



Федеральное агентство морского и речного транспорта
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Государственный университет морского и речного флота
имени адмирала С.О. Макарова»
Воронежский филиал «Государственный университет морского и речного флота
имени адмирала С.О. Макарова»

Кафедра **гуманитарных и социальных наук**



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплины **Физическая культура и спорт**

Направление подготовки **40.03.01 Юриспруденция**

Направленность (профиль) **Правовые аспекты организации обеспечения безопасности на транспорте**

Уровень высшего образования **бакалавриат**

Форма обучения **очная, очно-заочная**
(очная, очно-заочная, заочная)

Воронеж
2021

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенные с установленными в ОПОП индикаторами достижения компетенций

Таблица 1

Планируемые результаты обучения по дисциплине

| Код и наименование компетенции | Код и наименование индикатора достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине |
|--|--|--|
| Код и содержание компетенции УК – 7.0. Способен поддерживать данный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной и профессиональной деятельности | Индикатор УК - 7.1 Поддержание ЗОЖ с учетом физиологических особенностей организма | Знать как поддерживать ЗОЖ с учетом физиологических особенностей организма |
| | Индикатор УК -7.2 Обеспечение работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки | Уметь обеспечивать работоспособность на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки |
| | Индикатор УПК- 7.3 Соблюдение ЗОЖ в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности | Владеть приемами соблюдения ЗОЖ в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности |

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к дисциплинам обязательной части блока Б1 учебного плана по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция, направленность «Правовые аспекты организации обеспечения безопасности на транспорте» и изучается на 1 курсе в 1 и 2 семестре очной формы обучения и на 1 курсе во 2 семестре, на 2 курсе в 4 семестре очно-заочной формы обучения.

При изучении учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» обучающийся должен обладать следующими «входными» знаниями:

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-практических основ физической культуры (адаптивной физической культуры) и здорового образа жизни;
- знание о формировании мотивационно- ценностного отношения к физической культуре (к адаптивной физической культуре), установки на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание;
- понимание формирования индивидуально- психологических и социально-психологических качеств и свойств личности необходимых для успешной профессиональной деятельности;

- владение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» базируется на дисциплинах на знаниях о роли физической культуры в развитии личности.

Дисциплина «Физическая культура» является предшествующей о значимой для всех блоков учебного плана направления «Юриспруденция».

3. Объем дисциплины в зачетных единицах и виды учебных занятий

Объем дисциплины составляет 2 зачетные единицы; всего 72 часа, из которых по очной форме 68 часов составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (68 часов – практические занятия); по очно-заочной форме 72 часа составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (12 часов – лекционные занятия).

Дисциплина может реализовываться с применением дистанционных образовательных технологий.

Таблица 2
Объем дисциплины по составу

| Вид учебной работы | Формы обучения | | | | | |
|---|----------------|---------------------|--------------|----|-------------|------|
| | Очная | | Очно-заочная | | Всего часов | курс |
| | Всего часов | из них в семестре № | 1 | 2 | | |
| Общая трудоемкость дисциплины | 72 | 36 | 36 | 36 | 36 | 36 |
| Контактная работа обучающихся с преподавателем, всего | 68 | 34 | 34 | 12 | 6 | 6 |
| В том числе: | | | | | | |
| Лекции | | | | 12 | 6 | 6 |
| Практическая подготовка, всего | 68 | 34 | 34 | | | |
| в том числе: | | | | | | |
| Лабораторные работы | | | | | | |
| Практические занятия | 68 | 34 | 34 | | | |
| Тренажерная подготовка | | | | | | |
| Самостоятельная работа, всего | 4 | 2 | 2 | 60 | 30 | 30 |
| Курсовая работа/проект | | | | | | |
| Расчетно-графическая работа (задание) | | | | | | |
| Контрольная работа | | | | | | |
| Коллоквиум | | | | | | |
| Реферат | | | | | | |
| Другие виды самостоятельной работы | 4 | 2 | 2 | 60 | 30 | 30 |
| Промежуточная аттестация: | | | | | | |
| Зачёт | + | + | + | + | + | + |

