

Минобрнауки России

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Оренбургский государственный университет»

Кафедра физического воспитания

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Д.В.Э.1.6 Настольный теннис»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

08.03.01 Строительство

(код и наименование направления подготовки)

Техническая эксплуатация объектов жилищно-коммунального комплекса
(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Очная


Год набора 2021

Рабочая программа дисциплины «Б1.Д.В.Э.1.6 Настольный теннис» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

Кафедра физического воспитания _____
наименование кафедры

протокол № 3 от " 5 " февраля 2021г.


ИО Заведующего кафедрой
Кафедра физического воспитания _____
наименование кафедры  подпись С.Ю. Соловых _____
расшифровка подписи


Исполнители:
доцент _____
должность  подпись Е.В. Витун _____
расшифровка подписи

_____ должность _____ подпись _____ расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической комиссии по направлению подготовки
08.03.01 Строительство _____
код наименование  личная подпись А.И. Альбакасов _____
расшифровка подписи

Заведующий отделом комплектования научной библиотеки
_____  личная подпись Н.Н. Бигалиева _____
расшифровка подписи

Уполномоченный по качеству факультета
_____  личная подпись Т.М. Крахмалева _____
расшифровка подписи

№ регистрации _____

1 Цели и задачи освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины: формирование физической культуры личности средствами настольного тенниса

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач.

Задачи:

1. Способствовать формированию личности обучающегося, его общей и физической культуры, эрудиции.
2. Способствовать овладению системой практических умений и навыков средствами настольного тенниса, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности студента.
3. Способствовать углублению потребностно-мотивационной сферы студентов в направлении спортивного самосовершенствования.
4. Формировать ценностное отношение к здоровому стилю жизни, физическому самосовершенствованию и самовоспитанию, потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом.
5. Способствовать пониманию роли физического воспитания в развитии личности и подготовки к профессиональной деятельности.
6. Содействовать становлению у обучающихся практических умений и навыков спортивной подготовки в сфере физической культуры средствами настольного тенниса.
7. Приобрести опыт творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту - «Настольный теннис» относится к дисциплинам по выбору вариативной части блока Д. «Дисциплины (модули)» в структуре ООП бакалавриата по направлению подготовки 08.03.01 Строительство.

Настоящая программа элективной дисциплины по физической культуре и спорту - «Настольный теннис» составлена с учетом основополагающих, законодательных, конструктивных и программных документов определяющих основную направленность, объем и содержание учебных занятий по физической культуре в вузе.

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту - «Настольный теннис» представлена, как учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности, реализуется в порядке, установленном образовательной организацией. Является компонентом общей культуры, психофизического становления профессиональной подготовки студента в течении всего периода обучения. Элективная дисциплина «Настольный теннис» способствует формированию культуры здоровья обучающихся посредством интеграции валеологических, социокультурных и прикладных ценностей базового курса дисциплины «Физическая культура».

Свои образовательные и развивающие функции элективная дисциплина по физической культуре и спорту - «Настольный теннис» наиболее полно осуществляет в целенаправленном педагогическом процессе физического воспитания, который опирается на основные обще дидактические принципы: сознательности, наглядности, доступности, систематичности и динамичности.

Пререквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

Постреквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
<p>УК-7 Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	<p>УК-7-В-1 - Соблюдать нормы здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности.</p> <p>УК-7-В-2: - Выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте.</p>	<p><u>Знать</u> УК-7-В-1: - требования безопасности при проведении занятий по настольному теннису; - обоснование оздоровительного значения настольного тенниса и его важное место в общечеловеческой культуре.</p> <p>УК-7-В-2: - теоретико - методические основы физической культуры и рациональные способы профилактики утомления на рабочем месте</p> <p><u>Уметь:</u> УК-7-В-1 - выполнять основные двигательные действия и технические приемы настольного тенниса для поддержания должного уровня физической подготовленности к профессиональной деятельности личности.</p> <p>УК-7-В-2 -определять и оценивать основные способы влияния физической нагрузки на организм; -применять знания, умения и навыки для организации самостоятельных занятий по виду спорта настольный теннис, с целью профилактики профессиональных заболеваний и утомления на рабочем месте.</p> <p><u>Владеть:</u> УК-7-В-1 -основными методами оценки уровня физической подготовленности для обеспечения профессиональной деятельности; - средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> <p>УК-7-В-2. - основами саморегулирования состояния здоровья для профилактики психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте.</p>

