РОСЖЕЛДОР

**Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
"Ростовский государственный университет путей сообщения"
(ФГБОУ ВО РГУПС)**

УТВЕРЖДАЮ
Первый проректор М.А. Кравченко

Кравченко Михаил Александрович

Подписано цифровой подписью: Кравченко Михаил Александрович
Дата: 2025.02.18 16:18:22 +03'00'

Кафедра "Физическое воспитание и спорт"

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 "Физическая культура"

по Учебному плану

специальности среднего профессионального образования
15.02.10 Мехатроника и робототехника (по отраслям)

Квалификация специалиста среднего звена "Специалист по мехатронике и робототехнике"

Ростов-на-Дону
2024 г.

Автор-составитель к.п.н. Зенкова Татьяна Андреевна предлагает настоящую Рабочую программу дисциплины СГ.04 "Физическая культура" в качестве материала для проектирования Образовательной программы РГУПС и осуществления учебно-воспитательного процесса по федеральному государственному образовательному стандарту среднего профессионального образования.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена на кафедре "Физическое воспитание и спорт".

Наименование, цель и задача дисциплины

Дисциплина "Физическая культура".

Учебный план по Образовательной программе утвержден на заседании Ученого совета университета от _____ № __.

Целью дисциплины "Физическая культура" является подготовка в составе других дисциплин блока "Дисциплины (модули)" Образовательной программы в соответствии с требованиями, установленными федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования для формирования у выпускника общих компетенций, способствующих решению профессиональных задач в соответствии с типом задач профессиональной деятельности, предусмотренным учебным планом.

Для достижения цели поставлены задачи ведения дисциплины:

- подготовка обучающегося по разработанной в университете Образовательной программе к успешной аттестации планируемых результатов освоения дисциплины;
- освоение соответствующего вида деятельности, предусмотренного ФГОС СПО и образовательной программой.
- развитие социально-воспитательного компонента учебного процесса.

Виды деятельности:

Сборка, программирование и пуско-наладка мехатронных систем
Техническое обслуживание узлов и агрегатов мехатронных устройств и систем
Монтаж, программирование и обслуживание робототехнических средств
Освоение профессии рабочего "Слесарь по ремонту автомобилей"

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения Образовательной программы.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код и содержание компетенции	Умения	Знания
ОК-08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Уметь: выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры; применять средства и методы укрепления здоровья при формировании здорового образа и стиля жизни, необходимого уровня физической подготовленности в процессе профессиональной деятельности.	Знать: цель и задачи физической культуры, современные оздоровительные системы физического воспитания, направленные на сохранение и укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек. Способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности. Правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.

Место дисциплины СГ.04 "Физическая культура" в структуре Образовательной программы

Дисциплина отнесена к обязательной части социально-гуманитарного цикла Образовательной программы.

Дисциплина реализуется в 3,4,5,6,7,8 семестрах.

Объем дисциплины в академических часах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Вид учебной работы	**Объем часов**
Объем образовательной программы учебной дисциплины	**180**
в том числе:	
Лекции (теоретическое обучение)	-
Практические занятия	146
Самостоятельная работа	22
Промежуточная аттестация (в форме зачета)	**12**

Вид обучения: 3 года 10 месяцев очное

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

Содержание дисциплины

№	Раздел дисциплины	Изучаемые компетенции
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке.	ОК-8
2	Легкая атлетика.	ОК-8
3	Гимнастика.	ОК-8
4	Спортивные игры.	ОК-8
5	Спортивные игры.	ОК-8
6	Общая физическая подготовка.	ОК-8
7	Специальная физическая подготовка.	ОК-8
8	Прикладные виды спорта.	ОК-8

Отведенное количество часов по видам учебных занятий и работы

Лекционные занятия

Не предусмотрено.

