

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Орский гуманитарно-технологический институт (филиал)
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Оренбургский государственный университет»
(Орский гуманитарно-технологический институт (филиал) ОГУ)

Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора
по учебно-методической
работе  Н.И. Тришкина
«27» сентября 2017 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ДИСЦИПЛИНЫ

«Б.1.В.ДВ.14.1 Общая физическая подготовка»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование
(код и наименование направления подготовки)

История

(наименование направленности (профили) образовательной программы)

Тип образовательной программы

Программа академического бакалавриата

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Очная, заочная

Год начала реализации программы (набора)

2018

г. Орск 2017

**Рабочая программа дисциплины «Б.1.В.ДВ.14.1 Общая физическая подготовка» /сост.
О.В. Морозов - Орск: Орский гуманитарно-технологический институт (филиал) ОГУ,
2017**

Рабочая программа предназначена студентам очной и заочной формы обучения по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

© Морозов О.В., 2017
© Орский гуманитарно-
технологический институт
(филиал) ОГУ, 2017

Содержание

1 Цели и задачи освоения дисциплины	4
2 Место дисциплины в структуре образовательной программы	4
3 Требования к результатам обучения по дисциплине	4
4 Структура и содержание дисциплины	4
4.1 Структура дисциплины	5
4.2 Содержание разделов дисциплины	7
4.3 Практические занятия (семинары)	8
5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины	10
5.1 Основная литература	10
5.2 Дополнительная литература	10
5.3 Периодические издания	10
5.4 Интернет-ресурсы	11
5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий	14
6 Материально-техническое обеспечение дисциплины	15
Лист согласования рабочей программы дисциплины	19
Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины	
Приложения:	
Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	16
Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	17

1 Цели и задачи освоения дисциплины

Цель (цели) освоения дисциплины:

Формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к профессиональной деятельности.

Задачи:

– овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, развитие качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре.

– обеспечение общей физической подготовленности, приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к дисциплинам (модулям) по выбору вариативной части блока 1 «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

Постреквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Формируемые компетенции
<p><u>Знать:</u> – основные средства и методы физического воспитания</p> <p><u>Уметь:</u> – подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств</p> <p><u>Владеть:</u> – методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	ОК-8 готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность

4 Структура и содержание дисциплины

4.1 Структура дисциплины

а) очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 0 зачетных единиц (328 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов					
	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	всего
Практические занятия (ПЗ)	70	70	70	64	54	328
Вид итогового контроля	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	

Разделы дисциплины, изучаемые в 1 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка)	14
2	Средства и методы общей физической подготовки	14
3	Обучение и совершенствование элементов легкой атлетики	22
4	Обучение и совершенствование элементов волейбола	20
	Итого:	70

Разделы дисциплины, изучаемые во 2 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка)	4
2	Средства и методы общей физической подготовки	14
3	Обучение и совершенствование элементов легкой атлетики	14
5	Обучение и совершенствование элементов баскетбола	24
6	Совершенствование лыжной подготовки	14
	Итого:	70

Разделы дисциплины, изучаемые в 3 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка)	14
2	Средства и методы общей физической подготовки	20
3	Обучение и совершенствование элементов легкой атлетики	14
4	Обучение и совершенствование элементов волейбола	22
	Итого:	70

Разделы дисциплины, изучаемые в 4 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка)	12
2	Средства и методы общей физической подготовки	20
3	Обучение и совершенствование элементов легкой атлетики	12
3	Обучение и совершенствование элементов волейбола	20
	Итого:	64

Разделы дисциплины, изучаемые в 5 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка)	10
1	Средства и методы общей физической подготовки	14
2	Обучение и совершенствование элементов легкой атлетики	14
3	Обучение и совершенствование элементов волейбола	20
	Итого:	54
	Всего:	328

б) заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 0 зачетных единиц (328 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов						
	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	всего
Общая трудоёмкость	54	54	54	54	54	58	328
Контактная работа:						2,25	2,25
Лекции (Л)						2	2
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)						0,25	0,25
Самостоятельная работа:	54	54	54	54	54	55,75	325,75
Вид итогового контроля						зачет	

Разделы дисциплины, изучаемые в 1 семестре (для студентов 30)