4 Структура и содержание дисциплины

4.1 Структура дисциплины

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	Общая и специальная, технико-тактическая подготовка (настольный теннис).	68
2	Инструкторская практика	-
	Вид контроля (зачет)	2
	Итого:	70

Разделы дисциплины, изучаемые в 2 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	Общая и специальная, технико-тактическая подготовка (настольный теннис).	64
2	Инструкторская практика	4
	Вид контроля (зачет)	2
	Итого:	70

Разделы дисциплины, изучаемые в 3 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	Общая и специальная, технико-тактическая подготовка (настольный теннис).	62
2	Инструкторская практика	6
	Вид контроля (зачет)	2
	Общая и специальная подготовка	70

Разделы дисциплины, изучаемые в 4 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	Общая и специальная, технико-тактическая подготовка (настольный теннис).	56
2	Инструкторская практика	6
	Вид контроля (зачет)	2
	Итого:	64

Разделы дисциплины, изучаемые в 5 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	Общая и специальная, технико-тактическая подготовка (настольный теннис).	44
2	Инструкторская практика	8
	Вид контроля (зачет)	2
	Итого:	54
	Всего:	328

4.2 Содержание разделов дисциплины

Для Элективных дисциплин по физической культуре «Настольный теннис» в данном разделе предполагаются практические занятия с использованием различных средств физической культуры и различных видов спорта для обеспечения физической подготовленности обучающихся, в том числе профессионально-прикладного характера, уровня физической подготовленности для выполнения ими нормативов физической подготовленности и формирования физической культуры личности.

Инструктаж по технике безопасности на занятиях спортивных игр – (настольный теннис).

Общие требования безопасности к проведению практических занятий. Требования безопасности перед началом, в основной части и после окончания занятия. Требования безопасности при аварийных ситуациях. Меры предупреждения спортивного травматизма. Оказание первичной помощи при травмах.

Раздел №1 Общая и специальная физическая подготовка и технико-тактическая подготовка

Общая физическая подготовка (ОФП) способствует повышению функциональных возможностей, общей работоспособности, является основой (базой) для специальной подготовки и достижения высоких результатов в избранной сфере деятельности или виде спорта.

Специальная физическая подготовка. Обучение специальным физическим упражнениям, направленным на освоение технических приемов и элементов в избранной сфере деятельности или виде спорта.

Процесс, направленный на овладение теоретическими знаниями, двигательными умениями, навыками и способностями преимущественно необходимыми в избранном виде спорта.

Техническая подготовка направлена на обучение и совершенствование рациональной техники выполнения двигательных действий в избранном виде спорта.

Тактическая подготовка направлена на овладение знаниями, умениями и навыками и возможностью их эффективного использования в соревновательной деятельности. Тактическая подготовка базируется на практическом применении тактических элементов, приемов, путей, и вариантов в учебно-спортивной практике.

Раздел №2 Инструкторская практика

1. Овладение принятой терминологией в избранном виде спорта.
2. Приобретение знаний и умений в проведении ОРУ для избранного вида спорта.
3. Овладение основными методами построения практического занятия в избранном виде спорта.
4. Приобретение навыков в организации и проведение спортивных соревнований по избранному виду спорта.
5. Основы методики формирования устойчивой мотивации в избранном виде спорта.
6. Подготовка студентов к роли помощника преподавателя в организации и судействе соревнований в избранном виде спорта.

