

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

СГ.04.04  
(индекс дисциплины)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Физическая культура 4**

(наименование дисциплины)

по специальности

40.02.04 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ

направленность

Юрист в сфере правового обеспечения  
деятельности организаций и граждан

Форма обучения: очная

Год набора: 2026

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

| Семестр                | 4         | Итого     |
|------------------------|-----------|-----------|
| Форма контроля         | зачет     |           |
| Вид занятий            |           |           |
| Практические           | 32        | 32        |
| Контактная работа      | 32        | 32        |
| Самостоятельная работа | 2         | 2         |
| Контроль               | 2         | 2         |
| <b>Итого</b>           | <b>36</b> | <b>36</b> |

Рабочую программу составил(и):

Доцент кафедры «Физическое воспитание», к.б.н., доцент Хорошева Т.А.

---

Рецензирование рабочей программы дисциплины:



Отсутствует



Рецензент

---

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС СПО и учебного плана

**Срок действия рабочей программы дисциплины до «31» августа 2029 г.**

**УТВЕРЖДЕНО**

На заседании кафедры «Физическое воспитание»  
(протокол заседания № 6 от «14» января 2026 г.).

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП СПО

Учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС.

## 3. Планируемые результаты обучения

| Формируемые и контролируемые компетенции<br>(код и наименование)   | Индикаторы достижения компетенций<br>(код и наименование) | Планируемые результаты обучения  |
|--|---|--|
| ОК-8<br>Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности<br>поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | –   | <b>Знать:</b><br>– роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;<br>– основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;<br>средства профилактики перенапряжения.<br><b>Уметь:</b><br>– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;<br>– применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;<br>пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности.<br><b>Владеть:</b> |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | <p>- навыками разработки планов и программы по формированию ЗОЖ, организации мероприятий, направленных на гражданское и патриотическое воспитание молодежи, воспитание толерантности в молодежной среде, формирование правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи</p> |
|--|--|--|

#### 4. Структура и содержание дисциплины

| Модуль<br>(раздел)                                  | Вид<br>учебной<br>работы | Наименование тем<br>занятий (учебной<br>работы)  | Семестр | Объем, ч. | Баллы | Интерактив,<br>ч. | Формы<br>текущего<br>контроля<br>(наименование<br>оценочного<br>средства) |
|---|--------------------------|--|---------|-----------|-------|-------------------|---|
| Модуль 1<br>Специальная<br>физическая<br>подготовка | Пр                       | Введение в дисциплину.<br>Техника безопасности в<br>тренажёрном зале                   | 4       | 2         | 5     | —                 | Комплекс<br>упражнений  |
|   | Пр                       | Освоение разминочных<br>комплексов. Суставная<br>гимнастика и<br>динамическая растяжка | 4       | 2         | 5     | —                 |   |
|   | Пр                       | Сдача норматива  | 4       | 2         | 10    | —                 | Норматив «Бег<br>100 метров»  |
|   | Пр                       | Сдача норматива  | 4       | 2         | 10    | —                 | Норматив «Бег<br>2000/3000<br>метров»                                     |
|   | Пр                       | Техника базовых<br>упражнений: становая тяга   | 4       | 2         | 5     | —                 | Комплекс<br>упражнений  |
|   | Пр                       | Тренировка мышц груди и<br>трицепса на тренажёрах                                      | 4       | 2         | 5     | —                 | Комплекс<br>упражнений  |
|   | Пр                       | Тренировка мышц спины и<br>бицепса на тренажёрах                                       | 4       | 2         | 5     | —                 | Комплекс<br>упражнений  |
|   | Пр                       | Тренировка мышц ног и<br>плеч на тренажёрах  | 4       | 2         | 5     | —                 | Комплекс<br>упражнений  |
|   | Пр                       | Круговая тренировка на<br>развитие силы  | 4       | 2         | 5     | —                 | Комплекс<br>упражнений  |
|   | Пр                       | Круговая тренировка на<br>развитие выносливости  | 4       | 2         | 5     | —                 | Комплекс<br>упражнений  |
|   | Пр                       | Функциональный тренинг<br>с использованием<br>свободных весов                          | 4       | 2         | 5     | —                 | Комплекс<br>упражнений  |

