

Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Сибирский государственный университет телекоммуникаций и информатики»
(СибГУТИ)
Уральский технический институт связи и информатики (филиал) в г. Екатеринбурге
(УрТИСИ СибГУТИ)

УТВЕРЖДАЮ
директор УрТИСИ СибГУТИ
_____ Минина Е.А.
«___» _____ 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Б1. О.ДВ.01 Элективные дисциплины по физической культуре
и спорту**

Б1. О.ДВ.01.01 Настольный теннис


Направление подготовки / специальность: **11.03.02 «Инфокоммуникационные
технологии и системы связи»**

Направленность (профиль) / специализация: **Инженерия телекоммуникаций**

Форма обучения: **очная**

Год набора: 2026

Разработчик (-и) рабочей программы:
к.п.н., доцент



/ Бугров А.С. /

подпись

Утверждена на заседании кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин
(ГиСЭД) протокол от 20.11.2025 г. № 3

Заведующий кафедрой ГиСЭД



/ Л.Н. Евдакова /

подпись

Согласовано:
Заведующий выпускающей кафедрой



/ Е.И. Гниломёдов /

подпись

Ответственный по ОПОП

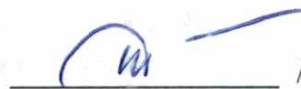


/ Е.И. Гниломёдов /

подпись

Основная и дополнительная литература, указанная в п.6 рабочей программы, имеется в наличии
в библиотеке института и ЭБС.

Заведующий библиотекой



/С.Г. Торбенко/

подпись

Разработчик (-и) рабочей программы:
к.п.н., доцент

_____ / Бугров А.С. /
подпись

Утверждена на заседании кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин
(ГиСЭД) протокол от 20.11.2025 г. № 3

Заведующий кафедрой ГиСЭД

_____ / Л.Н. Евдакова /
подпись

Согласовано:
Заведующий выпускающей кафедрой

_____ / Е.И. Гниломёдов /
подпись

Ответственный по ОПОП

_____ / Е.И. Гниломёдов /
подпись

Основная и дополнительная литература, указанная в п.6 рабочей программы, имеется в наличии
в библиотеке института и ЭБС.

Заведующий библиотекой

_____ /С.Г. Торбенко/
подпись

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина Б1. О.ДВ.01 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
Б1.О.ДВ.01.01 Настольный теннис относится к обязательной части образовательной программы.

| | |
|---|--|
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | |
| Предшествующие дисциплины и практики | |
| Дисциплины и практики, изучаемые одновременно с данной дисциплиной | Б1.О.24 Физическая культура и спорт Б1. О.ДВ.01.02 Баскетбол Б1. О.ДВ.01.03 Волейбол Б1. О.ДВ.01.04 Лёгкая атлетика |
| Последующие дисциплины и практики | ФТД.В.01 Здоровьесберегающие технологии в образовании Б3.01(Д) Выполнение и защита выпускной квалификационной работы |

Дисциплина не может реализовываться с применением дистанционных образовательных технологий.

2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать результаты обучения, которые соотнесены с индикаторами достижения компетенций:

| Код и наименование индикатора достижения компетенций | Результаты обучения по дисциплине |
|--|--|
| УК 7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | |
| УК-7.1 Знает виды физических упражнений, роль и значение физической культуры в жизни человека и общества, научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа жизни | Знает виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни. |
| УК 7.2 Умеет применять на практике средства физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки, использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирование здорового образа и стиля жизни | Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни |
| УК 7.3 Владеет средствами и методами управления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов, в зачетные единицы не переводиться.

Дисциплина изучается:

по очной форме обучения – в 1,2,3,4,5,6 семестре

Форма промежуточной аттестации по дисциплине – зачет

3.1 Очная форма обучения (О)

| Виды учебной работы | Всего часов | Семестр | | | | | |
|--------------------------------------|-------------|---------|----|----|----|----|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Аудиторная работа (всего) | 328 | 50 | 50 | 50 | 68 | 52 | 58 |
| Практические занятия (ПЗ) | 328 | 50 | 50 | 50 | 68 | 52 | 58 |
| Общая трудоемкость дисциплины | 328 | 50 | 50 | 50 | 68 | 52 | 58 |

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

4.1 Содержание лекционных занятий

Планом не предусмотрено.