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

4.1. Лекции. Содержание разделов (тем) дисциплины

Таблица 3

Содержание разделов (тем) дисциплины

| № п/п | Наименование раздела (темы) дисциплины | Содержание раздела (темы) дисциплины | Трудоемкость в часах по формам обучения | |
|----------|---|--|--|---------------------|
| | | | Очна- я | заочная/ Заочная |
| | Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся. | Физическая культура в обеспечении здоровья. Здоровье – состояние полного физического, психического и социального благополучия, обеспечивающего полноценное выполнение трудовых, социальных и биологических функций, а не только отсутствие болезней. Психическое здоровье – состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием психических отклонений и обеспечивающее адекватную регуляцию поведения в окружающих условиях. Здоровый образ жизни – единство всех форм и способов жизнедеятельности личности, её условий и факторов, способствующих сохранению и укреплению здоровья. Режим труда и отдыха. Необходимые условия сохранения здоровья. Активная мышечная деятельность (физическая нагрузка). Закаливание организма. Гигиенические основы здорового образа жизни. Профилактика вредных привычек. Рациональное питание. | | 2 |
| | Тема 2. Основы здорового образа жизни | Физическая культура в обеспечении здоровья. Здоровье – состояние полного физического, психического и социального благополучия | | 2 |

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| | | <p>чия, обеспечивающего полноценное выполнение трудовых, социальных и биологических функций, а не только отсутствие болезней. Психическое здоровье – состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием психических отклонений и обеспечивающее адекватную регуляцию поведения в окружающих условиях. Здоровый образ жизни – единство всех форм и способов жизнедеятельности личности, её условий и факторов, способствующих сохранению и укреплению здоровья. Режим труда и отдыха. Необходимые условия сохранения здоровья. Активная мышечная деятельность (физическая нагрузка). Закаливание организма. Гигиенические основы здорового образа жизни. Профилактика вредных привычек. Рациональное питание.</p> | | |
| | <p>Тема3 Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.</p> | <p>Формирование мотивов и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями. Формы самостоятельных занятий. Возрастные особенности содержания занятий. Особенности самостоятельных занятий для женщин. Планирование объёма и интенсивности физических упражнений с учётом умственной деятельности. Управление процессом самостоятельных занятий. Определение цели. Учёт индивидуальных особенностей. Предварительный, текущий и итоговый учёт тренировочной нагрузки и корректировка тренировочных планов. Граница ин-</p> | | 2 |

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| | | тенсивности физической нагрузки для лиц студенческого возраста. Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС. Признаки чрезмерной нагрузки. Гигиена самостоятельных занятий: питание, питьевой режим, уход за кожей. Гигиенические требования при проведении занятий: места занятий, одежда, обувь, профилактика травматизма. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. | | |
| | Тема 4. Диагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. | Виды диагностики, их цели и задачи. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физическими упражнениями и спортом, его содержание и периодичность. Педагогический контроль, его содержание. Виды педагогического контроля. Самоконтроль, его цель и задачи. Основные методы самоконтроля. Объективные и субъективные показатели самоконтроля. Критерии оценки самоконтроля. Дневник самоконтроля. Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля. | | 2 |
| | Тема 5. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений | Определение понятия спорт. Его принципиальное отличие от других видов занятий физическими упражнениями. Массовый | | 2 |

| | | |
|--|---|--|
| | <p>спорт. Его цели и задачи. Спорт высших достижений. Спортивная классификация, её структура. Национальные виды спорта. Студенческий спорт. Его организационные особенности.</p> <p>Спорт в элективном курсе учебной дисциплины "Физическая культура". Особенности организации учебных занятий по видам спорта в основном и спортивном отделениях. Специальные зачётные требования и нормативы. Спорт в свободное время студентов. Разновидности занятий и их организационная основа.</p> <p>Спортивные соревнования как средство и метод общей физической, профессионально-прикладной, спортивной подготовки и контроля их эффективности. Система студенческих спортивных соревнований - внутривузовские, межвузовские, международные. Организационные основы занятий различными оздоровительными системами физических упражнений в свободное время студентов. Мотивационные варианты и обоснование индивидуального выбора студентом отдельных видов спорта или систем физических упражнений для регулярных занятий в учебное и свободное время. Выбор вида спорта и систем физических упражнений с целью: укрепление здоровья, коррекции отдельных недостатков физического развития и телосложения; повышение функциональных возможностей организма; психофизической подготовки к бу-</p> | |
|--|---|--|

