

ФГБОУ ВО Новосибирский ГАУ  
Кафедра физического воспитания

Рег. № ТХ и КИ.03-06

« 17 » 06 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора ИЭПБ

Ворожейкина Н.Г.



ФГОС 2020 г.  
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.О.06 Физическая культура и спорт

Шифр и наименование дисциплины

19.03.02 Продукты питания из растительного сырья

Код и наименование направления подготовки

Технология хлебобулочных и кондитерских изделий

Направленность (профиль)

Курс: 1

Семестр: 1

Факультет: ИЭПБ

Очная

очная, заочная, очно-заочная

Объем дисциплины (модуля)

Вид занятий	Объем занятий [зачетных ед./часов]			Семестр
	очная	заочная	очно- заочная	
Общая трудоемкость по учебному плану	2/72			1
В том числе,				
Контактная работа	28			1
Занятия лекционного типа	8			1
Занятия семинарского типа	20			1
Самостоятельная работа, всего	44			1
В том числе:				
Курсовой проект / курсовая работа	-			-
Контрольная работа / реферат / РГР	-			-
Форма контроля экзамен / зачет / зачет с оценкой	3			1

Новосибирск 2024

25/3

Рабочая программа составлена на основании требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 19.03.02 Продукты питания из растительного сырья, утвержденного приказом Минобрнауки России № 1041 от 17.08.2020

Программу разработал(и):

Старший преподаватель

(должность)

Старший преподаватель

(должность)

подпись

подпись

Подковырова Т.А.

ФИО

Шмакова Т.П.

ФИО

# 1 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с результатами освоения образовательной программы

Дисциплина Б1.О.06 Физическая культура и спорт в соответствии с требованиями ФГОС ВО и с учетом ПООП (при наличии) направлена на формирование следующих компетенций (УК):

Таблица 1. Связь результатов обучения с приобретаемыми компетенциями

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Запланированные результаты обучения
<b>УК-7.</b> Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>ИУК-7.1.</b> Знает о влиянии на здоровье компонентов образа жизни, объема и качества двигательной активности.	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-биологические, психолого-педагогические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни;</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной физической культуры, утренней гигиенической гимнастики, профессионально-прикладной физической подготовки;</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.</li> </ul>
	<b>ИУК-7.2.</b> Применяет средства и использует методики физической культуры для собственного физического развития и коррекции здоровья.	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-принципы влияния занятий физическими упражнениями на организм человека;</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-подбирать и составлять комплексы оздоровительной физической культуры, утренней гигиенической гимнастики;</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-навыками и практическими умениями, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья.</li> </ul>
	<b>ИУК-7.3.</b> Рационально применяет методики профессионально-прикладной физической культуры	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-методики организации занятий профессионально-прикладной физической культурой.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-составлять и выполнять комплексы профессионально-прикладной физической подготовки;</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-знаниями по теории и методике физического воспитания.</li> </ul>

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.О..06 Физическая культура и спорт относится к обязательной части. Данная дисциплина является основой для изучения дисциплин: безопасность жизнедеятельности. Данная дисциплина опирается на курсы дисциплин: Безопасность жизнедеятельности.

## 3. Содержание дисциплины (модуля)

Распределение часов по темам и видам занятий представляется в таблице 2

Таблица 2.1 Очная форма

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов				Форм ируем · компе т
		Лекции,	Практическ ие занятия,	Самостоятельн ая работа	Всего по теме	
1	2	3	4	5	6	7
	Семестр № 1					
<b>1.</b>	<b>Теоретический раздел</b>					
1.1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	2			2	УК -7
1.2	Социально-биологические основы физической культуры	2			2	
1.3	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями	2			2	
1.4	Производственная физическая культура	2			2	
<b>2.</b>	<b>Практический раздел</b>					
2.1	Лёгкая атлетика		6	8	14	УК -7
2.2	ОФП (общая физическая подготовка)		4	9	13	
2.3	Лыжная подготовка		6	10	16	
2.4	Спортивные игры		4	8	12	
2.5	Зачет			9	9	
	Итого	8	20	44	72	

Учебная деятельность состоит из лекций, практических, самостоятельной работы.

### Раздел 1. Теоретический

Материал раздела предусматривает овладение студентами системой научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умения их адаптивного, творческого использования для личности и профессионального развития, самосовершенствования, организации здорового образа жизни при выполнении учебной, профессиональной и социокультурной деятельности.

Содержание обязательных лекций в обобщенном виде включает в себя:

- основные понятия и термины, ведущие научные идеи и основные закономерности теории;
- принципы, положения, раскрывающие сущность явлений в физической культуре, объективные связи между ними;
- тематическую информацию и научные факты, объясняющие и формирующие убеждения, рекомендации по использованию полученных знаний и приобретению опыта в занятиях избранным видом спорта или системой физических упражнений.