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов самостоятельных занятий
1	ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка)	14
2	Средства и методы общей физической подготовки	10
3	Обучение и совершенствование элементов легкой атлетики	10
4	Обучение и совершенствование элементов волейбола	20
	Итого:	54

Разделы дисциплины, изучаемые в 2 семестре (для студентов 30)

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов самостоятельных занятий
1	ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка)	14
2	Средства и методы общей физической подготовки	10
3	Обучение и совершенствование элементов легкой атлетики	10
5	Обучение и совершенствование элементов баскетбола	10
6	Совершенствование лыжной подготовки	10
	Итого:	54

Разделы дисциплины, изучаемые в 3 семестре (для студентов 30)

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов самостоятельных занятий
1	ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка)	24
2	Средства и методы общей физической подготовки	10
3	Обучение и совершенствование элементов легкой атлетики	10
4	Обучение и совершенствование элементов волейбола	10
	Итого:	54

Разделы дисциплины, изучаемые в 4 семестре (для студентов 30)

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов самостоятельных занятий
1	ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка)	12
2	Средства и методы общей физической подготовки	10
3	Обучение и совершенствование элементов легкой атлетики	10
3	Обучение и совершенствование элементов волейбола	10
	Итого:	54

Разделы дисциплины, изучаемые в 5 семестре (для студентов 30)

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов самостоятельных занятий
1	ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка)	10
1	Средства и методы общей физической подготовки	10
2	Обучение и совершенствование элементов легкой атлетики	14
3	Обучение и совершенствование элементов волейбола	20
	Итого:	54

Разделы дисциплины, изучаемые в 6 семестре (для студентов 30)

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка)	22				22
2	Средства и методы общей физической подготовки	18	2			16
3	Обучение и совершенствование элементов легкой атлетики	18				18
	Итого:	58	2			56
	Всего:	328	2			326

4.2 Содержание разделов дисциплины

Раздел № 1. ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка)

Обучение подбору упражнений для быстроты, силы, выносливости, гибкости. Подготовка и проведение вводно-подготовительной части учебно-тренировочного занятия. Подготовка и проведение физкультурно-оздоровительного занятия для группы ОФП или «группы здоровья». Обучение судейству видов спорта: легкая атлетика, волейбол, лыжный спорт, баскетбол.

Раздел № 2. Средства и методы общей физической подготовки

Обучение строевым упражнениям, общеразвивающим упражнениям с предметами (гантели, гири, скакалки, мячи, гимнастические палки), для воспитания физических качеств (силы, гибкости, ловкости, быстроты, выносливости).

Раздел № 3. Обучение и совершенствование элементов легкой атлетики

Обучение бегу на короткие (30,60,100м) и длинные (2, 3 км) дистанции. Использование равномерного бега, специальных беговых и прыжковых упражнений. Тренировка бега контрольных дистанций. Развитие скоростно-силовых качеств и специальной выносливости.

Раздел № 4. Обучение и совершенствование элементов волейбола

Обучение правилам игры, технике выполнения подач, передач, блокированию, нападающему удару. Совершенствование контрольных упражнений.

Раздел № 5. Обучение и совершенствование элементов баскетбола

Обучение и совершенствование элементов баскетбола: ведение, выбивание, броскам в кольцо, передачам. Обучение индивидуальным действиям тактики нападения, защиты. Выполнение зачетных требований.

Раздел № 6. Совершенствование лыжной подготовки

Обучение правильному подбору, пользованию лыжным инвентарем с выполнением строевых приемов и команд. Освоение техники попеременного двушажного и четырехшажного шагов, подъемов и спусков с горы. Развитие скоростно-силовых качеств, специальной выносливости.