4.3 Практические занятия (семинары)

Практический раздел программы реализуется на методико-практических и учебно-тренировочных занятиях в учебных группах, направлен: на повышение уровня функциональных и двигательных способностей; формирование необходимых качеств и свойств личности, на овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности; на приобретение личного опыта для использования средств физической культуры и различных видов спорта, и формирования физической культуры личности, развития физических качеств и способностей.

Практический учебный материал разработан преподавателями кафедры физического воспитания с учетом индивидуальных особенностей студентов. В основе реализации учебного материала лежит индивидуально- дифференцированный подход (материал разработан в зависимости от уровня физической подготовленности, функциональных нарушений в организме, вызванными временными или постоянными изменениями в состоянии здоровья).

Студенты, освобожденные от практических занятий по медицинским показаниям, в каждом семестре готовят рефераты, связанные с особенностями использования средств физической культуры при их индивидуальных отклонениях в состоянии здоровья.

Разделы дисциплины, изучаемые в 1 семестре

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	I	Вводное занятие. Техника безопасности. Особенности занятий настольным теннисом. Краткая историческая справка. Характеристика особенностей воздействия настольного тенниса (системы физических упражнений) на физическое развитие и подготовленность, психологические качества и свойства личности.	2
2-8	I	Развитие быстроты, скоростно-силовых качеств. Обучение технике выполнения стоек и перемещений. Эстафеты. Подвижные игры.	14
9-11	I	Освоение технических навыков игры в настольный теннис. Частичный перенос навыков из подвижных игр в спортивную игру – настольный теннис.	6
12-15	I	Изучение комплекса разминки в спортивных играх – настольный теннис. Изучение техники владения ракеткой. Совершенствование стоек и перемещений. Жонглирование шарика одной и двумя сторонами ракетки. Специальные упражнения в парах. Развитие быстроты.	8
16-17	I	Общая и специальная подготовка. Особенности разминки перед	4

		началом занятия. Специальные упражнения. Обучение технике выполнения основных ударов.	
18	I	Развитие специальных скоростно-силовых качеств, быстроты. Совершенствование техники выполнения основных ударов. Подвижные игры.	2
19-33	I	Общая и специальная подготовка. Совершенствование техники выполнения основных ударов. Обучение технике выполнения простой подачи. Подвижные игры. Развитие быстроты перемещений	30
34	I	Контрольное занятие. Сдача контрольных нормативов.	2
35		Зачет	2
		Всего за I семестр	70

Разделы дисциплины, изучаемые во 2 семестре

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	I	Вводное занятие. Техника безопасности.	2
2-5	I	Общая и специальная подготовка. Комплекс ОРУ для настольного тенниса. Совершенствование техники выполнения основных ударов. Подвижные игры. Учебная игра в настольный теннис.	8
6-12	I	Развитие быстроты, скоростно-силовых качеств. Челночный бег. Эстафеты. Подвижные игры.	14
13-14	I	Специальная подготовка, техническая. Обучение технике игры на столе разными ударами и в сочетаниях. Совершенствование техники простой подачи.	4
15	I	Развитие координации, скоростно-силовых качеств. Обучение технике выполнения подачи с верхним и нижним вращением.	2
16-31	I	Специальная подготовка, техническая. Развитие скоростно-силовых качеств. Совершенствование техники ударов без вращения, с верхним вращением, с нижним вращением. Совершенствование техники выполнения подачи с верхним и нижним вращением.	32
32-33	II	Обучение основным правилам судейства. Правила соревнований; виды и характер соревнований; положение и программа соревнований; права и обязанности участников и судей; требования к специальной экипировке спортсменов; требования к помещению, оборудованию и инвентарю соревнований; определение победителей.	4
34	I	Контрольное занятие. Сдача контрольных нормативов.	2
35		Зачет	2
		Всего за II семестр	70

Разделы дисциплины, изучаемые в 3 семестре

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	I	Вводное занятие. Техника безопасности.	2
2-8	I	Совершенствование техники бега на различные дистанции, развитие быстроты и выносливости. Специальные беговые упражнения.	14
9-11	I	Подвижные игры. Обучение технике выполнения контрударов слева и справа по диагонали.	6