Практические занятия (семинары)

Семестр №3

Наименование (тематика) практических работ, семинаров	**Трудоемкость аудиторной работы, часы**
Раздел № 1 Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке	
1.1 Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья.	2
1.2 Виды и формы физической культуры и спорта в учебном и внеучебном времени.	2
1.3 Средства физической культуры.	2
1.4 Самоконтроль показателей здоровья.	2
Раздел № 2 Легкая атлетика	
2.1 Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Техника бега на короткие дистанции.	2
2.2 Обучение технике беговых упражнений.	2
2.3 Совершенствование техники бега на дистанции 100 м., контрольный норматив.	2
2.4 Обучение технике прыжка в длину с места.	2
Раздел № 3 Гимнастика	
3.1 Строевые упражнения и перестроения.	2
3.2 Обучение общеразвивающим упражнениям.	2
3.3 Обучение специальным гимнастическим упражнениям.	2
3.4 Утренняя гигиеническая гимнастика.	2
Раздел № 4 Спортивные игры. Волейбол.	
4.1 Техника перемещений, стоек.	2
4.2 Обучение технике верхней и нижней передачи двумя руками.	2
4.3 Обучение нижней подачи.	2
4.4 Тактические упражнения. Правила игры.	2
4.5 Итоговое занятие	**2**

Семестр №4

Наименование (тематика) практических работ, семинаров	**Трудоемкость аудиторной работы, часы**
Раздел № 5 Спортивные игры. Баскетбол	
5.1 Техника перемещений, стоек	2
5.2 Обучение технике верхней и нижней передачи.	2
5.3 Обучение технике подачи.	4
5.4 Тактические упражнения. Правила игры.	2
Раздел № 6 Общая физическая подготовка.	
6.1 Техника коррекции фигуры.	2

Наименование (тематика) практических работ, семинаров	Трудоемкость аудиторной работы, часы
6.2 Выполнение упражнений для развития различных групп мышц.	2
6.3 Упражнения на блочных тренажёрах для развития основных мышечных группы, на степ-платформе, фитболе.	2
6.4 Упражнения со свободными весами: гантелями, штангами, бодибарами. Упражнения с собственным весом.	2
Раздел № 4 Спортивные игры. Баскетбол.	
4.6 Техника выполнения ведения мяча.	2
4.7 Обучение технике выполнения передачи и броска мяча с места.	2
4.8 Обучение технике выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места.	2
4.9 Обучение технике ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведения-2 шага-бросок	2
Раздел № 2 Легкая атлетика	
2.5 Обучение технике бега на дистанции 200 м.	2
2.6 Обучение технике стартового разгона, финиширования.	2
2.7 Совершенствование техники прыжка в длину с места, контрольный норматив.	2
2.8 Обучение технике бега на дистанции 400 м.	2
2.9 Итоговое занятие	**2**

Семестр № 5

Наименование (тематика) практических работ, семинаров	Трудоемкость аудиторной работы, часы
Раздел № 7 Специальная физическая подготовка	
7.1 Виды и средства специальной физической подготовки.	2
7.2 Физкультурная минутка. Физкультурная пауза.	2
7.3 Производственная физическая культура.	2
7.4 Контроль уровня совершенствования профессионально важных психофизиологических качеств	2
Раздел № 2 Легкая атлетика	
2.10 Обучение технике старта, стартового разбега, финиширования.	2
2.11 Обучение технике бега по дистанции (беговой цикл).	2
2.11 Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг).	2
2.12 Совершенствование техники бега на дистанции 1000 м, контрольный норматив	2
Раздел № 4 Спортивные игры. Волейбол.	
4.10 Совершенствование техники нижней подачи и приёма мяча.	2
4.11 Обучение технике нападающего удара и блокирования.	2

Наименование (тематика) практических работ, семинаров	Трудоемкость аудиторной работы, часы
4.12 Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения.	2
4.13 Совершенствование тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении, индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча, групповые и командные действия игроков, взаимодействие игроков	2
Раздел № 8 Прикладные виды спорта	
8.1 Настольный теннис. Техника перемещений, стоек. Способы держания ракетки.	2
8.2 Обучение технико-тактическим приемам настольного тенниса. Правила игры.	2
8.3 Дартс. Обучение технике держания и броска дротика, стойки.	2
8.4 Обучение технико-тактическим приемам дартс. Правила игры.	2
8.5 Итоговое занятие	**2**