| Модуль<br>(раздел) | Вид<br>учебной<br>работы | Наименование тем<br>занятий (учебной<br>работы)           | Семестр | Объем, ч. | Баллы | Интерактив,<br>ч. | Формы текущего<br>контроля<br>(наименование<br>оценочного<br>средства) |
|--------------------|--------------------------|---|---------|-----------|-------|-------------------|--|
|                    | Пр                       | Силовая тренировка с<br>акцентом на мышцы кора            | 4       | 2         | 5     | —                 | Комплекс<br>упражнений   |
|                    | Пр                       | Тренировка с<br>использованием<br>резиновых амортизаторов | 4       | 2         | 5     | —                 | Комплекс<br>упражнений   |
|                    | Пр                       | Комплексная тренировка<br>на все группы мышц              | 4       | 2         | 5     | —                 | Комплекс<br>упражнений   |
|                    | Ср                       | Подготовка к зачёту                                       | 4       | 2         |       | —                 | Вопросы к зачету   |
|                    | ПА                       | Контроль (Сдача зачета)                                   | 4       | 2         |       | —                 | Вопросы к зачету   |
| <b>Итого:</b>      |                          |   |         | <b>36</b> |       |                   |  |

Схема расчета итогового балла в каждом семестре

Сумма баллов за выполнение всех видов учебной работы в течение семестра

Выполнение комплексов упражнений 60 баллов + за сдачу нормативов 40 баллов = 100 баллов

## **5. Образовательные технологии**

Технология традиционного обучения.

Виды учебной работы: практическое занятие, самостоятельная работа.

Методы обучения: наглядные, практические.

## **6. Методические указания по освоению дисциплины**

Приступая к освоению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы, особенностями текущего контроля, критериями и нормами оценки.

Студент должен:

- систематически посещать аудиторные занятия;
- выполнять комплексы упражнений;
- изучать рекомендованную литературу;
- своевременно сдавать установленные нормативы.
- осваивать базовые понятия мышечной анатомии и физиологии
- изучать технические особенности как базовых упражнений, так и изоляционных
- самостоятельно изучать виды тренажеров и тренировочных станций с целью расширения кругозора в данной дисциплине и дальнейшего самостоятельного совершенствования

## 7. Оценочные средства

### 7.1. Паспорт оценочных средств

| Семестр | Код контролируемой компетенции (или ее части) | Наименование оценочного средства                                  |
|---------|---|---|
| 4       | ОК-8  | Комплексы упражнений.<br>Норматив «Бег 100м»<br>Вопросы к зачету. |

### 7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

#### 7.2.1. Типовые комплексы упражнений

*(наименование оценочного средства)*

Комплексы упражнений на тренажерах, упражнения с отягощением, со свободными весами, статодинамические упражнения и упражнения для работы с собственным весом.

Тренировочный комплекс для развития мышц ног(пример)

- 1.Приседания со штангой 3\*8 повторений
- 2.Становая тяга на прямых ногах 4\*12 повторений
- 3.Разгибания в блочном тренажере 4\*12-16 повторений
- 4.Выпады с гантелями на месте 4\*10 повторений
- 5.Растяжка 15 минут
- 6.Пресс 4\*20 повторений

#### **Критерии оценки:**

5 баллов – выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах. Соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий; 3-4 балла – соблюдает технику безопасности, выполняет не все предложенные упражнения, 1-2 балла – соблюдает технику безопасности на занятии, выполняет 1/3 часть упражнений, предложенных преподавателем, 0 баллов – отсутствует на занятии или не работает.



### **7.2.2. Норматив «Наклон вперед из положения стоя»**

*(наименование оценочного средства)*

#### **Краткое описание и регламент выполнения**

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см. При выполнении испытания по команде преподавателя студент выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне студент максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком « - », ниже – знаком «+».

#### **Критерии оценки:**

Для девушек: 10 баллов - 16 см, 9 баллов – 15 см, 8 баллов – 14 см, 7 баллов – 13 см, 6 баллов – 12 см, 5 баллов – 11 см, 4 балла -10 см, 3 балла – 9 см, 2 балла – 8 см, 1 балл – меньше 8 см.

Для юношей: 10 баллов - 13 см, 9 баллов – 12 см, 8 баллов – 11 см, 7 баллов – 10 см, 6 баллов – 11 см, 5 баллов – 10 см, 4 балла – 9 см, 3 балла – 8 см, 2 балла – 7 см, 1 балл – менее 7 см.

