

**Новочеркасский инженерно-мелиоративный институт им. А.К. Кортунова филиал  
ФГБОУ ВО Донской ГАУ**

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета ИМФ

А.В. Федорян \_\_\_\_\_

" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2024 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Дисциплины	<b>Б1.В.ДВ.04.0 Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Легкая атлетика 1</b>
Направление(я)	<b>23.05.01 Наземные транспортно-технологические средства</b>
Направленность (и)	<b>Технические средства природообустройства и защиты в чрезвычайных ситуациях</b>
Квалификация	<b>инженер</b>
Форма обучения	<b>заочная</b>
Факультет	<b>Факультет механизации</b>
Кафедра	<b>Физическое воспитание</b>
Учебный план	<b>2023_23.05.01_z.plx 23.05.01 Наземные транспортно-технологические средства</b>
ФГОС ВО (3++) направления	<b>Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - специалитет по специальности 23.05.01 Наземные транспортно-технологические средства (приказ Минобрнауки России от 11.08.2020 г. № 935)</b>
Общая трудоемкость	<b>328 / 0 ЗЕТ</b>
Разработчик (и):	<b>ст. преподаватель , Багута Н.А.</b>
Рабочая программа одобрена на заседании кафедры	<b>Физическое воспитание</b>
Заведующий кафедрой	<b>Габиров А.Б.</b>
Дата утверждения уч. советом от 26.04.2023 протокол № 8.	

**1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ**

Общая трудоемкость	<b>0 ЗЕТ</b>
Часов по учебному плану	328
в том числе:	
аудиторные занятия	16
самостоятельная работа	308
часов на контроль	4

**Распределение часов дисциплины по курсам**

Курс	2		Итого	
	УП	РП		
Практические	16	16	16	16
Итого ауд.	16	16	16	16
Контактная работа	16	16	16	16
Сам. работа	308	308	308	308
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	328	328	328	328

Виды контроля на курсах:

Зачет	2	семестр
-------	---	---------

**2. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

2.1	Целью освоения дисциплины является формирование всех компетенций предусмотренным учебным планом в области физической культуры и спорта, и способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
-----	---

**3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Цикл (раздел) ОП:		Б1.В.ДВ.04
<b>3.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
3.1.1	Физическая культура и спорт	
<b>3.2</b>	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>	
3.2.1	Защита выпускной квалификационной работы включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты	

**4. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**УК-7 : Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

УК-7.1 : Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни

УК-7.2 : Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

УК-7.3 : Способен разработать проект территории, предназначенной для проведения физкультурно-оздоровительных занятий различных групп населения

**5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Индикаторы	Литература	Интеракт.	Примечание
	<b>Раздел 1. Раздел 1. Содержание разделов дисциплины (практические занятия)</b>						
1.1	Проведение теста уровня физического здоровья студентов. Приём антропометрических данных. Приём контрольных нормативов. Учебно-тренировочные занятия (УТЗ) по специальности практического раздела. По лёгкой атлетике и спортивным играм. /Пр/	2	16	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1	0	
	<b>Раздел 2. Раздел 2. Контрольная работа</b>						
2.1	Контрольная работа по дисциплине физическая культура и спорт. Целью контрольной работы является творческое усвоение студентами теоретических знаний, формирование умений и практических навыков, обеспечивающих квалифицированную профессиональную деятельность специалистов. Контрольная работа направлена на самостоятельное изучение материала учебной дисциплины. /Ср/	2	10	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1	0	
	<b>Раздел 3. Раздел 3. Самостоятельная работа</b>						

3.1	Утренняя гигиеническая гимнастика. Одной из форм самостоятельной работы по физической культуре и спорту является утренняя гигиеническая гимнастика. В процессе её проведения решаются следующие задачи: - обеспечение быстрого приведения организма в рабочее состояние после пробуждения; - поддержание высокого уровня работоспособности в течение трудового дня; - активизация физической и умственной деятельности; - закаливание и формирование устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов; - совершенствование волевых качеств и психической устойчивости; - подготовка к будущей профессиональной деятельности; - овладение жизненно необходимыми умениями и навыками. /Ср/	2	32	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л3.1	0	
3.2	Изучение темы: «Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений» Краткое содержание: Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи. Спортивная квалификация. Студенческий спорт. Особенности организации и планирование спортивной подготовки в вузе. Спортивные соревнования как средство и метод общей физической, профессионально прикладной, спортивной подготовки студентов. Система студенческих спортивных соревнований. Общественные студенческие спортивные организации. Олимпийские игры и Универсиады. Современные популярные системы физических упражнений. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом вида спор-та или системы физических упражнений для регулярных занятий. Краткая психофизиологическая характеристика основных групп. Видов спорта и систем физических упражнений. /Ср/	2	32	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л3.1	0	