Семестр №6

Раздел № 5 Плавание	
5.5 Обучение технике плавания способом кроль на спине.	2
5.6 Обучение стартам и поворотам в плавании.	2
5.7 Обучение технике плавания способом брасс.	2
5.8 Совершенствование техники плавания на дистанции 50 м., контрольный норматив.	2
Раздел № 6 Общая физическая подготовка.	
6.5 Круговая тренировка. Упражнения по станциям.	1
6.6 Выполнение упражнений с помощью повторного метода для развития различных групп мышц.	1
6.7 Обучение методу максимальных усилий. Упражнения на блочных тренажёрах, на степ-платформе, фитболе.	2
6.8 Совершенствование упражнений на коррекцию телосложения, контрольные нормативы.	2
Раздел № 4 Спортивные игры. Баскетбол.	
4.14 Обучение технике выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колоне и кругу.	2
4.15 Обучение технике выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста.	2
4.16 Применение правил игры в баскетбол в учебной игре.	2
4.17 Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага – бросок», бросок мяча с места под кольцо.	2
Раздел № 2 Легкая атлетика	
2.13 Обучение технике бега на средние дистанции.	2
2.14 Обучение технике метания гранаты.	2

2.15 Совершенствование техники метания гранаты, контрольный норматив.	2
2.16 Выполнение контрольного норматива: 500 метров – девушки, 1000 метров – юноши.	2
2.17 Итоговое занятие	**2**

Семестр № 7

Наименование (тематика) практических работ, семинаров	**Трудоемкость аудиторной работы, часы**
Раздел № 7 Специальная физическая подготовка	
7.5 Виды и средства профессионально прикладной направленности.	1
7.6 Профессионально-прикладная направленность физкультурной минутки, физкультурной паузы.	1
7.7 Совершенствование комплексов производственной физической культуры.	1
7.8 Самоконтроль уровня совершенствования профессионально важных психофизиологических качеств.	1
Раздел № 2 Легкая атлетика	
2.18 Обучение технике бега на длинные дистанции.	1
2.19 Совершенствование техники бега по пересеченной местности.	2
2.19 Техника высокого старта и стартового ускорения. Преодоление препятствий.	1
2.20 Бег по пересеченной местности на результат.	2
Итоговое занятие	**2**
Семестр № 8	
Раздел № 4 Спортивные игры	
4.18 Совершенствование техники игры в спортивных играх.	1
4.19 Совершенствование тактики игры в спортивных играх.	1
4.20 Совершенствование технических приемов спортивных игр, контрольные нормативы.	2
4.21 Совершенствование тактических элементов спортивных игр в учебной игре.	2
Раздел № 8 Прикладные виды спорта	
8.6 Настольный теннис. Совершенствование технических приемов.	1
8.7 Совершенствование тактики игры настольного тенниса. Правила игры.	1
8.8 Дартс. Совершенствование бросков дротика из различных исходных положений и стоек.	1
8.9 Основные виды упражнений в дартс. Правила игры.	2
8.10 Итоговое занятие	**2**

Самостоятельное изучение учебного материала (самоподготовка)

Номер раздела данной дисциплины	Наименование тем, вопросов, вынесенных для самостоятельного изучения	Трудоемкость внеаудиторной работы, часы
Семестр № 3		
2	Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	2
3	Составление комплекса утренней гигиенической гимнастики и его выполнение.	2
Семестр № 4		
6	Составление и выполнение комплекса упражнений с преодолением собственного веса.	2
Семестр № 5		
7	Составление и выполнение комплекса упражнений физкультминутки.	2
Семестр № 6		
2	Совершенствование техники бега по дистанции.	2
Семестр № 7		
7	Составление и выполнение комплекса упражнений физкультпаузы, производственной гимнастики. Ведение дневника самоконтроля.	6
Семестр № 8		
2	Кроссовый бег	4
7	Ведение дневника самоконтроля.	2

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения Образовательной программы

Компетенция	Указание (+) этапа формирования в процессе освоения ОП (семестр)	
ОК-8	семестр 3	+
ОК-8	семестр 4	+
ОК-8	семестр 5	+
ОК-8	семестр 6	+
ОК-8	семестр 7	+
ОК-8	семестр 8	+

Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования

Компе-тенция	Этап формирования ОП (семестр)	Показатель оценивания	Критерий оценивания
ОК-8	2	Дуальная оценка на зачете	- полнота усвоения материала, - качество изложения материала, - правильность выполнения заданий, - аргументированность решений.
ОК-8	3,4,5,6,7,8	Процент верных на тестировании	- правильность выполнения заданий.

