развитие единоборств в дореволюционной России.
2.	Воинские искусства народов востока.
3.	Боевые единоборства американского континента.
4.	Средства и методы развития: выдержки, настойчивости, смелости, решительности, инициативности.
5.	Проблемы и перспективы развития единоборств.
6.	Безопасность и профилактика травматизма при занятиях единоборствами.
7.	История возникновения и развития единоборств.
8.	Единоборства в системе физического воспитания студентов вузов.
9.	Терминология, ее роль в процессе обучения единоборствам.

10.	Гигиенические требования к занятиям единоборствами.
11.	Понятия общей и специальной силы. Методы воспитания силы в единоборствах.
12.	Организация и проведение соревнований по единоборствам.
13.	История развития вольной борьбы.
14.	Достижения советских и российских спортсменов-борцов на Олимпийских играх.
15.	Провести сравнительный анализ любых видов единоборств (3-4 вида).
16.	Общая физическая подготовка в единоборствах.
17.	Спортивная подготовка в единоборствах.
18.	Технико-тактическая подготовка в избранном виде единоборств.
19.	Ударные боевые искусства.
20.	Основные аспекты тхэквондо как вида восточного единоборства.
21.	История и перспективы смешанных единоборств.
22.	Система организации и проведения всероссийских, межрегиональных и региональных соревнований по смешанному боевому единоборству.
23.	Тенденции развития спортивных единоборств в России.
24.	Организационно-экономическая характеристика союза ММА.
25.	Восточные единоборства и их специфика.

5.3.2.6. Вопросы для контрольной (расчетно-графической) работы – «Не предусмотрены».

5.4. Система оценивания достижения компетенций

5.4.1. Оценка достижения компетенций в ходе промежуточной аттестации

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности					
Индикаторы достижения компетенции УК-7		Номера вопросов и задач			
Код	Содержание	вопросы к экзамену	задачи к экзамену	вопросы к зачету	вопросы по курсовому проекту (работе)
31	Основные способы поддержания должного уровня физической подготовленности.	-	-	1-20	-
У1	Выбирать системы физических упражнений для оптимизации работоспособности и физического развития.	-	-	-	-
Н1	Использования средств и методов физической культуры и спорта для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	-	-	-	-

5.4.2. Оценка достижения компетенций в ходе текущего контроля

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				
Индикаторы достижения компетенции УК-7		Номера вопросов и задач		
Код	Содержание	вопросы тестов	вопросы устного опроса	задачи для проверки умений и навыков
31	Основные способы поддержания должного уровня физической подготовленности.	1-30	1-20	-
У1	Подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.	-	-	1-5; 7
Н1	Поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	-	-	1; 4-8

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Рекомендуемая литература

№	Библиографическое описание	Тип издания	Вид учебной литературы
1.	Ильинич В. И. Физическая культура студента и жизнь: учебник для студентов вузов, изучающих дисциплину «Физическая культура», кроме направления и специальностей в области физической культуры и спорта / В. И. Ильинич - М.: Гардарики, 2010 - 367 с.	Учебное	Основная
2.	Основы плавания: учебное пособие / [А. Н. Щеглеватых и др.]; Воронежский государственный аграрный университет - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2019 - 86 с. [ЦИТ 19007] [ПТ] URL: http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m147598.pdf	Учебное	Дополнительная
3.	Общая физическая подготовка [Электронный ресурс] : учебное пособие для обучающихся всех направлений и специальностей очной и заочной форм обучения / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост.: В. В. Севастьянов, Е. А. Стеблецов, Т. В. Поваляева ; под общ. ред. Е. В. Алтуховой] .— Электрон. текстовые дан. (1 файл : 976 Кб) .— Воронеж : Воронежский государственный аграрный университет, 2020 .— Заглавие с титульного экрана .— Режим доступа: для авторизованных пользователей .— Текстовый файл .—	Учебное	Дополнительная

	Adobe Acrobat Reader 4.0 .— URL:http://catalog.vsau.ru/elib/books/b168593.pdf		
4.	Нормативы и подводящие упражнения к Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу ГТО: учебно-методическое пособие / [А. Н. Щеглеватых и др.]; Воронежский государственный аграрный университет - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2019 - 31 с [ЦИТ 19013] [ПТ] URL: http://catalog.vsau.ru/elib/books/b147600.pdf	Методическое	Дополнительная
5.	Адаптивная физическая культура: ежеквартальный журнал / Национальный гос. Ун-т физической культуры, спорта и здоровья - Санкт-Петербург: Б.и., 2003-	Периодическое	
6.	Теория и практика физической культуры: Ежемесяч. науч.-теорет. журн. - М.: Б.и., 1993-	Периодическое	
7.	Физкультура и спорт: ежемесячный иллюстрированный журнал: 12+ / учредитель: ЗАО "Редакция журнала "Физкультура и спорт" - Москва: Физкультура и спорт, 1977-	Периодическое	