№	Тема лекции	Кратко затрагиваемые вопросы
1.1	<i>Тема 1.</i> Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Современное состояние физической культуры и спорта.
		ФЗ № 329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Физическая культура личности.
		Сущность физической культуры как социального института. Ценности физической культуры.
		Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и целостного развития личности.
		Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту.
		Основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении.
1.2	<i>Тема 2.</i> Социально-биологические основы физической культуры	Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.
		Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека.
		Средства физической культуры и спорта в управлении совершенствованием функциональных возможностей организма в целях обеспечения умственной и физической деятельности.
		Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.
		Двигательная функция и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.

1.3	Тема 3. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями	Требования к организации самостоятельных занятий.
		Принципы и методы обучения и воспитания.
		Последовательность обучения физическим упражнениям.
		Требования к организации самостоятельных занятий.
		Планирование самостоятельных занятий.
		Самоконтроль и эффективность самостоятельных занятий.
1.4	Тема 4. Производственная физическая культура	Производственная гимнастика.
		Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов.
		Дополнительные средства повышения общей и профессиональной работоспособности

## *Раздел 2. Практический раздел*

### **2.1. Лёгкая атлетика**

Ознакомление с программными требованиями по легкой атлетике.

Основы техники безопасности на занятиях легкой атлетикой.

Ознакомление, обучение и овладение двигательными навыками и техникой видов лёгкой атлетики. Совершенствование знаний, умений, навыков и развитие физических качеств в лёгкой атлетике. Техника выполнения легкоатлетических упражнений. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами лёгкой атлетики. Специальная физическая подготовка в различных видах лёгкой атлетики. Способы и методы самоконтроля при занятиях лёгкой атлетикой. Особенности организации и планирования занятий лёгкой атлетикой в связи с выбранной профессией.

Контроль – экспресс-тесты:

- бег 30 м с высокого старта;
- прыжки в длину с места;
- кросс 3000 м (юноши), 2000 м (девушки)

Специальные беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра (2-3 р. х 30м), бег захлестывание голени назад (2-3 р. х 30м), семенящий бег (2-3 р. х 30м), подскоки с ноги на ногу (2-3 р. х 30м), бег на прямых ногах (2-3 р. х 30м), беговые ускорения (3-4 р х 40-50 м)

Бег на короткие дистанции (обучение бегу на 100 м)

Техника бега: начало бега – низкий старт, высокий старт, полунизкий старт с опорой на одну руку; стартовое ускорение; бег по дистанции; финиширование.

Специальные упражнения спринтера (выполняется сериями на отрезках дистанции 20-60 м)- ускорения (6раз по 50-80 м в  $\frac{3}{4}$  силы на технику); бег с ускорением с хода; ускорение с высокого старта на отрезке 30-40 м по команде «Старт» и «Марш»; семенящий бег; бег прыжковыми шагами; переменный бег с переходами от максимальных усилий к бегу по инерции; групповые низкие старты на время (6-8 раз по 40-50 м, 1 по 100м)

Обучение технике бега на средние дистанции.

Бег по прямой и на вираже. Развитие двигательных качеств.

Высокий старт и стартовое ускорение. Развитие чувства темпа и ритма в беге. Развитие двигательных качеств. Специальные упражнения бегуна- каждое выполняется по 2 раза на отрезке с переходом на бег; повторный бег по виражу с выходом на прямую –

юноши 6-8 раз по 150 м, девушки 4-5 раз по 150 м; семенящий бег, переходящий в свободный бег по прямой и повороту; пробегание дистанции.

#### Кроссовая подготовка:

- обучение и совершенствование техники бега на длинные дистанции;
- развитие общей беговой выносливости;
- развитие специальной выносливости, гибкости;
- ознакомление с техникой и тактикой бега на разных по длине стайерских дистанциях в условиях разного прохождения трассы.

Техника бега на средние и длинные дистанции по пересеченной местности, развитие общей и специальной выносливости: стартовое ускорение, бег на равнинных участках по прямой и повороту, бег по мягкому, твердому и скользкому грунту; бег под уклон.