Компе-тенция	Этап формирования ОП (семестр)	Показатель оценивания	Критерий оценивания
ОК-8	3,4,5,6,7,8	Выполненное практическое задание	- правильность выполнения заданий.
ОК-8	3,4,5,6,7,8	Балльная оценка на экзамене	- полнота усвоения материала, - качество изложения материала, - правильность выполнения заданий, - аргументированность решений.
ОК-8	3,4,5,6,7,8	Процент верных на тестировании	- правильность выполнения заданий.
ОК-8	3,4,5,6,7,8	Выполненное практическое задание	- правильность выполнения заданий.
ОК-8	3,4,5,6,7,8	Балльная оценка за курсовую работу	- качество изложения материала, - правильность выполнения заданий, - аргументированность решений.

Описание шкал оценивания компетенций

Значение оценки	Уровень освоения компетенции	Шкала оценивания (для аттестационной ведомости, зачетной книжки, документа об образования)	Шкала оценивания (процент верных при проведении тестирования)
Балльная оценка - "удовлетворительно".	Пороговый	Оценка «**удовлетворительно**» выставляется обучающемуся, который имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения последовательности изложения программного материала и испытывает трудности в выполнении практических навыков.	От 40% до 59%
Балльная оценка - "хорошо".	Базовый	Оценка «**хорошо**» выставляется обучающемуся, твердо знающему программный материал, грамотно и по существу его излагающему, который не допускает существенных неточностей в ответе, правильно применяет теоретические положения при решении практических работ и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.	От 60% до 84%

Значение оценки	Уровень освоения компетенции	Шкала оценивания (для аттестационной ведомости, зачетной книжки, документа об образования)	Шкала оценивания (процент верных при проведении тестирования)
Балльная оценка - "отлично".	Высокий	Оценка «**отлично**» выставляется обучающемуся, глубоко и прочно усвоившему программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагающему, в ответе которого тесно увязываются теория с практикой. При этом обучающийся не затрудняется с ответом при видоизменении задания, показывает знакомство с литературой, правильно обосновывает ответ, владеет разносторонними навыками и приемами практического выполнения практических работ.	От 85% до 100%
Дуальная оценка - "зачтено".	Пороговый, Базовый, Высокий	Оценка «**зачтено**» выставляется обучающемуся, который имеет знания, умения и навыки, не ниже знания только основного материала, может не освоить его детали, допускать неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения последовательности изложения программного материала и испытывает трудности в выполнении практических навыков.	От 40% до 100%
Балльная оценка - "неудовлетворительно", Дуальная оценка - "не зачтено".	Не достигнут	Оценка «**неудовлетворительно, не зачтено**» выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает ошибки, неуверенно выполняет или не выполняет практические работы.	От 0% до 39%

Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Типовые контрольные задания

Не предусмотрено

Контрольные работы, расчетно-графические работы, рефераты

Не предусмотрено

Перечни сопоставленных с ожидаемыми результатами освоения дисциплины вопросов (задач):

Зачет. Семестр 3,4,5,6,7,8

Вопросы для оценки результата освоения "Знать":

1) Физическая культура и спорт как социальные феномены.
2) Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
3) Ценности физической культуры.
4) Физическая культура личности студента.
5) Дисциплина "Физическая культура" в структуре среднего профессионального образования.

6) Законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте.
7) Социально-биологические основы физической культуры.
8) Основы здорового образа жизни студента.
9) Физическая культура в обеспечении здоровья.
10) Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.
11) Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
12) Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания.
13) Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
14) Физкультурно-спортивные виды активного отдыха.
15) Рациональное питание.
16) Закаливание.
17) Средства и методы релаксации.
18) Меры безопасности при занятиях физической культурой и спортом.
19) Жизненно необходимые умения и навыки.
20) Двигательная активность, ее виды и формы.
21) Профессионально необходимые умения и навыки.
22) Понятия об органах и физиологических системах организма.
23) Теория активного отдыха.
24) Основные физические качества.
25) Основные оздоровительные системы.