4.2 Содержание практических занятий

| № п/п | № раздела дисциплины | Наименование практических занятий | Объем в часах |
|-----------|----------------------|---|---------------|
| | | | О |
| I семестр | | | |
| 1 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития силовых способностей. | 2 |
| 2 | 1 | Общие физические упражнения. | 2 |
| 3 | 1 | Специальные физические упражнения для развития скоростных способностей. | 2 |
| 4 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития гибкости. | 2 |
| 5 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития координационных способностей. | 2 |
| 6 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития общей выносливости. | 2 |
| 7 | 1 | Формирование техники исходной стойки и основных способов перемещений. | 2 |
| 8 | 1 | Формирование техники хватки ракетки и базового чувства мяча. | 2 |
| 9 | 1 | Формирование техники удара «толчок» (слева и справа). | 2 |
| 10 | 1 | Формирование классической техники наката справа. | 2 |
| 11 | 1 | Формирование классической техники наката слева. | 2 |
| 12 | 1 | Формирование техники подрезки справа для защиты и подготовки атаки. | 2 |
| 13 | 1 | Формирование техники подрезки слева. | 2 |
| 14 | 1 | Формирование техники подач с нижним и боковым вращением. | 2 |
| 15 | 1 | Формирование техники приема подач: распознавание вращения и адекватный ответ. | 2 |
| 16 | 1 | Формирование базовой техники топ-спина (петли) справа. | 2 |
| 17 | 1 | Формирование техники контратакующих ударов (блок, удар с полулёта). | 2 |
| 18 | 1 | Формирование связки технических действий «подача — третий мяч». | 2 |
| 19 | 1 | Формирование связки «прием подачи — четвертый мяч». | 2 |
| 20 | 1 | Формирование техники и тактики игры против защитника (подрезчика). | 2 |
| 21 | 1 | Формирование техники и тактики игры против атакующего игрока. | 2 |
| 22 | 1 | Формирование «коронной» комбинации или удара. | 2 |
| 23 | 1 | Формирование навыка розыгрыша стандартных положений (укороченный мяч — длинный мяч). | 2 |

| | | | |
|-----------|---|--|---|
| 24 | 1 | Формирование техники и тактики игры в условиях психологического давления («гандикап»). | 2 |
| 25 | 1 | Формирование индивидуального стиля игры на основе освоенного технического арсенала. | 2 |
| 2 семестр | | | |
| 1 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития силовых способностей. | 2 |
| 2 | 1 | Общие физические упражнения. | 2 |
| 3 | 1 | Специальные физические упражнения для развития скоростных способностей. | 2 |
| 4 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития гибкости. | 2 |
| 5 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития координационных способностей. | 2 |
| 6 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития общей выносливости. | 2 |
| 7 | 1 | Формирование техники исходной стойки и основных способов перемещений. | 2 |
| 8 | 1 | Формирование техники хватки ракетки и базового чувства мяча. | 2 |
| 9 | 1 | Формирование техники удара «толчок» (слева и справа). | 2 |
| 10 | 1 | Формирование классической техники наката справа. | 2 |
| 11 | 1 | Формирование классической техники наката слева. | 2 |
| 12 | 1 | Формирование техники подрезки справа для защиты и подготовки атаки. | 2 |
| 13 | 1 | Формирование техники подрезки слева. | 2 |
| 14 | 1 | Формирование техники подач с нижним и боковым вращением. | 2 |
| 15 | 1 | Формирование техники приема подач: распознавание вращения и адекватный ответ. | 2 |
| 16 | 1 | Формирование базовой техники топ-спина (петли) справа. | 2 |
| 17 | 1 | Формирование техники контратакующих ударов (блок, удар с полулёта). | 2 |
| 18 | 1 | Формирование связки технических действий «подача — третий мяч». | 2 |
| 19 | 1 | Формирование связки «прием подачи — четвертый мяч». | 2 |
| 20 | 1 | Формирование техники и тактики игры против защитника (подрезчика). | 2 |
| 21 | 1 | Формирование техники и тактики игры против атакующего игрока. | 2 |
| 22 | 1 | Формирование «коронной» комбинации или удара. | 2 |
| 23 | 1 | Формирование навыка розыгрыша стандартных положений (укороченный мяч — длинный мяч). | 2 |
| 24 | 1 | Формирование техники и тактики игры в условиях психологического давления («гандикап»). | 2 |
| 25 | 1 | Формирование индивидуального стиля игры на основе освоенного технического арсенала. | 2 |
| 3 семестр | | | |
| 1 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития силовых способностей. | 2 |
| 2 | 1 | Общие физические упражнения. | 2 |