3.3	Изучение темы: «Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями» Краткое содержание: Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности. Характер содержания занятий в зависимости от возраста. Особенности самостоятельных занятий для женщин. Планирование и управление самостоятельными занятиями. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности. Гигиена самостоятельных занятий. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. Участие в спортивных соревнованиях. /Ср/	2	44	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1	0	
3.4	Изучение темы: «Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов» 1. часть. Общее положение профессионально-прикладной физической подготовки. Краткое содержание: Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Определение понятия ППФП, ее цели, задачи, средства. Место ППФП в системе физического воспитания студентов. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП. Методика подбора средств ППФП. Организация. Формы и средства ППФП студентов в вузе. Контроль за эффективностью профессионально-прикладной физической подготовленностью студентов. /Ср/	2	44	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1	0	

3.5	Изучение темы: «Общая физическая и специальная подготовка в системе Физического воспитания» Краткое содержание: Методические принципы физического воспитания. Методы физического воспитания. Основы обучения движения. Основы совершенствования физических качеств. Формирование психических качеств в процессе физического воспитания. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи. Специальная физическая подготовка, ее цели и задачи. Структура подготовленности спортсмена. Зоны и интенсивность физических нагрузок. Значение мышечной релаксации. Возможность и условия коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте. Формы занятий физическими упражнениями. Учебно-тренировочные занятия как основная форма обучения физическим упражнениям. Структура и направленность учебно-тренировочных занятий. /Ср/	2	32	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1	0	
3.6	Изучение темы: «Цель и задачи адаптивной физической культуры (АФК)» Общие принципы АФК, организация учебного процесса, основы методики АФК, физическая культура и спорт для студентов, имеющих инвалидность, методика обучения двигательным действиям и двигательным навыкам, особенности развития физических качеств, организация проведения занятий оздоровительным спортом /Ср/	2	32	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1	0	

3.7	Изучение темы: «Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов» 1. часть. Общее положение профессионально-прикладной физической подготовки. Краткое содержание: Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Определение понятия ППФП, ее цели, задачи, средства. Место ППФП в системе физического воспитания студентов. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП. Методика подбора средств ППФП. Организация. Формы и средства ППФП студентов в вузе. Контроль за эффективностью профессионально-прикладной физической подготовленностью студентов. /Ср/	2	41	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1	0	
3.8	Изучение темы: «Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов» 2. часть. Особенности ППФП студентов по избранному направлению подготовки или специальности. Краткое содержание: Основные факторы, определяющие ППФП будущего специалиста данного профиля; дополнительные факторы, оказывающие влияние на содержание ППФП по избранной профессии; основное содержание ППФП будущего бакалавра и специалиста; прикладные виды спорта и их элементы. За-четные требования и нормативы по ППФП по годам обучения (семестрам) для студентов факультета. /Ср/	2	41	УК-7.1 УК-7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1	0	
	<b>Раздел 4. Раздел 4. Итоговый контроль</b>						
4.1	Проведение зачёта /Зачёт/	2	4		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5Л3.1	0	

## 6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 6.1. Контрольные вопросы и задания

Контрольные тесты для студентов основного и спортивного учебных отделений

(мужчины).

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м		13,2 13,6	14,0	14,3	14,6
Бег 1000 м	3,10	3,20	3,35	4,00	4,30
Бег 3000 м	12,0	12,35	13,10	13,50	14,30
12-ти минутный бег		2750 2500	2200	2100	<2100
Прыжок (длина), см		250 240	230	223	215
Прыжок (высота), см	55	50	45	40	35
Тройной прыжок, см		730	700	650	630

600						
Подтягивание	15	12	9	7	5	
Сгибание рук в уп/бр.	15	12	9	7	5	
Подъем туловища за 1 мин.	50	45	40	35	30	
Толкание ядра	850		800	770	730	670
Метание гранаты	45	40	35	30	25	
Прыжок в длину с разбега		480	460	435	410	390
Приседание на одной ноге	12	10	8	6	4	

## Контрольные тесты для студентов основного и спортивного учебных отделений

(женщины).