12-14	I	Развитие координации, выносливости. Совершенствование техники выполнения контрударов слева и справа по диагонали.	6
15-30	I	Специальная подготовка, техническая. Совершенствование техники выполнения основных ударов Совершенствование техники подач с верхним и нижним вращением. Игра на столе разными ударами и в сочетаниях. Чередование нескольких приемов игры в быстром темпе с различным направлением мяча. Обучение стратегии атаки. Игра подающего спортсмена Проведение занятия приближенного к соревнованиям.	32
31-33	II	Обучения правилам судейства. Правила соревнований; виды и характер соревнований; положение и программа соревнований; права и обязанности участников и судей; требования к специальной экипировке спортсменов; требования к помещению, оборудованию и инвентарю соревнований; определение победителей. Участие в соревнованиях в качестве судьи. Судейская практика.	6
34	I	Контрольное занятие. Сдача контрольных нормативов.	2
35		Зачет	2
		Всего за III семестр	70

Разделы дисциплины, изучаемые в 4 семестре

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	I	Вводное занятие. Техника безопасности.	2
2-5	I	Подвижные игры. Совершенствование технических навыков игры в настольный теннис. Расширение диапазона двигательных навыков.	6
6-11	I	Развитие скоростно-силовых качеств. Специальные беговые упражнения. Круговая тренировка.	14
12	I	Развитие физических качеств: координации; специально-силовых качеств; выносливости. Обучение базовым тактическим подходам: разброс по углам, игра на противоходе.	2
13-26	I	Специальная подготовка, техническая. Развитие ловкости и координационных способностей. Круговая тренировка. Совершенствование техники основных технических приемов. Игра на столе разными ударами и в сочетаниях. Совершенствование базовых тактических подходов. Сочетание подач с атакующими и защитными ударами. Совершенствование стратегии атаки. Игра подающего спортсмена. Обучение стратегии защиты.	28
27	I	Соревновательная практика. Участие в соревнованиях в качестве спортсмена. Ведение тактической борьбы.	2
28-30	II	Совершенствование навыков судейства. Участие в соревнованиях в качестве судьи.	6
31	I	Контрольное занятие. Сдача контрольных нормативов.	2
32		Зачет	2
		Всего за IV семестр	64

Разделы дисциплины, изучаемые в 5 семестре

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	I	Вводное занятие. Техника безопасности.	2
2-6	I	Развитие быстроты, скоростно-силовых качеств. Специальные беговые упражнения. Бег на различные дистанции, челночный бег. Эстафеты.	10
7-9	I	Подвижные игры. Совершенствование технических навыков игры в настольный теннис.	6
10-11	I	Специальная подготовка, техническая. Совершенствование техники основных приемов игры в настольный теннис.	4
12-16	I	Развитие координации, развитие специальных силовых качеств, выносливости. Игра на столе разными ударами и в сочетаниях. Совершенствование базовых тактических подходов.	10
17-21	I	Совершенствование базовых тактических подходов. Сочетание подач с атакующими и защитными ударами. Совершенствование стратегии атаки. Игра подающего спортсмена. Совершенствование стратегии защиты.	10
22-25	II	Совершенствование навыков судейства. Участие в соревнованиях в качестве судьи.	8
26	I	Контрольное занятие. Сдача контрольных нормативов.	2
27		Зачет	2
		Всего за V семестр	54

Особенности аттестации студентов, исходя из уровня физической подготовленности и состояния здоровья.

Для практических занятий физической культурой в соответствии с состоянием здоровья и уровнем физической подготовленности, студенты распределяются: в основные; специально-медицинские; группы студентов освобожденных от занятий физической культурой. Студенты, имеющие отклонения в состоянии здоровья (на основании медицинских документов, переходят в специальную медицинскую группу), занимаются по индивидуальным заданиям преподавателя, сдают отчет по освоению и использованию собственно - оздоровительной программы и освобождаются от выполнения контрольных нормативов противопоказанных в соответствии с состоянием здоровья.