Вопросы для оценки результата освоения "Уметь":

1) Составить и выполнить комплекс утренней гигиенической гимнастики.
2) Составить и выполнить комплекс физкультурной паузы.
3) . Составить и выполнить комплекс физкультурной минутки.
4) Составить и выполнить комплекс производственной гимнастики.
5) Составить и выполнить комплекс микропаузы активного отдыха.
6) Выполнить тест на скоростно-силовую подготовленность бег 100 м (сек)
   Девушки 15,7 16,0 17,0 17,9 18,7 Юноши 13,2 13,8 14,0 14,6 15,5
7) Выполнить поднимание (сед) и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз) Девушки 60 50 40 30 20
8) Выполнить тест на силовую подготовленность – подтягивание на перекладине (кол-во раз) Юноши 15 12 9 7 4
9) Выполнить тест на общую выносливость – бег 2000 м (мин., сек.)
   Девушки 10.15 10.50 11.15 11.50 12.15
10) Выполнить тест на общую выносливость – бег 3000 м (мин. сек.)
   Юноши 12.00 12.35 13.10 13.40 14.30
11) Плавание 50 м (мин, сек)
   Девушки 54.0 1.03 1.14 1.24 1.34. Юноши 40.0 44.0 48,0 57,0 1,05.
12) Выполнить норматив: прыжки в длину с места (см)
   Девушки 190 180 168 160 150. Юноши 250 240 230 223 215.
13) Подтягивание в висе лежа (перекладина на высоте 90 см) Девушки 20 16 10 6 4.
14) В висе поднимание ног до касания перекладины (кол-во раз) Юноши 10 7 5 3 1.
15) Бег по пересеченной местности Девушки 3000 м., Юноши 5000 м.

Иные контрольные материалы для автоматизированной технологии оценки имеются в Центре мониторинга качества образования

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций

№ п/п	Библиографическое описание
1	Методические указания, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций: учебно-методическое пособие / М.С. Тимофеева; ФГБОУ ВО РГУПС. - 3-е изд., перераб. и доп. - Ростов н/Д, 2021. - 60 с.: ил. - Библиогр.: с. 44 (ЭБС РГУПС)
2	Разработка фондов оценочных средств в условиях цифровой трансформации высшего образования : учебное пособие/ М.С. Тимофеева, Г.С. Мизюков, В.Н. Семенов [и др.]; под ред. М.С. Тимофеевой; ФГБОУ ВО РГУПС. - Ростов-на-Дону : РГУПС, 2022. - 94 с.

Для каждого результата обучения по дисциплине определены

Показатели и критерии оценивания сформированности компетенций на различных этапах их формирования

Результат обучения	Компетенция	Этап формирования в процессе освоения ОП (семестр)	Этапы формирования компетенции при изучении дисциплины (раздел дисциплины)	Показатель сформированности компетенции	Критерий оценивания
Знает, Умеет	ОК-8	3,4,5,6,7,8	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Дуальная оценка на зачете	- полнота усвоения материала, - качество изложения материала, - правильность выполнения заданий, - аргументированность решений.
Знает, Умеет	ОК-8	3,4,5,6,7,8	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Процент верных на тестировании	- правильность выполнения заданий.
Знает, Умеет	ОК-8	3,4,5,6,7,8	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Выполненное практическое задание	- правильность выполнения заданий.
Знает, Умеет	ОК-8	3,4,5,6,7,8	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Балльная оценка на экзамене	- полнота усвоения материала, - качество изложения материала, - правильность выполнения заданий, - аргументированность решений.
Знает, Умеет	ОК-8	3,4,5,6,7,8	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Процент верных на тестировании	- правильность выполнения заданий.
Знает, Умеет	ОК-8	3,4,5,6,7,8	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Выполненное практическое задание	- правильность выполнения заданий.

Результат обучения	Компетенция	Этап формирования в процессе освоения ОП (семестр)	Этапы формирования компетенции при изучении дисциплины (раздел дисциплины)	Показатель сформированности компетенции	Критерий оценивания
Знает, Умеет	ОК-8	3,4,5,6,7,8	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Балльная оценка за курсовую работу	- качество изложения материала, - правильность выполнения заданий, - аргументированность решений.