Нормативы	5	4	3	2	1	
Бег 100 м	15,7	16,0	17,0	17,9	18,7	
Бег 500 м	1,42	1,50	2,0	2,15	2,35	
Бег 2000 м	10,15	10,50	11,15	11,50	12,15	
12-ти минутный бег	2300	2100	1900	1600	<1600	
Прыжок (длина), см	190	180	168	160	150	
Прыжок (высота), см	40	35	30	25	20	
Тройной прыжок, см	540	510	495	468	446	
Подтягивание	13	8	6	4	2	
Сгибание рук в уп/бр.	30	20	15	10	5	
Подъем туловища за 1 мин.	40	35	30	25	20	
Толкание ядра	650	600	550	500	430	
Прыжок в длину с разбега		365	350	325	300	280
Приседание на одной ноге		10	8	6	4	2

## Контрольные тесты для студентов занимающихся адаптивной физической

культурой.

Нормативы	Мужчины	Женщины
Бег 30-60 м	По медицинским показаниям	
Оздоровительный бег с переходом на ходьбу (без учета времени)	2500-3000 м	2000-2500 м
Оздоровительный бег (ходьба)	10-12 мин	10 мин
Прыжок (длина), см	По медицинским показаниям	
Прыжок (высота), см	По медицинским показаниям	
Подтягивание	По медицинским показаниям	
Подъем туловища	Без учета времени	
Наклон вперед из положения сидя с касанием пола	Удержание позы 3 сек	
Удержание равновесия	10-26 сек	
Подъем ног из положения лежа до угла 90°	15-20 повторений	
Приседание у стены (упор спины о стену)	1,00 – 1,30 мин	1,00 – 1,20 мин

## Вопросы для проведения промежуточной аттестации в форме зачёта:

1. Предупреждение травматизма во время занятий физической культурой.
2. Общие требования безопасности при проведении занятий по гимнастике.
3. Общие требования безопасности при проведении занятий по легкой атлетике.
4. Общие требования безопасности при проведении занятий по лыжному спорту.
5. Общие требования по безопасности при проведении занятий по плаванию.
6. Общие требования безопасности при проведении занятий по подвижным и спортивным играм. Рассказать на примере одной из игр.
7. Общие требования безопасности при проведении спортивных соревнований.
8. История Олимпийских игр и их значение.
9. Общие требования безопасности при проведении занятий в тренажерном зале.
10. Общие требования безопасности при организации и проведении туристских походов.
11. Эксплуатационно-технические требования к одежде, обуви, спортивному инвентарю и местам занятий физической культурой и спортом, обеспечивающие удобство и безопасность.
12. Профилактические меры, исключающие возможность получения теплового удара во время приема солнечных ванн. Ваши действия, если это случилось.
13. Профилактические меры, исключающие обморожение. Ваши действия, если это случилось.
14. Что вы знаете о XXII Олимпийских играх?
15. Что лежит в основе отказа от вредных привычек (курения, употребления спиртных напитков и наркотиков), в какой степени это зависит от занятий физическими упражнениями?
16. Средства и методы достижения духовно-нравственного, физического и психического благополучия.
17. Какими должны быть тренировочные нагрузки при выполнении физических упражнений?
18. В чем заключаются признаки утомления и переутомления? Меры по их предупреждению.
19. Каким должен быть пульсовый режим при выполнении физических упражнений?