Студенты, освобождённые от практических занятий, занимаются по индивидуальной программе, самостоятельно составляют комплексы упражнений разной направленности с учетом отклонений в состоянии здоровья, ведут дневник самоконтроля и в начале каждого семестра получают темы рефератов. В конце семестра проводится устный опрос данной категории студентов по выполненному реферату и ведением дневник самоконтроля, с предоставлением отчета в период промежуточной аттестации.

В качестве критериев результативности учебных занятий выступают требования и показатели, основанные на использовании двигательной активности не ниже определенного минимума.

В соответствии с положением о текущем, рубежном контроле успеваемости и промежуточной аттестации от 06.06. 17г. № 35-Д. для получения зачета студенту необходимо:

1) посетить учебные занятия (70 % от общего количества учебных часов);

2) выполнить обязательные тесты, разрабатываемые кафедрой физического воспитания для студентов, а также задания по методико-практическому разделу и профессионально-прикладной физической подготовке разработанных с учетом специфики подготовки бакалавров и специалистов.

Итоговый контроль (зачет) дает возможность выявить уровень сформированности физической культуры студента через комплексную проверку теоретических знаний, методических и практиче-

ских умений, характеристику общей физической, спортивно-технической подготовленности студента, его психофизической готовности к профессиональной деятельности.

Выполнение обучающимися нормативов ГТО в текущем семестре засчитывается в качестве промежуточной аттестации по дисциплине.

5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Основная литература

1. [Витун, В. Г. Повышение адаптационных возможностей студентов средствами физической культуры \[Электронный ресурс\]: учебное пособие для студентов, обучающихся по программам высшего образования по всем направлениям подготовки / В. Г. Витун, Е. В. Витун; М-во образования и науки Рос. Федерации, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Оренбург. гос. ун-т". - Оренбург : ОГУ. - 2015. - ISBN 978-5-7410-1191-1. - 102 с- Загл. с тит. экрана.](#)

2. Зиамбетов, В. Ю. Основы научно-исследовательской деятельности студентов в сфере физической культуры [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для студентов, обучающихся по программам высшего образования по всем направлениям подготовки / В. Ю. Зиамбетов, С. И. Матвеева, Г. Б. Холодова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Оренбург. гос. ун-т". - Электрон. текстовые дан. (1 файл: 0.91 Мб). - Оренбург : Университет, 2015. - 103 с. - Загл. с тит. экрана. -Adobe Acrobat Reader 5.0 - ISBN 978-5-7410-1340-3.. - № гос. регистрации 0321601036.

3. [Витун, Е. В. Современные системы физических упражнений, рекомендованные для студентов \[Электронный ресурс\]: учебное пособие для студентов, обучающихся по программам высшего образования по всем направлениям подготовки / Е. В. Витун, В. Г. Витун; М-во образования и науки Рос. Федерации, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Оренбург. гос. ун-т". - Оренбург : ОГУ. - 2017. - ISBN 978-5-7410-1674-9. - 110 с.- Загл. с тит. экрана.](#)

5.2 Дополнительная литература

1. Баранов, В. В. Самостоятельная физкультурно-спортивная деятельность студентов в освоении физической культуры [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для студентов, обучающихся по всем направлениям подготовки / В. В. Баранов, М. И. Кабышева; М-во образования и науки Рос. Федерации, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Оренбург. гос. ун-т". - Электрон. текстовые дан. (1 файл: 1.75 Мб). - Оренбург: ОГУ, 2012. - 214 с. - Загл. с тит. экрана. -Adobe Acrobat Reader 5.0

2. Гилязиева, С. Р. Терминология общеразвивающих упражнений [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов, обучающихся по программам высшего профессионального образования по всем направлениям подготовки / С. Р. Гилязиева, Т. В. Нурматова, М. Р. Валетов; М-во образования и науки Рос. Федерации, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Оренбург. гос. ун-т". - Электрон. текстовые дан. (1 файл: 11.07 Мб). - Оренбург : ОГУ, 2015. - 119 с. - Загл. с тит. экрана. -Adobe Acrobat Reader 6.0 - ISBN 978-5-7410-1284-0.