4.3 Практические занятия (для студентов очного отделения)

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1-4	1	Обучение подбору упражнений для быстроты, силы, выносливости, гибкости.	8
5,6	1	Подготовка и проведение вводно-подготовительной части учебно-тренировочного занятия.	4
7-9	1	Подготовка и проведение физкультурно-оздоровительного занятия для группы ОФП или «группы здоровья».	6
10,11	1	Обучение судейству видов спорта: легкая атлетика, волейбол, лыжный спорт, баскетбол.	4
12-18	2	Обучение строевым упражнениям, общеразвивающим упражнениям с предметами (гантели, гири, скакалки, мячи, гимнастические палки), для воспитания физических качеств (силы, гибкости, ловкости, быстроты, выносливости).	14
19,20	3	Обучение бегу на короткие (30,60,100м) и длинные (2, 3 км) дистанции.	4
21,22	3	Использование равномерного бега, специальных беговых и прыжковых упражнений.	4
23	3	Тренировка бега контрольных дистанций.	2

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
24,25	3	<i>Развитие скоростно-силовых качеств и специальной выносливости.</i>	4
26-30	4	<i>Обучение правилам игры, технике выполнения подач, передач, блокированию, нападающему удару.</i>	10
31-35	4	<i>Совершенствование контрольных упражнений.</i>	10
		Итого 1 семестр	70
36-37	1	<i>Обучение подбору упражнений для быстроты, силы, выносливости, гибкости. Подготовка и проведение вводно-подготовительной части учебно-тренировочного занятия</i>	4
38-39	1	<i>Подготовка и проведение вводно-подготовительной части учебно-тренировочного занятия.</i>	4
40-42	1	<i>Подготовка и проведение физкультурно-оздоровительного занятия для группы ОФП или «группы здоровья».</i>	4
42	1	<i>Обучение судейству видов спорта: легкая атлетика, волейбол, лыжный спорт, баскетбол.</i>	2
43-49	2	<i>Обучение строевым упражнениям, общеразвивающим упражнениям с предметами (гантели, гири, скакалки, мячи, гимнастические палки), для воспитания физических качеств (силы, гибкости, ловкости, быстроты, выносливости).</i>	14
50-52	3	<i>Обучение бегу на короткие (30,60,100м) и длинные (2, 3 км) дистанции.</i>	6
53-56	3	<i>Использование равномерного бега, специальных беговых и прыжковых упражнений.</i>	6
57	3	<i>Тренировка бега контрольных дистанций. Развитие скоростно-силовых качеств и специальной выносливости.</i>	2
58-61	4	<i>Обучение правилам игры, технике выполнения подач, передач, блокированию, нападающему удару.</i>	8
62-64	4	<i>Совершенствование контрольных упражнений.</i>	6
65-66	6	<i>Обучение правильному подбору, пользованию лыжным инвентарем с выполнением строевых приемов и команд.</i>	4
67-69	6	<i>Освоение техники попеременного двушажного и четырехшажного шагов, подъемов и спусков с горы.</i>	6
70-71	6	<i>Развитие скоростно-силовых качеств, специальной выносливости.</i>	4
		Итого 2 семестр:	70
72-74	1	<i>Обучение подбору упражнений для быстроты, силы, выносливости, гибкости. Подготовка и проведение вводно-подготовительной части учебно-тренировочного занятия</i>	6
75-77	1	<i>Подготовка и проведение вводно-подготовительной части учебно-тренировочного занятия.</i>	6
78-79	1	<i>Подготовка и проведение физкультурно-оздоровительного занятия для группы ОФП или «группы здоровья».</i>	4
80-81	1	<i>Обучение судейству видов спорта: легкая атлетика, волейбол, лыжный спорт, баскетбол.</i>	4
82-88	2	<i>Обучение строевым упражнениям, общеразвивающим упражнениям с предметами (гантели, гири, скакалки, мячи, гимнастические палки), для воспитания физических качеств (силы, гибкости, ловкости, быстроты, выносливости).</i>	14
89-90	3	<i>Обучение бегу на короткие (30,60,100м) и длинные (2, 3 км) дистанции.</i>	4
91-92	3	<i>Использование равномерного бега, специальных беговых и</i>	4