6.2. Ресурсы сети Интернет

6.2.1. Электронные библиотечные системы

№	Название	Размещение
1.	Лань	https://e.lanbook.com
2.	ZNANIUM.COM	http://znanium.com/
3.	ЮРАЙТ	http://www.biblio-online.ru/
4.	IPRbooks	http://www.iprbookshop.ru/
5.	E-library	https://elibrary.ru/
6.	Электронная библиотека ВГАУ	http://library.vsau.ru/

6.2.2. Профессиональные базы данных и информационные системы

№	Название	Размещение
1.	Справочная правовая система Гарант	http://www.consultant.ru/
2.	Справочная правовая система Консультант Плюс	http://ivo.garant.ru

6.2.3. Сайты и информационные порталы

№	Название	Размещение
1.	Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры»	http://www.lib.sportedu.ru
2.	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»	https://gto.ru/

3.	Министерство спорта Российской Федерации	https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/
4.	Департамент физической культуры и спорта Воронежской области	https://www.govvrn.ru/organizacia/~id/844519

7. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

7.1. Помещения для ведения образовательного процесса и оборудование

Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом
Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации, индивидуальных и групповых консультаций: комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование, учебно-наглядные пособия, гимнастические скамейки, шведские стенки	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, 112, зал 1
Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации, индивидуальных и групповых консультаций: комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование, учебно-наглядные пособия, борцовские маты, канат для лазания	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, 112, зал 2
Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации, индивидуальных и групповых консультаций: комплект учебной мебели, учебно-наглядные пособия, тренажеры, стол для армрестлинга, штанги, гантели, гири, диски тяжелоатлетические, резиновые коврики, стойки для жима, турник, шведская стенка, пояса тяжелоатлетические, зеркало, плакаты, банер	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, 112, зал 3
Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования: мебель для хранения и обслуживания учебного оборудования, учебно-наглядные пособия, мячи волейбольные, мячи баскетбольные, мячи футбольные, скакалки, обручи, гимнастические палки, коврики, кегли	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, д. 112
Помещение для самостоятельной работы: комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование, учебно-наглядные пособия, гимнастические скамейки, шведские стенки	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, 112, зал 1

Помещение для самостоятельной работы: комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование, учебно-наглядные пособия, борцовские маты, канат для лазания	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, 112, зал 2
Помещение для самостоятельной работы: комплект учебной мебели, учебно-наглядные пособия, тренажеры, стол для армрестлинга, штанги, гантели, гири, диски тяжелоатлетические, резиновые коврики, стойки для жима, турник, шведская стенка, пояса тяжелоатлетические, зеркало, плакаты, банер	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Ломоносова, 112, зал 3

7.2. Программное обеспечение

7.2.1. Программное обеспечение общего назначения

№	Название	Размещение
1	Операционные системы MS Windows /Linux /Ред ОС	ПК в локальной сети ВГАУ
2	Пакеты офисных приложений MS Office / OpenOffice/LibreOffice	ПК в локальной сети ВГАУ
3	Программы для просмотра файлов Adobe Reader / DjVu Reader	ПК в локальной сети ВГАУ
4	Браузеры Яндекс Браузер / Mozilla Firefox / Microsoft Edge	ПК в локальной сети ВГАУ
5	Антивирусная программа DrWeb ES	ПК в локальной сети ВГАУ
6	Программа-архиватор 7-Zip	ПК в локальной сети ВГАУ
7	Мультимедиа проигрыватель MediaPlayer Classic	ПК в локальной сети ВГАУ
8	Платформа онлайн-обучения eLearning server	ПК в локальной сети ВГАУ
9	Система компьютерного тестирования AST Test	ПК в локальной сети ВГАУ

7.2.2. Специализированное программное обеспечение – «Не предусмотрено»

8. Междисциплинарные связи

Дисциплина, с которой необходимо согласование	Кафедра, на которой преподается дисциплина	ФИО заведующего кафедрой
Б1.О.04 Безопасность жизнедеятельности	Кафедра технологического оборудования, процессов перерабатывающих производств, механизации с.-х. и безопасности жизнедеятельности	Высоцкая Е.А.
Б1.О.09 Физическая культура и спорт	Кафедра физического воспитания	Алтухова Е.В.
Б1.О.ДЭ.01.01 Профессионально-	Кафедра физического воспитания	Алтухова Е.В.