3. Команов, В.В. Начальная подготовка в настольном теннисе [электронный ресурс] : методическое пособие / В. В. Команов, Г. В. Барчукова ; Федерация настольного тенниса России. - Москва : Информпечать, 2017. - 224 с. : ил., табл.; 22 см.; ISBN 978-5-9903459-2-8

5.3 Периодические издания

1. **Физическая культура: воспитание, образование, тренировка:** журнал. – Москва: Агентство "Роспечать", 2002-2013

2. **Теория и практика физической культуры:** журнал. – Москва: Агентство "Роспечать", 2002-2015

5.4 Интернет-ресурсы

1. <https://minsport.gov.ru/> – официальный сайт Министерства спорта РФ
2. www.edu.ru – федеральный портал «Российское образование»
3. <http://www.youtube.com/> – общедоступный сайт с видеоконтентом разнообразного содержания, в том числе демонстрационными материалами по темам дисциплины.
4. <https://znanium.com/> — это электронно-библиотечная система (ЭБС), в которой сформированы коллекции электронных версий книг, журналов, статей и пр., сгруппированных по тематическим и целевым признакам. В настоящее время ЭБС Znanium является информационным порталом, оказывающим платные услуги по предоставлению онлайн-доступа к большому фонду учебной и научной литературы, а также к ряду других сервисов, поддерживающих образовательные и научные процессы в учебных заведениях. Ресурс может также быть полезным для любого пользователя, нуждающегося в проверенной учебной и научной информации. Ресурс также обладает массивом информации в режиме Open Access (открытый доступ).

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

1. Операционная система Microsoft Windows
2. Пакет настольных приложений Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint, OneNote, Outlook, Publisher, Access)
3. ГАРАНТ Платформа F1 [Электронный ресурс]: справочно-правовая система. / Разработчик ООО НПП «ГАРАНТ-Сервис», 119992, Москва, Воробьевы горы, МГУ, [1990–2020]. – Режим доступа в сети ОГУ для установки системы: \\fileserver1\GarantClient\garant.exe
4. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: электронное периодическое издание справочная правовая система. / Разработчик ЗАО «Консультант Плюс», [1992–2020]. – Режим доступа к системе в сети ОГУ для установки системы: \\fileserver1\CONSULT\cons.exe
5. Zoom – платформа для организации аудио и видеоконференций
6. Microsoft Teams – корпоративная платформа, объединяющая в рабочем пространстве чат, встречи, заметки и вложения
7. LMS Moodle [Электронный ресурс] : система управления курсами – URL: <https://moodle.osu.ru/> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Спортивная база вуза

Стадион «Прогресс»:

1. Две хоккейные площадки;
2. Две волейбольные площадки;
3. Футбольное поле запасное;
4. Футбольное поле;
5. Беговая дорожка;
6. Баскетбольная площадка;
7. Гимнастический городок;
8. Сектор для метания;
9. Сектор для прыжков;
10. Лыжная база.

Учебно-спортивный комплекс «Пингвин»:

1. Бассейн;
2. Спортивный зал для игровых видов спорта;
3. Зал дзюдо;
4. Зал сухого плавания;
5. Зал тяжелой атлетики;

6. Зал аэробики.

Физкультурно-оздоровительный зал:

1. Спортивный зал для игровых видов спорта;
2. Тренажерный зал;

Спортивный зал учебного корпуса № 3.

Спортивный зал учебного корпуса № 2.

Универсальная площадка с синтетическим покрытием (перед общежитием № 3).

Универсальная площадка с синтетическим покрытием (перед общежитием № 7).

Помещение для самостоятельной работы обучающихся, оснащённое компьютерной техникой, подключенной к сети «Интернет», и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ОГУ.