### **7.2.3. Норматив «Бег 100 метров»**

#### **Краткое описание и регламент выполнения**

В беге на 100 м применяется низкий старт. Упражнение выполняется с высокого старта по беговой дорожке стадиона или ровной площадке с любым покрытием. По команде «На старт» обучаемый становится перед стартовой линией, так, чтобы толчковая нога находилась у стартовой линии, а другая была бы отставлена на полшага назад. По команде «Внимание», слегка сгибая обе ноги, обучаемый наклоняет корпус вперед и переносит тяжесть тела на впереди стоящую ногу. Плечи при этом нужно опустить вниз, руки, согнутые в локтях, отвести одну вперед, другую назад. Вперед выводится рука, противоположная выставленной ноге. Взгляд бегуна направлен несколько вперед на дорожку. Допустимо опираться рукой о землю.

#### **Критерии оценки:**

Для юношей: 10 баллов - 13,1 сек, 9 баллов – 13,2, 8 баллов - 13,3 сек, 7 баллов – 13,4, 6 баллов – 13,5, 5 баллов – 13,6, 4 балла – 13,7, 3 балла – 13,8, 2 балла – 13,9, 1 балл – 14,0, 0 баллов – менее 14 сек.

Для девушек: 10 баллов -16,4, 9 баллов – 16,5 сек, 8 баллов – 16,6 сек, 7 баллов – 16,7 сек, 6 баллов – 16,8 сек, 5 баллов – 16,9 сек, 4 балла – 17 сек, 3 балла – 17,1 сек, 2 балла – 17,2 сек, 1 балл – 17,3 сек, 0 баллов – менее 17,3 сек.

### **7.2.4. Норматив «Бег 2000/3000 метров»**

#### **Краткое описание и регламент выполнения**

Бег на 2000м (для девушек) и 3000 м (для юношей) осуществляется с высокого старта. При беге с высокого старта сильнейшая нога ставится впереди. Стартовое ускорение необходимо совершать не менее 20-30 метров, для того, чтобы занять удобную позицию. При стартовом разгоне длина шага намного короче, чем в беге по дистанции. При беге на поворотах туловище слегка наклонено влево.

**Критерии оценки:**

Для девушек: 10 баллов – 11 мин, 9 баллов – 11,10 мин, 8 баллов – 11,20 мин, 7 баллов – 11,30 мин, 6 баллов – 11,40 мин, 5 баллов – 11,50 мин, 4 балла – 12 мин, 3 балла – 12,10 мин, 2 балла – 12,20 мин, 1 балл – 12,30 мин, 0 баллов – менее 12,30 мин.

Для юношей: 10 баллов – 14,30 мин; 9 баллов – 14,30-14,40 мин; 8 баллов – 14,40-14,50 мин; 7 баллов – 14,50-15,00 мин; 6 баллов – 15,00 – 15,10 мин; 5 баллов – 15,10-15,20 мин; 4 балла – 15,20-15,30 мин; 3 балла – 15,30-15,40 мин; 2 балла – 15,40-15,50 мин; 1 балл – 16 мин; 0 баллов – менее 16 мин.

**7.2.5. Норматив «Сгибание/разгибание рук в упоре лежа» (дев) и «Подтягивание на высокой перекладине» (юн)****Краткое описание и регламент выполнения****«Сгибание/разгибание рук в упоре лежа» (дев)**

- студент, находясь в начальном положении, сгибает руки, пока не коснется грудью пола (или контактной платформы при ее использовании);
- затем, разгибая руки, студент возвращается в начальное положение, в котором ему нужно зафиксировать тело на 1 секунду;
- испытание продолжается в течение времени, пока студент правильно выполняет упражнение или пока он сам его не остановит.

**Критерии оценки:**

10 баллов- 17 раз, 9 баллов – 16 раз, 8 баллов – 15 раз, 7 баллов – 14 раз, 6 баллов – 13 раз, 5 баллов- 12 раз, 4 балла – 11 раз, 3 балла – 10 раз, 2 балла – 9 раз, 1 балл – 9 раз, 0 баллов – меньше 9 раз.

**«Подтягивание на высокой перекладине» (юн)**

Подтягивание из виса на высокой перекладине выполняется из ИП: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Студент подтягивается так, чтобы подбородок поднялся выше грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав ИП на 0,5 с, продолжает выполнение испытания (теста). Засчитывается количество правильно выполненных попыток.

**Критерии оценки:**

10 баллов – 13 раз, 9 баллов – 12 раз, 8 баллов – 11 раз, 7 баллов – 10 раз, 6 баллов – 9 раз, 5 баллов – 8 раз, 4 балла – 7 раз. 3 балла – 6 раз, 2 балла – 5 раз, 1 балл – 2 раза, 0 баллов – меньше 2-х раз.