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | дущей профессиональной деятельности и овладения жизненно необходимыми умениями и навыками; достижения наивысших спортивных результатов. | | |
| | Тема 6. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавров | <p>Понятие "производственная физическая культура" (ПФК), её цели и задачи.</p> <p>Методические основы производственной физической культуры. Влияние условий труда и быта специалиста на выбор формы, методов и средств ПФК в рабочее и свободное время. Производственная гимнастика - вводная гимнастика, физкультурная пауза, физкультурная минутка, микропаузы активного отдыха. Методика составления комплексов в различных видах производственной гимнастики и определение их места в течение рабочего дня.</p> <p>Физическая культура и спорт в свободное время специалиста, утренняя гигиеническая гимнастика, утренние специально направленные занятия физическими упражнениями, попутная тренировка, физкультурно-оздоровительные (спортивные) занятия с целью активного отдыха и повышения функциональных возможностей. Использование дополнительных средств повышения общей и профессиональной работоспособности в процессе занятий физическими упражнениями. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Влияние индивидуальных особенностей, географических факторов на содержание производ-</p> | | 2 |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | ственной физической культуры специалистов. Роль специалистов по внедрению физической культуры в производственном коллективе. | | |
|--|--|--|--|--|

4.2. Практическая подготовка

4.2.1. Практические/семинарские занятия

Таблица 4
Практические/семинарские занятия

| № п/п | Наименование раздела (темы) дисциплины | Содержание раздела (темы) дисциплины | Трудоемкость в часах по формам обучения | |
|----------|---|---|--|------------------------------|
| | | | Очная | Очно- заочная/ Заочная |
| | Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся. | Физическая культура в обеспечении здоровья. Здоровье – состояние полного физического, психического и социального благополучия, обеспечивающего полноценное выполнение трудовых, социальных и биологических функций, а не только отсутствие болезней. Психическое здоровье – состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием психических отклонений и обеспечивающее адекватную регуляцию поведения в окружающих условиях. Здоровый образ жизни – единство всех форм и способов жизнедеятельности личности, её условий и факторов, способствующих сохранению и укреплению здоровья. Режим труда и отдыха. Необходимые условия сохранения здоровья. Активная мышечная деятельность (физическая нагрузка). Закаливание организма. Гигиенические основы здорового образа жизни. Профилак- | 12 | |

| | | | | |
|--|---|--|----|--|
| | | тика вредных привычек. Рациональное питание. | | |
| | Тема 2. Основы здорового образа жизни | Физическая культура в обеспечении здоровья. Здоровье – состояние полного физического, психического и социального благополучия, обеспечивающего полноценное выполнение трудовых, социальных и биологических функций, а не только отсутствие болезней. Психическое здоровье – состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием психических отклонений и обеспечивающее адекватную регуляцию поведения в окружающих условиях. Здоровый образ жизни – единство всех форм и способов жизнедеятельности личности, её условий и факторов, способствующих сохранению и укреплению здоровья. Режим труда и отдыха. Необходимые условия сохранения здоровья. Активная мышечная деятельность (физическая нагрузка). Закаливание организма. Гигиенические основы здорового образа жизни. Профилактика вредных привычек. Рациональное питание. | 12 | |
| | Тема 3 Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность. | Формирование мотивов и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями. Формы самостоятельных занятий. Возрастные особенности содержания занятий. Особенности самостоятельных занятий для женщин. Планирование объема и интенсивности физических упражнений с учётом умственной деятельности. Управление процессом самостоятельных занятий. | 12 | |

| | | | | |
|--|--|--|----|--|
| | | <p>Определение цели. Учёт индивидуальных особенностей. Предварительный, текущий и итоговый учёт тренировочной нагрузки и корректировка тренировочных планов. Граница интенсивности физической нагрузки для лиц студенческого возраста. Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС. Признаки чрезмерной нагрузки. Гигиена самостоятельных занятий: питание, питьевой режим, уход за кожей. Гигиенические требования при проведении занятий: места занятий, одежда, обувь, профилактика травматизма. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.</p> | | |
| | <p>Тема 4. Диагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.</p> | <p>Виды диагностики, их цели и задачи. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физическими упражнениями и спортом, его содержание и периодичность. Педагогический контроль, его содержание. Виды педагогического контроля. Самоконтроль, его цель и задачи. Основные методы самоконтроля. Объективные и субъективные показатели самоконтроля. Критерии оценки самоконтроля. Дневник самоконтроля. Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по ре-</p> | 12 | |

| | | | | |
|--|---|---|----|--|
| | | зультатам показателей контроля. | | |
| | Тема 5. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений | <p>Определение понятия спорт. Его принципиальное отличие от других видов занятий физическими упражнениями. Массовый спорт. Его цели и задачи. Спорт высших достижений. Спортивная классификация, её структура. Национальные виды спорта. Студенческий спорт. Его организационные особенности. Спорт в элективном курсе учебной дисциплины "Физическая культура". Особенности организации учебных занятий по видам спорта в основном и спортивном отделениях. Специальные зачётные требования и нормативы. Спорт в свободное время студентов. Разновидности занятий и их организационная основа. Спортивные соревнования как средство и метод общей физической, профессионально-прикладной, спортивной подготовки и контроля их эффективности. Система студенческих спортивных соревнований - внутривузовские, межвузовские, международные. Организационные основы занятий различными оздоровительными системами физических упражнений в свободное время студентов. Мотивационные варианты и обоснование индивидуального выбора студентом отдельных видов спорта или систем физических упражнений для регулярных занятий в учебное и свободное время. Выбор вида спорта и систем физических упражнений с целью: укрепление</p> | 10 | |