| | | | |
|-----------|---|--|---|
| 3 | 1 | Специальные физические упражнения для развития скоростных способностей. | 2 |
| 4 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития гибкости. | 2 |
| 5 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития координационных способностей. | 2 |
| 6 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития общей выносливости. | 2 |
| 7 | 1 | Формирование техники исходной стойки и основных способов перемещений. | 2 |
| 8 | 1 | Формирование техники хватки ракетки и базового чувства мяча. | 2 |
| 9 | 1 | Формирование техники удара «толчок» (слева и справа). | 2 |
| 10 | 1 | Формирование классической техники наката справа. | 2 |
| 11 | 1 | Формирование классической техники наката слева. | 2 |
| 12 | 1 | Формирование техники подрезки справа для защиты и подготовки атаки. | 2 |
| 13 | 1 | Формирование техники подрезки слева. | 2 |
| 14 | 1 | Формирование техники подач с нижним и боковым вращением. | 2 |
| 15 | 1 | Формирование техники приема подач: распознавание вращения и адекватный ответ. | 2 |
| 16 | 1 | Формирование базовой техники топ-спина (петли) справа. | 2 |
| 17 | 1 | Формирование техники контратакующих ударов (блок, удар с полулёта). | 2 |
| 18 | 1 | Формирование связки технических действий «подача — третий мяч». | 2 |
| 19 | 1 | Формирование связки «прием подачи — четвертый мяч». | 2 |
| 20 | 1 | Формирование техники и тактики игры против защитника (подрезчика). | 2 |
| 21 | 1 | Формирование техники и тактики игры против атакующего игрока. | 2 |
| 22 | 1 | Формирование «коронной» комбинации или удара. | 2 |
| 23 | 1 | Формирование навыка розыгрыша стандартных положений (укороченный мяч — длинный мяч). | 2 |
| 24 | 1 | Формирование техники и тактики игры в условиях психологического давления («гандикап»). | 2 |
| 25 | 1 | Формирование индивидуального стиля игры на основе освоенного технического арсенала. | 2 |
| 4 семестр | | | |
| 1 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития силовых способностей. | 2 |
| 2 | 1 | Общие физические упражнения. | 2 |
| 3 | 1 | Специальные физические упражнения для развития скоростных способностей. | 2 |
| 4 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития гибкости. | 2 |
| 5 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития координационных способностей. | 2 |
| 6 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития общей выносливости. | 2 |

| | | | |
|-----------|---|---|---|
| 7 | 1 | Формирование техники исходной стойки и основных способов перемещений. | 2 |
| 8 | 1 | Формирование техники хватки ракетки и базового чувства мяча. | 2 |
| 9 | 1 | Формирование техники удара «толчок» (слева и справа). | 2 |
| 10 | 1 | Формирование классической техники наката справа. | 2 |
| 11 | 1 | Формирование классической техники наката слева. | 2 |
| 12 | 1 | Формирование техники подрезки справа для защиты и подготовки атаки. | 2 |
| 13 | 1 | Формирование техники подрезки слева. | 2 |
| 14 | 1 | Формирование техники подач с нижним и боковым вращением. | 2 |
| 15 | 1 | Формирование техники приема подач: распознавание вращения и адекватный ответ. | 2 |
| 16 | 1 | Формирование базовой техники топ-спина (петли) справа. | 2 |
| 17 | 1 | Формирование техники контратакующих ударов (блок, удар с полулёта). | 2 |
| 18 | 1 | Формирование связки технических действий «подача — третий мяч». | 2 |
| 19 | 1 | Формирование связки «прием подачи — четвертый мяч». | 2 |
| 20 | 1 | Формирование техники и тактики игры против защитника (подрезчика). | 2 |
| 21 | 1 | Формирование техники и тактики игры против атакующего игрока. | 2 |
| 22 | 1 | Формирование «коронной» комбинации или удара. | 2 |
| 23 | 1 | Формирование навыка розыгрыша стандартных положений (укороченный мяч — длинный мяч). | 2 |
| 24 | 1 | Формирование техники и тактики игры в условиях психологического давления («гандикап»). | 2 |
| 25 | 1 | Формирование индивидуального стиля игры на основе освоенного технического арсенала. | 2 |
| 26 | 1 | Формирование навыка судейства и ведения протокола. | 2 |
| 27 | 1 | Формирование навыка анализа технических действий. | 2 |
| 28 | 1 | Формирование навыка самостоятельной разминки и специальной физической подготовки | 2 |
| 29 | 1 | Формирование интегрального игрового навыка в учебных играх с заданием. | 2 |
| 30 | 1 | Формирование соревновательного навыка в контрольных играх на счет. | 2 |
| 31 | 1 | Формирование техники атакующего удара по полувысокому мячу (смеш). | 2 |
| 32 | 1 | Формирование техники сложных комбинированных подач с активной работой корпусом и предплечьем. | 2 |
| 33 | 1 | Формирование техники игры на средней и дальней дистанции от стола | 2 |
| 34 | 1 | Формирование навыка психорегуляции и восстановления концентрации в перерывах между партиями (тайм-аутах). | 2 |
| 5 семестр | | | |
| 1 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития силовых способностей. | 2 |
| 2 | 1 | Общие физические упражнения. | 2 |