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
		<i>прыжковых упражнений.</i>	
93-95	3	<i>Тренировка бега контрольных дистанций. Развитие скоростно-силовых качеств и специальной выносливости.</i>	6
96-102	4	<i>Обучение правилам игры, технике выполнения подач, передач, блокированию, нападающему удару.</i>	14
103-106	4	<i>Совершенствование контрольных упражнений.</i>	8
		Итого 3 семестр:	70
107-109	1	<i>Обучение подбору упражнений для быстроты, силы, выносливости, гибкости. Подготовка и проведение вводно-подготовительной части учебно-тренировочного занятия</i>	6
110-112	1	<i>Подготовка и проведение вводно-подготовительной части учебно-тренировочного занятия.</i>	6
113-114	1	<i>Подготовка и проведение физкультурно-оздоровительного занятия для группы ОФП или «группы здоровья».</i>	4
115-116	1	<i>Обучение судейству видов спорта: легкая атлетика, волейбол, лыжный спорт, баскетбол.</i>	4
117-122	2	<i>Обучение строевым упражнениям, общеразвивающим упражнениям с предметами (гантели, гири, скакалки, мячи, гимнастические палки), для воспитания физических качеств (силы, гибкости, ловкости, быстроты, выносливости).</i>	12
123-124	3	<i>Обучение бегу на короткие (30,60,100м) и длинные (2, 3 км) дистанции.</i>	4
125-126	3	<i>Использование равномерного бега, специальных беговых и прыжковых упражнений.</i>	4
127-128	3	<i>Тренировка бега контрольных дистанций. Развитие скоростно-силовых качеств и специальной выносливости.</i>	4
129-134	4	<i>Обучение правилам игры, технике выполнения подач, передач, блокированию, нападающему удару.</i>	12
135-138	4	<i>Совершенствование контрольных упражнений.</i>	8
		Итого 4 семестр:	64
139-140	1	<i>Обучение подбору упражнений для быстроты, силы, выносливости, гибкости. Подготовка и проведение вводно-подготовительной части учебно-тренировочного занятия</i>	4
141	1	<i>Подготовка и проведение вводно-подготовительной части учебно-тренировочного занятия.</i>	2
142	1	<i>Подготовка и проведение физкультурно-оздоровительного занятия для группы ОФП или «группы здоровья».</i>	2
143	1	<i>Обучение судейству видов спорта: легкая атлетика, волейбол, лыжный спорт, баскетбол.</i>	2
144-150	2	<i>Обучение строевым упражнениям, общеразвивающим упражнениям с предметами (гантели, гири, скакалки, мячи, гимнастические палки), для воспитания физических качеств (силы, гибкости, ловкости, быстроты, выносливости).</i>	14
151-153	3	<i>Обучение бегу на короткие (30,60,100м) и длинные (2, 3 км) дистанции.</i>	6
154-155	3	<i>Использование равномерного бега, специальных беговых и прыжковых упражнений.</i>	4
156-157	3	<i>Тренировка бега контрольных дистанций. Развитие скоростно-силовых качеств и специальной выносливости.</i>	4
158-159	4	<i>Обучение правилам игры, технике выполнения подач, передач, блокированию, нападающему удару.</i>	4

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
160-164	4	<i>Совершенствование контрольных упражнений.</i>	10
		Итого 5 семестр:	54
		Итого:	328

Содержание дисциплины «Общая физическая подготовка» для студентов специальной медицинской группы

№ п/п	Разделы дисциплины и их содержание	Объем часов
1	<p>Общая физическая подготовка (ОФП): Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Упражнения для воспитания силы: упражнения с отягощением, соответствующим собственному весу, весу партнера и его противодействию, с сопротивлением упругих предметов (эспандеры и резиновые амортизаторы), с отягощением (гантели, набивные мячи). Упражнения для воспитания Выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения. Упражнения для воспитания гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера). Упражнения для воспитания ловкости. Методы воспитания ловкости. Использование подвижных игр, гимнастических упражнений. Упражнения для воспитания быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы. Методика оценки уровня функционального и физического состояния организма. Использование методов, стандартов, антропометрических индексов, номограмм функциональных проб, упражнений-тестов для оценки функционального состояния, физической подготовленности и физического развития организма с учетом данных врачебного контроля и самоконтроля. Дневник самоконтроля.</p>	74
2	<p>Элементы различных видов спорта: Легкая атлетика. Значение бега в укреплении здоровья и повышении степени физической подготовленности. Показания и противопоказания к выполнению беговых упражнений. Ходьба и ее разновидности, сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, с изменением времени прохождения дистанции. Бег и его разновидности. Методические особенности обучения бегу. Спортивные игры. Обучение элементам техники спортивных игр: баскетбола, волейбола, футбола. Общие и специальные упражнения игрока. Основные приемы овладения и управления мячом, упражнения в парах, тройках.</p>	44
3	<p>Подвижные игры и эстафеты с предметами и без них, с простейшими способами передвижения, не требующие проявления максимальных усилий и сложно-координационных действий. Педагогическая характеристика подвижных игр: «Борьба за мяч», «Футбол руками», «Пятнашки», «Рыбаки и рыбки» и др. Эстафеты: с предметами и без них, с преодолением полосы препятствий, составленной из гимнастических снарядов.</p>	22
4	<p>Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика: Обучение и совершенствование техники выполнения специальных упражнений для профилактики различных заболеваний:</p>	92