### 7.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

#### 7.3.1. Вопросы к промежуточной аттестации

Семестр 4

| №<br>п/п | Вопросы к зачету  |
|----------|---|
| 1        | Средства физической культуры.   |
| 2        | Физическая культура – часть общечеловеческой культуры.  |
| 3        | Самоконтроль за физическим развитием и функциональным состоянием организма.   |
| 4        | Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий в избранном виде спорта (системе физических упражнений).         |
| 5        | Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста.                                       |
| 6        | Особенности самостоятельных занятий для женщин, планирование и управление самостоятельными занятиями.                           |
| 7        | Перечислите виды тканей организма и их свойства общего и специфического характера.  |
| 8        | Общее представление о строении тела человека.   |
| 9        | Физическая культура и спорт как социальные феномены.  |
| 10       | Оценка функциональной подготовленности организма. Функциональные пробы.   |
| 11       | Определение нагрузки по показателям пульса, жизненной емкости легких и частоте дыхания.   |
| 12       | Субъективные и объективные показатели самоконтроля.   |
| 13       | Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физической культурой и спортом, его содержание и периодичность.               |
| 14       | Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Виды диагностики. |
| 15       | Формы и содержание самостоятельных занятий.   |
| 16       | Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС. Признаки чрезмерной нагрузки.   |
| 17       | Возрастные особенности содержания занятий   |
| 18       | Общая и моторная плотность занятия.   |
| 19       | Построение и структура учебно-тренировочного занятия.   |
| 20       | Зоны интенсивности нагрузок по частоте сердечных сокращений (ЧСС).  |
| 21       | Гипокинезия и гиподинамия.  |
| 22       | Понятие об утомлении при физической и умственной деятельности.  |
| 23       | Личная гигиена и закаливание.   |
| 24       | Периоды работоспособности в течение рабочего дня и их краткая характеристика.   |
| 25       | Организация режима питания.   |
| 26       | Организация сна.  |
| 27       | Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Самооценка собственного здоровья   |
| 28       | Представление о мышечной системе (функции поперечно-полосатой и гладкой мускулатуры). Строение мышечной ткани.                  |
| 29       | Профилактика вредных привычек.  |
| 30       | Кровь. Кровеносная система, ее состав и функции. Сердце как главный орган кровеносной системы (строение и функции).             |
| 31       | Понятие о суставах, связках и сухожилиях. Представление об опорно-двигательном аппарате.  |
| 32       | Представление о дыхательной и пищеварительной системе.  |
| 33       | Форма и функции костей скелета человека. Позвоночник. Его отделы и функции.   |

### 7.3.2. Критерии и нормы оценки

| Семестр | Форма проведения промежуточной аттестации | Критерии и нормы оценки |                   |
|---------|---|-------------------------|-------------------|
|         |   | «зачтено»               | 55-100 баллов     |
| 4       | Зачет (по накопительному рейтингу)        | «не зачтено»            | 55 и менее баллов |
|         |   |                         |                   |

## 8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 8.1. Обязательная литература

| №<br>п/п | Авторы, составители           | Заглавие (заголовок)  | Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.) | Год издания | Количество в научной библиотеке /<br>Наименование ЭБС |
|----------|-------------------------------|---|---|-------------|---|
| 1        | Агеева, Г.Ф. и др.            | Агеева, Г. Ф. Плавание: учебное пособие для СПО / Г. Ф. Агеева, В. И. Величко, И. В. Тихонова. — 5-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2025. — 64 с. — ISBN 978-5-507-53865-2. — Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/503409">https://e.lanbook.com/book/503409</a> (дата обращения: 26.01.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей. | Учебное пособие   | 2025        | ЭБС «Лань»  |
| 2        | Агеева, Г.Ф., Карпенкова Е.Н. | Агеева, Г. Ф. Теория и методика физической культуры и спорта / Г. Ф. Агеева, Е. Н. Карпенкова. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2024. — 68 с. — ISBN 978-5-507-48942-8. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/366788">https://e.lanbook.com/book/366788</a> (дата обращения: 26.01.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.  | Электронное издание   | 2024        | ЭБС «Лань»  |