20. Какие виды спорта обеспечивают наибольший прирост в силе? Составить план-конспект одного занятия по избранному виду спорта.
21. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать такое физическое качество, как быстрота?
22. Физиологическая характеристика предстартового состояния и «второго дыхания». Как себя вести в подобных ситуациях?
23. С помощью каких упражнений можно эффективно развивать такое двигательное качество, как выносливость?
24. С какой целью проводится тестирование двигательной подготовленности? При помощи каких тестов определяется развитие силы, выносливости, быстроты?
25. В чем различие объективных и субъективных приемов самоконтроля при выполнении физических упражнений?
26. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать физические качества скоростно-силовой направленности?
27. Какое влияние оказывают занятия физической культурой и спортом на репродуктивную функцию человека?
28. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать такое физическое качество, как гибкость?
29. Охарактеризуйте современные системы физических упражнений прикладной направленности.
30. Раскройте содержание технико-тактических действий в избранном вами виде спорта (баскетбол, волейбол и т. д.).
31. Как правильно экипировать себя для 2—3-дневного туристского похода?
32. Какую первую помощь необходимо оказывать пострадавшему, получившему во время занятий физическими упражнениями травму, вызвавшую кровотечение? Выполнить практически конкретные.
33. Влияние осанки на функционирование внутренних органов в покое и во время выполнения двигательных действий. Изложить содержание и выполнить 3—4 упражнения на формирование правильной осанки.
34. В чем состоят особенности организации проведения закаливающих процедур в зимнее время года (привести примеры, а если вы это делаете, то расскажите, каким образом).
35. Составить (написать) положение о проведении одного из видов соревнований, включенных в школьную спартакиаду («День здоровья», «День бегуна», по подвижным играм, баскетболу, акробатике т. д.).
36. Продемонстрируйте жесты судьи по одной из спортивных игр (волейболу, баскетболу, футболу или хоккею).
37. В чем состоят особенности организации и проведения закаливающих процедур в осеннее время года? Обосновать рассказ на собственном примере.
38. Какое воздействие оказывают на сердечно-сосудистую систему человека упражнения физкультурной минутки? Изложить два-три варианта, продемонстрировать один из них.
39. Каким требованиям должен отвечать дневник самоконтроля? Методика самоанализа его данных (на личном примере).
40. Разработать комплекс физических упражнений, направленный на коррекцию индивидуального физического развития и двигательных возможностей (лично для себя).
41. В чем состоят особенности организации и проведения закаливающих процедур в весеннее время года? Обосновать рассказ, используя собственный опыт.
42. Порядок составления комплекса упражнений утренней гимнастики с учетом вашей медицинской группы (основной, подготовительной, специальной). Составить и продемонстрировать свой комплекс утренней гимнастики.
43. Самоконтроль с применением антропометрических измерений (рассказать, продемонстрировать и оценить).
44. Самоконтроль с применением функциональной пробы (рассказать, продемонстрировать и оценить).
45. Самоконтроль с применением ортостатической пробы (рассказать, продемонстрировать и оценить).

## 6.2. Темы письменных работ

## 6.3. Фонд оценочных средств

## 6.4. Перечень видов оценочных средств

## 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 7.1. Рекомендуемая литература

#### 7.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Муллер А.Б.	Физическая культура: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2013,
Л1.2	Чернов И.В., Багута Н.А.	Физическая культура: курс лекций для студентов всех специальностей и направлению очной формы обучения	Новочеркасск: , 2014,
Л1.3	Нестерев О. Ю., Бомин В. А., Ракоца А. И.	Особенности занятий лечебной физической культурой: учебное пособие	Иркутск: Иркутский ГАУ, 2018, <a href="https://e.lanbook.com/book/133376">https://e.lanbook.com/book/133376</a>

#### 7.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Багута Н.А., Намазова О.В.	Физическая культура. Настольный теннис: практикум для студентов I - III курса всех специальностей и направлению очной формы обучения	Новочеркасск: , 2014,

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.2	Григорова В.В., Багута Н.А.	Физическая культура. Ритмическая гимнастика: практикум для студентов I - III курса всех специальностей и направлению очной формы обучения	Новочеркасск, 2014,
Л2.3	Багута Н.А., Намазова О.В., Григорова В.В.	Физическая культура. Настольный теннис: практикум для студентов I - III курса всех специальностей и направлению очной формы обучения	Новочеркасск, 2014, <a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/Web">http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/Web</a>
Л2.4	Григорова В.В., Багута Н.А., Намазова О.В.	Физическая культура. Ритмическая гимнастика: практикум для студентов I - III курса всех специальностей и направлению очной формы обучения	Новочеркасск, 2014, <a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/Web">http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/Web</a>
Л2.5	Багута Н.А., Намазова О.В., Григорова В.В.	Физическая культура. Настольный теннис: практикум для студентов I - III курса всех специальностей и направлению очной формы обучения	Новочеркасск, 2014, <a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/Web">http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/Web</a>