| | | | | |
|--|--|--|----|--|
| | | 健康发展, 纠正身体发育的不足, 提高身体机能, 提高心理和身体准备, 为未来的专业活动做好准备, 掌握必要的技能和技巧, 达到最高的运动成绩。 | | |
| | Тема 6. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавров | Понятие "производственная физическая культура" (ПФК), её цели и задачи. Методические основы производственной физической культуры. Влияние условий труда и быта специалиста на выбор формы, методов и средств ПФК в рабочее и свободное время. Производственная гимнастика - вводная гимнастика, физкультурная пауза, физкультурная минутка, микропаузы активного отдыха. Методика составления комплексов в различных видах производственной гимнастики и определение их места в течение рабочего дня. Физическая культура и спорт в свободное время специалиста, утренняя гигиеническая гимнастика, утренние специально направленные занятия физическими упражнениями, попутная тренировка, физкультурно-оздоровительные (спортивные) занятия с целью активного отдыха и повышения функциональных возможностей. Использование дополнительных средств повышения общей и профессиональной работоспособности в процессе занятий физическими упражнениями. Профилак- | 10 | |

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | тика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Влияние индивидуальных особенностей, географических факторов на содержание производственной физической культуры специалистов. Роль специалистов по внедрению физической культуры в производственном коллективе. | | |
|--|--|---|--|--|

5. Самостоятельная работа

Таблица 5

Самостоятельная работа

| № п/п | Вид самостоятельной работы | Наименование работы и содержание |
|-------|----------------------------|---|
| 1 | Реферат | Предполагает самостоятельное изучение материала по выбранной теме с использованием рекомендованных литературных источников; самостоятельный подбор необходимой литературы; работу со словарем, справочниками; поиск необходимой информации в сети Интернет; конспектирование и реферирование источников |

*Тренажерная подготовка**

Тренажерная подготовка

| № п/п | Наименование раздела (темы) дисциплины | Наименование и содержание тренажерной подготовки |
|-------|---|--|
| | Силовая подготовка с помощью тренажеров | Правило безопасности на занятиях по силовой спортивной подготовке. Комплекс упражнений с отягощениями. Физические упражнения со штангой, гантелями. Физические упражнения с резиной, эспандером. Упражнения на тренажерных комплексах. Техника безопасности на занятиях по силовой спортивной подготовке. Комплекс упражнений с отягощениями. Физические упражнения со штангой, гантелями. |

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации-учащихся по дисциплине

Приведен в обязательном приложении к рабочей программе.

7. Перечень основной, дополнительной учебной литературы и учебно-методической литературы для самостоятельной работы обучающихся, необходимой для освоения дисциплины

Таблица 6

Перечень основной, дополнительной учебной литературы и учебно-методической литературы

| Название | Автор | Вид издания (учебник, учебное пособие) | Место издания, издательство, год издания, кол-во страниц |
|--|--|---|---|
| Основная литература | | | |
| Физическая культура : учебник для вузов | <i>Письменский, И. А.</i> | учебник | Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 450 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14056-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/511117 |
| Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов | Стеблецов, Е. А. | учебник | Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 308 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14311-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519722 |
| Дополнительная литература | | | |
| Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Гимнастика : учебное пособие для вузов / | <i>Сизоненко, В. В.</i> | Учебное пособие | Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 115 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14684-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/520227 |
| Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учебное пособие для вузов | М. С. Эммерт, О. О. Фадина, И. Н. Шевелева О. А. Мельникова | Учебное пособие | Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 129 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17127-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/532422 |
| Учебно-методическая литература для самостоятельной работы | | | |
| Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов | <i>Семёнова, Г. И.</i> | Учебное пособие | Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/493626 |

| | | | |
|---|----------------|---------------------------|---|
| Физическая культура и спорт: Методические рекомендации для самостоятельной работы обучающихся очной,очно-заочной, заочной форм обучения по направлению 40.03.01. Юриспруденция | Чеснакова Н.П. | методические рекомендации | Воронеж: Воронежский филиал «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова», 2023. |
|---|----------------|---------------------------|---|

8. Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем (при наличии)

Таблица 8

Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

| № п/п | Наименование профессиональной базы данных/информационной справочной системы | Ссылка на информационный ресурс |
|-------|---|---|
| 1. | Научная электронная библиотека КиберЛенинка | [Электронный ресурс] https://cyberleninka.ru |
| 2. | Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» | [Электронный ресурс] window.edu.ru |
| 3. | Научная электронная библиотека | [Электронный ресурс] elibrary.ru |
| 4. | Электронно-библиотечная система IPRbooks | http://www.iprbooks.ru |
| 5. | Бесплатная электронная библиотека онлайн «Единое окно к образовательным ресурсам» | http://www.window.edu.ru |
| 6. | Бесплатная библиотека по юриспруденции | http://www.allpravo.ru/library/ |
| 7. | Юридический канал. Законы РФ, рефераты, статьи. | http://uristy.ucoz.ru/ |
| 8. | Информационно-правовой портал Гарант.ру | http://www.garant.ru/ |
| 9. | Справочная правовая система Консультант Плюс | www.consultant.ru |

9. Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

Таблица 9

Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

| № п/п | Наименование программного продукта | Тип продукта (полная лицензионная версия, учебная версия, распространяется свободно) |
|-------|--|---|
| 1. | Система дистанционного обучения «СДО» на базе платформы Moodle | GNU GPL |
| 2. | MicrosoftOffice | (государственный контракт №080207 от 08.02.2007г., ООО |

| | | |
|-----|--|--|
| | | Фирма «РИАН») |
| 3. | Операционная система Microsoft Windows | (государственный контракт №080207 от 08.02.2007г., ООО Фирма «РИАН»); |
| 4. | MicrosoftOffice 2007 | (государственный контракт №080207 от 08.02.2007г., ООО Фирма «РИАН») |
| 5. | Справочная правовая система Консультант плюс | (ООО «Воронежское информационное агентство «Консультант») |
| 6. | Kaspersky Endpoint Security для бизнеса | (сублицензионный договор №ЮС-2017-00603 от 14.08.2017, ООО «Южная Софтверная Компания»); |
| 7. | Media Player Classic | (распространяется свободно, лицензия GNUGeneralPublicLicense); |
| 8. | AdobeAcrobatReader | распространяется свободно, лицензия ADOBEPCSLA, правообладатель AdobeSystemsInc.); |
| 9. | Chrome | (распространяется свободно, лицензия Chrome EULA, правообладатель GoogleInc); |
| 10. | Система дистанционного обучения на базе платформы Moodle | GNU GPL |

10. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Таблица 9

Описание материально-технической базы

| № п/п | Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы | Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы |
|---|--|--|
| | Тренажерный зал | 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, баннер. |
| Помещения для самостоятельной работы** | | |
| 1 | Электронный читальный зал библиотеки с выходом в Интернет | Комплект учебной мебели (столы, стулья, доска); рабочие места в составе (ПК, монитор, клавиатура, мышь); проекционный экран и проектор |
| 2 | Компьютерный класс с выходом в Интернет | Комплект учебной мебели (столы; стулья; доска); рабочие места в составе (ПК IntelCore i3-2120, монитор ЛОС, клавиатура Genius, мышь Dialog); телевизор LG 47"; коммутатор D-link DGS-1210-48; |

Составитель: старший преподаватель Чеснокова Н.П.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры гуманитарных и социальных наук и утверждена на 2021/2022 учебный год

Протокол от 28 июня 2021 № 10

Лист актуализации рабочей программы дисциплины
«Б1.О.33 Физическая культура и спорт»
шифр по учебному плану, наименование

для подготовки бакалавров

Направление: (шифр – название) 40.03.01 Юриспруденция

Профиль: Правовые аспекты организации обеспечения безопасности на транспорте

Форма обучения: очная, очно-заочная

Год начала подготовки: 2021

а) в рабочую программу не вносятся изменения. Программа актуализирована на 2023 / 2024 учебный год.

б) в рабочую программу вносятся следующие изменения:

1) П. 7. Перечень основной, дополнительной учебной литературы и учебно-методической литературы для самостоятельной работы обучающихся, необходимой для освоения дисциплины;

2) _____;

3) _____.

Разработчик (и): Чеснокова Н.П.
(ФИО, ученая степень, ученое звание)

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры правовых и гуманитарных наук протокол № 10 от «30» июня 2023 г.

Заведующий кафедрой: Горбунова Я.П., к.ю.н., доцент /
(ФИО, ученая степень, ученое звание)



(подпись)