	– нарушений опорно-двигательного аппарата; – желудочно-кишечного тракта и почек; – нарушений зрения	
5	Контрольный раздел Виды и элементы видов двигательной активности, включенных в практические занятия в семестре обучения. Подготовка к тестированию физической и функциональной подготовленности, сдача контрольных испытаний и зачетных нормативов.	10
6	Лыжный спорт Основы техники безопасности на занятиях по лыжному спорту. Освоение техники лыжных ходов. Повороты. Подъемы и спуски с гор. Прохождение дистанции. Правила соревнований, основы судейства.	60
	Всего:	328

Примечание: количество часов, отводимых на каждый раздел, может варьировать, за счет увеличения часов в одном и сокращения в другом. Это определяется материально-техническими условиями спортивной базы для занятий и комплексом условий образовательного, педагогического характера, связанного с особенностями контингента студентов и др.

5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Основная литература

1. Барчуков, И.С. Физическая культура [Текст] : учебник для вузов / И.С. Барчуков ; под общей ред. Н.Н. Маликова. – 6-е изд., стер. – Москва : Академия, 2013. – 528 с. – (Высшее професс. обр. Бакалавриат) – ISBN 978-5-7695-9699-5.

2. Морозов, О.В. Физическая культура и здоровый образ жизни [Электронный ресурс] : учебное пособие / О.В. Морозов, В.О. Морозов. – Электрон. текстовые дан. (1 файл: 1,41 Мб). – Орск, 2014. – Adobe Acrobat Reader. – Режим доступа [//http://library.ogti.orsk.ru/global/metod/metod2016_01_06.pdf](http://library.ogti.orsk.ru/global/metod/metod2016_01_06.pdf)

5.2 Дополнительная литература

1. Физическая культура студентов специального учебного отделения : учебное пособие / [Электронный ресурс] Л.Н. Гелецкая, И.Ю. Бирдигулова, Д.А. Шубин, Р.И. Коновалова; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2014. – 219с. - ISBN 978-5-7638-2997-6. – Режим доступа: [//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364606](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364606) (08.11.2016).

2. Манжелей, И.В. Физическая культура: компетентностный подход / [Электронный ресурс] И.В. Манжелей, Е.А. Симонова. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 183 с. - ISBN 978-5-4475-5233-6. – Режим доступа: [//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364912](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364912) (08.11.2016).

5.3 Периодические издания

1. Журнал «Физическая культура в школе»
2. Журнал «Теория и практика физической культуры»

5.4 Интернет-ресурсы

5.4.1. Современные профессиональные базы данных (в том числе международные реферативные базы данных научных изданий) и информационные справочные системы:

1. Библиотека Гумер - <https://www.gumer.info/> Доступ свободный.
2. Научная библиотека - <http://niv.ru/> Доступ свободный
3. eLIBRARY.RU - www.elibrary.ru Доступ свободный. Необходима индивидуальная регистрация в локальной сети вуза.
4. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» – <http://window.edu.ru/> Доступ свободный.

5. Infolio - Университетская электронная библиотека – <http://www.infoliolib.info/>

5.4.2. Тематические профессиональные базы данных и информационные справочные системы (свободный доступ)

Спортивная Россия - <https://www.infosport.ru/>

Физическая культура - <http://pculture.ru/>

5.4.3. Электронные библиотечные системы

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» – <http://www.biblioclub.ru/> После регистрации доступ возможен из любой точки сети Интернет.

ЭБС «Лань» – <http://e.lanbook.com/> После регистрации доступ возможен из любой точки сети Интернет.