| | | | |
|-----------|---|--|---|
| 3 | 1 | Специальные физические упражнения для развития скоростных способностей. | 2 |
| 4 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития гибкости. | 2 |
| 5 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития координационных способностей. | 2 |
| 6 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития общей выносливости. | 2 |
| 7 | 1 | Формирование техники исходной стойки и основных способов перемещений. | 2 |
| 8 | 1 | Формирование техники хватки ракетки и базового чувства мяча. | 2 |
| 9 | 1 | Формирование техники удара «толчок» (слева и справа). | 2 |
| 10 | 1 | Формирование классической техники наката справа. | 2 |
| 11 | 1 | Формирование классической техники наката слева. | 2 |
| 12 | 1 | Формирование техники подрезки справа для защиты и подготовки атаки. | 2 |
| 13 | 1 | Формирование техники подрезки слева. | 2 |
| 14 | 1 | Формирование техники подач с нижним и боковым вращением. | 2 |
| 15 | 1 | Формирование техники приема подач: распознавание вращения и адекватный ответ. | 2 |
| 16 | 1 | Формирование базовой техники топ-спина (петли) справа. | 2 |
| 17 | 1 | Формирование техники контратакующих ударов (блок, удар с полулёта). | 2 |
| 18 | 1 | Формирование связки технических действий «подача — третий мяч». | 2 |
| 19 | 1 | Формирование связки «прием подачи — четвертый мяч». | 2 |
| 20 | 1 | Формирование техники и тактики игры против защитника (подрезчика). | 2 |
| 21 | 1 | Формирование техники и тактики игры против атакующего игрока. | 2 |
| 22 | 1 | Формирование «коронной» комбинации или удара. | 2 |
| 23 | 1 | Формирование навыка розыгрыша стандартных положений (укороченный мяч — длинный мяч). | 2 |
| 24 | 1 | Формирование техники и тактики игры в условиях психологического давления («гандикап»). | 2 |
| 25 | 1 | Формирование индивидуального стиля игры на основе освоенного технического арсенала. | 2 |
| 26 | 1 | Формирование навыка судейства и ведения протокола. | 2 |
| 6 семестр | | | |
| 1 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития силовых способностей. | 2 |
| 2 | 1 | Общие физические упражнения. | 2 |
| 3 | 1 | Специальные физические упражнения для развития скоростных способностей. | 2 |
| 4 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития гибкости. | 2 |
| 5 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития координационных способностей. | 2 |