|   |                      |   |                     |      |            |
|---|----------------------|---|---------------------|------|------------|
| 3 | Бардамов, Г.Б. и др. | Бардамов, Г. Б. Базовая подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО / Г. Б. Бардамов, А. Г. Шаргаев, С. В. Бадлуева. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2023. — 144 с. — ISBN 978-5-507-47930-6. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/333308">https://e.lanbook.com/book/333308</a> (дата обращения: 26.01.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей. | Электронное издание | 2023 | ЭБС «Лань» |
| 4 | Журин, А.В.          | Журин, А.В. Волейбол. Техника игры: учебное пособие для СПО / А. В. Журин. — 6-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2026. — 56 с. — ISBN 978-5-507-54906-1. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/512053">https://e.lanbook.com/book/512053</a> (дата обращения: 26.01.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.  | Учебное пособие     | 2026 | ЭБС «Лань» |
| 5 | Зобкова, Е.А.        | Зобкова, Е.А. Основы спортивной тренировки: учебное пособие для СПО / Е. А. Зобкова. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2026. — 44 с. — ISBN 978-5-507-51272-0. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/508994">https://e.lanbook.com/book/508994</a> (дата обращения: 26.01.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.                                  | Учебное пособие     | 2026 | ЭБС «Лань» |

|   |                   |  |                     |      |             |
|---|-------------------|--|---------------------|------|-------------|
| 6 | Муллер, А.Б.      | Муллер, А.Б. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва: Издательство Юрайт, 2026. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/583722">https://urait.ru/bcode/583722</a> (дата обращения: 28.01.2026).                             | Учебник и практикум | 2026 | ЭБС «Юрайт» |
| 7 | Садовникова, Л.А. | Садовникова, Л.А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе: учебное пособие для СПО / Л. А. Садовникова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2025. — 60 с. — ISBN 978-5-507-53257-5. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/480677">https://e.lanbook.com/book/480677</a> (дата обращения: 27.01.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей. | Учебное пособие     | 2025 | ЭБС «Лань»  |
| 8 | Конеева Е. В      | Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2026. — 609 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18616-1. — Текст электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/587120">https://urait.ru/bcode/587120</a> (дата обращения: 28.01.2026).   | Учебник             | 2026 | ЭБС «Юрайт» |

|   |               |  |                 |      |            |
|---|---------------|--|-----------------|------|------------|
| 9 | Яковлева В.Н. | Яковлева, В.Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: подвижные и спортивные игры: учебное пособие для СПО / В. Н. Яковлева. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2025. — 128 с. — ISBN 978-5-507-52854-7. — Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/460760">https://e.lanbook.com/book/460760</a> (дата обращения: 26.01.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей. | Учебное пособие | 2025 | ЭБС «Лань» |
|---|---------------|--|-----------------|------|------------|



## 8.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва : НЭБ, 2000– . – Режим доступа : elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- SpringerLink[Электронный ресурс] : [база данных]. – Switzerland: SpringerNature, 1842– . – Режим доступа : link.springer.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- ScienceDirect[Электронный ресурс] : коллекция электронных книг издательства Elsevier. – Netherlands: Elsevier, 2018– . – Режим доступа : sciencedirect.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- Cambridgeuniversitypress[Электронный ресурс] : журналы издательства. – Cambridge: Cambridgeuniversitypress, 2018– . – Режим доступа : cambridge.org. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- NEICON[Электронный ресурс] : электронная информация : архив научных журналов. – Москва : НЭИКОН, 2002– . – Режим доступа : neicon.ru/resources/archive. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- <https://e.lanbook.com/>
- <https://dspace.tltsu.ru/>
- <http://www.studentlibrary.ru/>
- <https://new.znaniium.com/>
- <http://www.iprbookshop.ru/>

## 8.3. Перечень программного обеспечения

| № п/п | Наименование ПО   | Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)   |
|-------|---|---|
| 1     | Windows:<br>WinPro 10 RUS Upgrd OLP NL<br>Academic                          | договор № 757 от 04.07.2018, срок действия – бессрочно;<br>контракт № 1653 от 14.12.2018, срок действия – бессрочно |
| 2     | Office Standard:<br>Office Stdandard 2013 Russian OLP<br>NL AcademicEdition | договор № 690 от 19.05.2015, срок действия – бессрочно  |

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

| № п/п | Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории) | Перечень основного оборудования   |
|-------|---|---|
| 1     | Спортивный зал (ФОК-123)  | Тренажеры, спортивный инвентарь.  |
| 2     | Помещение для самостоятельной и воспитательной работы обучающихся (УЛК-105)   | Столы, стулья, стеллажи (в т.ч. выставочные) с книгами, компьютеры, мобильные рабочие места |
| 3     | Помещение для самостоятельной и воспитательной работы обучающихся (УЛК-406)   | Столы компьютерные, стулья, микрокомпьютеры raspberry pi 32 bit                             |