### 7.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л3.1	Чернов И.В., Фетисова Н.Н.	Экспресс оценка уровня физического здоровья: методические указания по изучению дисциплины и выполнению контрольной работы студентами заочной формы обучения всех специальностей	Новочеркасск, 2013, <a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/Web">http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/Web</a>

### 7.3 Перечень программного обеспечения

7.3.1	Microsoft Teams	Предоставляется бесплатно
7.3.2	MS Office professional;	Сублицензионный договор №502 от 03.12.2020 г. АО «СофтЛайн Трейд»
7.3.3	MS Windows XP,7,8, 8.1, 10;	Сублицензионный договор №502 от 03.12.2020 г. АО «СофтЛайн Трейд»
7.3.4	Opera	
7.3.5	Yandex browser	
7.3.6	7-Zip	

### 7.4 Перечень информационных справочных систем

7.4.1	Базы данных ООО Научная электронная библиотека	<a href="http://elibrary.ru/">http://elibrary.ru/</a>
7.4.2	Базы данных ООО "Пресс-Информ" (Консультант +)	<a href="https://www.consultant.ru">https://www.consultant.ru</a>

## 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8.1	16	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: Набор демонстрационного оборудования (переносной): Стойки для бадминтона передвижные с грузами - 2 шт.; Щит б/б игровой пластик составной - 2 шт. 2 сет.; Щит б/б тренировочный дерево - 6 шт. 6 сет.; Ворота гандбольные - 2 шт.; Доска ? 1 шт.; Рабочие места студентов; Рабочее место преподавателя.
8.2	12	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: Набор демонстрационного оборудования (переносной): Гриф олимпийский хром. 2200 мм. с замками на 660 кг.; Весы мед.РП-150 МГ; Гантели разборные (до 49 кг. комплект); Гири спортивные 32 кг. 2 шт.; Гриф для пауэрлифтинга с замками; Гриф усиленный (сложный); Гриф хромированный для пауэрлифтинга; Гриф штанги рекордной 3шт.; Диск обрез.-15 кг. 10шт.; Комплект для помоста (дерево); Комплект для помоста (резина); Пирамида для дисков; Спортивный тренажер; Стойка для хранения профессиональных гантелей на 5 па МВ 1.10; Стойка для приседания со штангой; Штанга тренировочная 101.5 кг 4 шт.; Доска ? 1 шт.; Рабочие места студентов; Рабочее место преподавателя.
8.3	8	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: Тренажер для косых мышц живота; Тренажер для мышц бицепса; Тренажер для мышц груди (на плитах); Тренажер для мышц спины (тяга сверху на плитах); Тренажер для пресса ПС-24; Тренажер для спины разборный; Тренажер комбинированный; Тренажер на сведение ног (на плитах); Тренажер на сведение ног (на плитах) ПС17; Тренажер для дельтовидной мышцы плеча; Тренажер для мышц спины (тяга спереди на плитах); Тренажер для пресса (римский стул); Блок-рама свобод. вес/на плитах; Вибротренажер; Мастер-жим (сгибатель-разгибатель); Скамья для жима (с регулируемой спинкой); Супержим (жим ногами универсальный); Тренажер для бицепса (парта); Доска ? 1 шт.; Рабочие места студентов; Рабочее место преподавателя.

## 9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1. Положение о текущей аттестации обучающихся в НИМИ ДГАУ : (введено в действие приказом директора №119 от 14
---

- июля 2015 г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.- Новочеркасск, 2015.- URL : <http://ngma.su> (дата обращения: 27.08.2021). - Текст : электронный.
2. Типовые формы титульных листов текстовой документации, выполняемой студентами в учебном процессе / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.- Новочеркасск, 2015.- URL : <http://ngma.su> (дата обращения: 27.08.2021). - Текст : электронный.
3. Положение о курсовом проекте (работе) обучающихся, осваивающих образовательные программы бакалавриата, специалитета, магистратуры : (введен в действие приказом директора №120 от 14 июля 2015г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.- Новочеркасск, 2015.- URL : <http://ngma.su> (дата обращения: 27.08.2021). - Текст : электронный.
4. Положение о промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования : (введено в действие приказом директора НИМИ Донской ГАУ №3-ОД от 18 января 2018 г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.- Новочеркасск, 2018. - URL : <http://ngma.su> (дата обращения: 27.08.2021). - Текст : электронный.