| | | | |
|--------------|---|--|------------|
| 6 | 1 | Формирование техники выполнения упражнений для развития общей выносливости. | 2 |
| 7 | 1 | Формирование техники исходной стойки и основных способов перемещений. | 2 |
| 8 | 1 | Формирование техники хватки ракетки и базового чувства мяча. | 2 |
| 9 | 1 | Формирование техники удара «толчок» (слева и справа). | 2 |
| 10 | 1 | Формирование классической техники наката справа. | 2 |
| 11 | 1 | Формирование классической техники наката слева. | 2 |
| 12 | 1 | Формирование техники подрезки справа для защиты и подготовки атаки. | 2 |
| 13 | 1 | Формирование техники подрезки слева. | 2 |
| 14 | 1 | Формирование техники подач с нижним и боковым вращением. | 2 |
| 15 | 1 | Формирование техники приема подач: распознавание вращения и адекватный ответ. | 2 |
| 16 | 1 | Формирование базовой техники топ-спина (петли) справа. | 2 |
| 17 | 1 | Формирование техники контратакующих ударов (блок, удар с полулёта). | 2 |
| 18 | 1 | Формирование связки технических действий «подача — третий мяч». | 2 |
| 19 | 1 | Формирование связки «прием подачи — четвертый мяч». | 2 |
| 20 | 1 | Формирование техники и тактики игры против защитника (подрезчика). | 2 |
| 21 | 1 | Формирование техники и тактики игры против атакующего игрока. | 2 |
| 22 | 1 | Формирование «коронной» комбинации или удара. | 2 |
| 23 | 1 | Формирование навыка розыгрыша стандартных положений (укороченный мяч — длинный мяч). | 2 |
| 24 | 1 | Формирование техники и тактики игры в условиях психологического давления («гандикап»). | 2 |
| 25 | 1 | Формирование индивидуального стиля игры на основе освоенного технического арсенала. | 2 |
| 26 | 1 | Формирование навыка судейства и ведения протокола. | 2 |
| 27 | 1 | Формирование навыка анализа технических действий. | 2 |
| 28 | 1 | Формирование навыка самостоятельной разминки и специальной физической подготовки | 2 |
| 29 | 1 | Формирование интегрального игрового навыка в учебных играх с заданием. | 2 |
| ВСЕГО | | | 328 |

4.3 Содержание лабораторных занятий

Планом не предусмотрено.

5. ПЕРЕЧЕНЬ ИННОВАЦИОННЫХ ФОРМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

Планом не предусмотрено.

6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ, РЕАЛИЗУЮЩИХ ПРАКТИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВКУ

Планом не предусмотрено.

7 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

7.1 Список основной литературы

1. Архипова, Т. Н. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / Т. Н. Архипова, А. Б. Архипов. — 2-е изд. — Москва : Научный консультант, 2024. — 92 с. — ISBN 978-5-907196-43-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/140409.html> (дата обращения: 13.11.2025).

2. Элективные курсы по физической культуре и спорту на основе спортивных игр : учебно-методическое пособие / А. М. Дубов, И. В. Кулькова, Н. Ю. Бурнашова [и др.] ; под редакцией А. М. Дубова, И. В. Кульковой. — 2-е изд. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2024. — 244 с. — ISBN 978-5-4263-1033-9. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/145667.html> (дата обращения: 13.11.2025).

7.2 Список дополнительной литературы

1. Быченков, С. В. Физическая культура : учебник / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2025. — 271 с. — ISBN 978-5-4497-4249-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/142107.html> (дата обращения: 13.11.2025).

2. Развитие двигательных качеств у студентов на занятиях по физической культуре : учебное пособие / В. А. Гриднев, Е. В. Щигорева, Е. В. Голякова [и др.]. — Тамбов : Тамбовский государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2020. — 79 с. — ISBN 978-5-8265-2196-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/115740.html> (дата обращения: 13.11.2025).

3. Физическое воспитание в специальных медицинских группах с основами психологии : учебное пособие / составители И. А. Кузнецов, Ж. Б. Шаймакова. — Астрахань : Астраханский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2023. — 140 с. — ISBN 978-5-93026-184-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/135159.html> (дата обращения: 13.11.2025)

4. Физическое воспитание студентов вуза : учебное пособие / А. А. Федякин, Л. К. Федякина, Ж. Г. Кортава, Н. Ю. Заплатаина. — Сочи : Сочинский государственный университет, 2023. — 68 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/150407.html> (дата обращения: 13.11.2025)

7 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ И ТРЕБУЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

| Наименование аудиторий, кабинетов, лабораторий | Вид занятий | Оборудование, программное обеспечение |
|--|----------------------|---|
| Спортивный зал | практические занятия | <p>Оснащение:</p> <p>Щиты баскетбольные</p> <p>Мячи баскетбольные Molten</p> <p>Мячи баскетбольные Спалдинг</p> <p>Сетка волейбольная</p> <p>Мячи волейбольные Mikasa</p> <p>Столы для настольного тенниса</p> <p>Сетки настольного тенниса</p> <p>Ракетки настольного тенниса</p> <p>Мячи настольного тенниса Neottec Training</p> <p>Тренажер силовой Аэроокер</p> <p>Дорожка беговая магнитная</p> <p>Скамейка спортивная</p> <p>Грифы прямые</p> <p>Диск разновесы</p> <p>Скамья гимнастическая</p> <p>Шахматы</p> <p>Мини-футбольное поле, ворота для мини-футбола, двухъярусные трибуны, беговые дорожки-30 метров, лабиринт, забор с наклонной доской, разрушенная лестница, стенка, ров шириной 2 метра, участок для бега, мячи для футбола, мини-футбола</p> |