Шкалы и процедуры оценивания

Значение оценки	Уровень освоения компетенции	Шкала оценивания (для аттестационной ведомости, зачетной книжки, документа об образовании)	Процедура оценивания
Балльная оценка - "отлично", "хорошо", "удовлетворительно". Дуальная оценка - "зачтено".	Пороговый, Базовый, Высокий	В соответствии со шкалой оценивания в разделе РПД "Описание шкал оценивания компетенций"	Экзамен (письменно-устный). Зачет (письменно-устный). Автоматизированное тестирование. Выполнение практического задания в аудитории. Защита курсовой работы.
Балльная оценка - "неудовлетворительно". Дуальная оценка - "не зачтено".	Не достигнут		

Ресурсы электронной информационно-образовательной среды, электронной библиотечной системы и иные ресурсы, необходимые для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Перечень учебной литературы для освоения дисциплины

№ п/п	Библиографическое описание	Ресурс
1	*Алхасов, Д. С.* Теория и история физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 216 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15307-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/539729	Юрайт

№ п/п	Библиографическое описание	Ресурс
2	*Муллер, А. Б.* Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/536838	Юрайт

Перечень учебно-методического обеспечения

№ п/п	Библиографическое описание	Ресурс
1	Зенкова Т.А. Профессионально-прикладная физическая культура студентов : учеб. Пособие / Т. А. Зенкова ; ФГБОУ ВО РГУПС. – 2-е изд., доп. – Ростов н/Д : [б. и.], 2020. – 152 с. : ил., прил. – Библиогр. – Заказ № 10761 экз.. – **ISBN** 978-5-88814-921-8. – Текст : электронный + Текст : непосредственный.	ЭБС
2	Физическая культура : учеб. Пособие / Л. В. Кравцова, Ю. П. Юдина ; ВТЖТ – филиал РГУПС. – Волгоград : [б. и.], 2017. – 263 с. : прил. – Библиогр. - ~Б. ц. – Текст : электронный.	ЭБС
3	*Германов, Г. Н.* Методика обучения предмету «Физическая культура». Легкая атлетика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 461 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/539515	Юрайт
4	Самостоятельная работа студента по физической культуре : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Л. Кондаков [и др.] ; под редакцией В. Л. Кондакова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19296-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/556261	Юрайт

Электронные образовательные ресурсы в сети "Интернет"

№ п/п	Адрес в Интернете, наименование
1	http://rgups.ru/. Официальный сайт РГУПС
2	http://www.iprbookshop.ru/. Электронно-библиотечная система "IPR SMART"
3	https://urait.ru/. Электронно-библиотечная система "Юрайт"
4	http://cmko.rgups.ru/. Центр мониторинга качества образования РГУПС
5	https://portal.rgups.ru/. Система личных кабинетов НПР и обучающихся в ЭИОС
6	http://www.umczdt.ru/. Электронная библиотека "УМЦ ЖДТ"
7	https://webirbis.rgups.ru/. Электронно-библиотечная система РГУПС
8	https://eivis.ru/. Универсальная база данных "ИВИС"

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

№ п/п	Адрес в Интернете, наименование

№ п/п	Адрес в Интернете, наименование
1	http://www.glossary.ru/. Глоссарий.ру (служба тематических толковых словарей)
2	http://www.consultant.ru/. КонсультантПлюс

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

№ п/п	Наименование	Произ-во
1	Debian, Simply Linux, Microsoft Windows. Системное программное обеспечение.	И
2	LibreOffice. Программное обеспечение для работы с различными типами документов: текстами, электронными таблицами, базами данных и др.	И

О - программное обеспечение отечественного производства
И - импортное программное обеспечение

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

- плоскостные сооружения;
- площадки для игры в баскетбол, волейбол, мини – футбол
- «шведские» стенки
- силовые тренажеры, велотренажер, эллиптический тренажер.

Самостоятельная работа обучающихся обеспечивается компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и ЭИОС.

Авторы-составители:

Доцент
Кафедра "Физическое воспитание и спорт" _____ Т.А. Зенкова