5.4.4. Дополнительные Интернет-ресурсы

1. Министерство физической культуры, спорта и туризма Оренбургской области / режим доступа : <http://minsportturizm.orb.ru>

2. Физическая культура. Здоровая нация. Успешная страна / режим доступа : <http://физическая-культура.рф>

5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

Тип программного обеспечения	Наименование	Схема лицензирования, режим доступа
Операционная система	Microsoft Windows	Подписка Enrollment for Education Solutions (EES) по государственному контракту: № 2К/17 от 02.06.2017 г.
Офисный пакет	Microsoft Office	
Комплекс программ для создания тестов, организации онлайн тестирования и предоставления доступа к учебным материалам	SunRav WEB Class	Лицензионный сертификат от 12.02.2014 г., сетевой доступ через веб-браузер к корпоративному portalу http://sunrav.og-ti.ru/
Пакет программ для проведения тестирования	ADTester	Бесплатное ПО, http://www.adtester.org/help/info/license/
Просмотр и печать файлов в формате PDF	Adobe Reader	Бесплатное ПО, http://www.adobe.com/ru/legal/terms.html
Интернет-браузер	Opera	Бесплатное ПО, http://www.opera.com/ru/terms
	Google Chrome	Бесплатное ПО, http://www.google.com/intl/ru/policies/terms/

6. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№	Наименование помещения	Размеры и S помещения	Пропускная способность	Наличие ТСО и др. ср-в
1	Спортзал административного корпуса (№1)	32x14м (448кв.м)	35 чел.	20 в/мячей 20 б/мячей 5 ф/мяча
2	Спортзал корпуса № 2	24x12 м (288 кв. м)	25 чел.	20 в/мячей 20 б/мячей 5 ф/мяча
3	Комплексная площадка для легкой атлетики, мини-футбола, подвижных игр	120x35 м (4200 кв. м)	50 чел.	Беговая дорожка 100м, 200 м., футбольное поле
5	Лыжехранилище	64 кв.м (35 кв.м)	100-150 пар лыж	магнитофон 1 единица, спортивный инвентарь
6	Теннисная комната	5x5 м (25 кв.м.)	8 чел.	2 теннисных стола

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Аудитории оснащены комплектами ученической мебели, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой, подключенной к сети «Интернет», и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Орского гуманитарно-технологического института (филиала) ОГУ.

Наименование помещения	Материальное-техническое обеспечение
Учебные аудитории - для проведения занятий лекционного типа, - для групповых и индивидуальных консультаций; - для текущего контроля и промежуточной аттестации.	Учебная мебель, классная доска, мультимедийное оборудование (проектор, экран, ноутбук)
Помещение для самостоятельной работы обучающихся, для курсового проектирования (выполнения курсовых работ) 1-318	Учебная мебель, компьютеры (3) с выходом в сеть «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Орского гуманитарно-технологического института (филиала) ОГУ, программное обеспечение

Для проведения занятий лекционного типа используются следующие наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядные пособия:

- презентации к курсу лекций.

Лист согласования рабочей программы

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование
код и наименование

Профиль: История

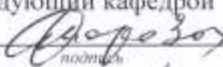
Дисциплина: Б.1.В.ДВ.14.1 Общая физическая подготовка

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

Год набора 2018


РЕКОМЕНДОВАНА заседанием кафедры
физического воспитания (ОГТИ)
наименование кафедры

протокол № 1 от 6 сентября 2017 г.

Ответственный исполнитель, заведующий кафедрой
физического воспитания (ОГТИ) О.В. Морозов
наименование кафедры  подпись расшифровка подписи

Исполнители:
доцент Морозова Г.К.
должность  подпись расшифровка подписи
должность подпись расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической комиссии по направлению подготовки
44.03.01 Педагогическое образование профиль подготовки История С.М. Абрамов
код и наименование  личная подпись расшифровка подписи

Заведующий библиотекой И.К. Тихонова
 личная подпись расшифровка подписи

Начальник ИКЦ М.В. Сапрыкин
 личная подпись расшифровка подписи

Рабочая программа зарегистрирована в ИКЦ 44.03.01 И57/08.2017
учетный номер

Начальник ИКЦ М.В. Сапрыкин
 личная подпись расшифровка подписи