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИН

8.1 Подготовка к лекционным, практическим и лабораторным занятиям

8.1.1 Подготовка практическим занятиям

Подготовку к практическим занятиям следует начинать с ознакомления плана практического занятия, который отражает содержание предложенной темы. Изучение вопросов плана основывается на ознакомлении с техникой выполнения упражнений или элементов предложенной темы, а затем изучении техники выполнения упражнений или элементов предложенной темы. С новыми понятиями по изучаемой теме необходимо ознакомиться в основной и дополнительной литературе или официальных интернет-ресурсах.

Результат такой работы должен проявиться в способности студента правильно выполнять упражнения и элементы практических заданий, контрольных тестов и нормативов.

Проведение практических занятий предусмотрено в целях получения необходимых навыков и развития физических качеств для дальнейшей профессиональной деятельности.

8.2 Подготовка к промежуточной аттестации

При подготовке к промежуточной аттестации необходимо:

- посещать практические занятия;
- выполнять контрольные тесты (для студентов основного отделения), контрольных упражнений (для студентов специального медицинского отделения);
- ответить на перечень теоретических вопросов (для студентов, освобожденных по состоянию здоровья от практических занятий по физической культуре);
- подготовка статьи (для студентов, освобожденных по состоянию здоровья от практических занятий по физической культуре).

Освоение дисциплины предусматривает посещение практических занятий.

Текущий контроль достижения результатов обучения по дисциплине включает следующие процедуры:

- выполнение заданий на практических занятиях;
- выполнение контрольных тестов (для студентов основного отделения), контрольных упражнений (для студентов специального медицинского отделения);
- ответов на перечень теоретических вопросов (для студентов, освобожденных по состоянию здоровья от практических занятий по физической культуре);
- подготовка статьи (для студентов, освобожденных по состоянию здоровья от практических занятий по физической культуре).

Промежуточный контроль достижения результатов обучения по дисциплине проводится в следующих формах:

- зачет (1 семестр);
- зачет (2 семестр)
- зачет (3 семестр);
- зачет (4 семестр);
- зачет (5 семестр);
- зачет (6 семестр).

Для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации используются оценочные средства, описание которых представлено в Приложении 1 и на сайте (<http://www.aup.uisi.ru>).

9. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Для реализации дисциплины используются материально-технические условия, программное обеспечение и доступная среда, созданные в институте. Учебные материалы предоставляются обучающимся в доступной форме (в т.ч. в ЭИОС) с применением программного обеспечения:

Балаболка — программа, которая предназначена для воспроизведения вслух текстовых файлов самых разнообразных форматов, среди них: DOC, DOCX, DjVu, FB2, PDF и многие другие. Программа Балаболка умеет воспроизводить текст, набираемый на клавиатуре, осуществляет проверку орфографии;

Экранная лупа – программа экранного увеличения.

Для контактной и самостоятельной работы используются мультимедийные комплексы, электронные учебники и учебные пособия, адаптированные к ограничениям здоровья обучающихся имеющиеся в электронно-библиотечных системах «IPR SMART//IPRbooks», «Образовательная платформа Юрайт».

Промежуточная аттестация и текущий контроль по дисциплине осуществляется в соответствии с фондом оценочных средств в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации обучающихся.

Задания предоставляется в доступной форме:

для лиц с нарушениями зрения: в устной форме или в форме электронного документа с использованием специализированного программного обеспечения;

для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме или в форме электронного документа;

для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в устной форме или в печатной форме, или в форме электронного документа.

Ответы на вопросы и выполненные задания обучающиеся предоставляют в доступной форме:

для лиц с нарушениями зрения: в устной форме или в письменной форме с помощью ассистента, в форме электронного документа с использованием специализированного программного обеспечения;

для лиц с нарушениями слуха: в электронном виде или в письменной форме;

для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в устной форме или письменной форме, или в форме электронного документа (возможно с помощью ассистента).

При проведении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающимся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки и ответа (по их заявлению).

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья учебные занятия по дисциплине проводятся в ДОТ и/или в специально оборудованной аудитории (по их заявлению).