#### Развитие беговой выносливости:

юноши - медленный бег 15 мин или 2000-3000 м; переменный бег 6-8 раз по 200 м по времени 40,0 с или при пульсе 160-170 уд/мин; переменный бег различных отрезков дистанции (100+200+300+200+100) x 2 серии, отдых через 100, 200, 300; повторный бег 3x1000 м со скоростью 4.00 мин, отдых восстановление пульса до 110-120 уд/мин. упражнения на дыхание и гибкость – 10-12 упр; контрольный бег 3000 м

девушки – медленный бег 10-12 мин; повторный бег 6- раз по 100 м 18,0-19,0 с через 100 м ходьбы; повторный бег 2x500 м за 2,10-2,15 мин, отдых снижение пульса до 120 уд/мин; повторный бег 2x1000 м за 5,30-5,40 мин. Отдых снижение пульса до 11 уд/мин; повторный бег 1x1500 м за 8,0-8,10 мин, отдых 10-12 мин. Контрольный бег 2000 м.

## **2.2. ОФП (общая физическая подготовка)**

Упражнения для рук и плечевого пояса, для туловища и шеи, для ног; упражнения для развития силы, быстроты, выносливости; координации движений, подвижности в суставах (гибкости); упражнения на расслабление; упражнения на снарядах (тренажерах) с использованием нескольких снарядов.

### **(гимнастика – девушки)**

Формирование навыков быстрого и четкого построения. Воспитание внимательности, активности, дисциплинированности. Развитие силы рук. Организация чувств ритма. Развитие быстроты, ловкости, точности движения. Развитие силы рук и мышц брюшного пресса. Развитие навыка выполнения гимнастических упражнений с палкой. Развитие прыгучести, ловкости, координации движений, воспитание чувства коллективизма. Развитие групповых взаимодействий. Закрепление навыка обращения с гимнастическим инвентарем. Совершенствование ловкости, координации движений. Формирование навыков быстрого и четкого построения.

### **(силовая подготовка - юноши)**

Прием контрольных нормативов /жим штанги лежа на скамье, приседание со штангой на спине, становая тяга/ Обучение технике жима штанги лежа на скамье. Развитие силы мышц груди. Развитие гибкости и суставной подвижности. Обучение технике жима штанги лежа на скамье. Развитие силы мышц груди. Развитие гибкости и суставной подвижности

Обучение технике становой тяги. Развитие силы мышц спины. Развитие гибкости и суставной подвижности. Обучение технике приседания со штангой на спине. Развитие силы мышц ног. Развитие гибкости и суставной подвижности. Прием контрольных нормативов /жим штанги лежа на скамье, приседание со штангой на спине, становая тяга/.

## **2.3. Лыжная подготовка**

Основы техники безопасности на занятиях по лыжному спорту. Освоение техники лыжных ходов. Повороты. Подъемы и спуски с гор. Прохождение дистанции. Правила

соревнований, основы судейства. Обучение строевым приёмам с лыжами и на лыжах – повороты на месте (переступанием вокруг пяток и носков лыж, махом через лыжу вперёд и назад, прыжком с опорой и без опоры на палки).

Обучение технике:

- двухшажного попеременного хода;
- одновременного одношажного хода;
- спуска с горы в высокой и основной стойке;
- подъема лесенкой;
- переступанием в движении;
- бесшажного хода;
- преодоление подъема средней крутизны скользящим шагом. Прохождение в

переменном темпе дистанции 3 км и 5 км

## **2.4. Спортивные игры**

Основы техники безопасности на занятиях спортивными играми.

**Волейбол.** Занятия включают: изучение, овладение основными приёмами техники волейбола (перемещение, приём и передача мяча, подачи, нападающие удары, блокирование). Совершенствование навыков игры в волейбол. Общая и специальная подготовка волейболиста. Техника и тактика игры. Правила соревнований, основы судейства.

Ознакомление и обучение техническим приемам игры в волейбол:

- стойка волейболиста;
- перемещение (шагом, бегом, спиной вперёд, приставными шагами влево, вправо);
- постановка рук при выполнении верхней передачи;
- передача мяча (передача над собой, передача в колоннах, в парах);

Развитие быстроты.

Ознакомление и обучение техническим приемам:

- передача мяча снизу двумя руками (выполняется предплечьем обеих рук за счет движений в плечевом и локтевом суставах);
- передача мяча после передвижения;
- блокирование;

Развитие прыгучести.

Совершенствование и изучение технических приемов игры в волейбол:

- совершенствование передач - верхней и нижней;
- изучение техники подачи мяча;



- совершенствование защитных передач.

Развитие выносливости.

Совершенствование и изучение технических приемов игры в волейбол:

- обучение прямому нападающему удару;

- совершенствование передач.

Развитие быстроты, прыгучести. Учебные игры

Баскетбол.

Баскетбол. Занятия по баскетболу включают: общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку (упражнения для развития, силы, быстроты, общей и скоростной выносливости, прыгучести, гибкости, скоростной реакции, упражнения для развития ориентировки); освоение техники передвижений, остановки и поворотов без мяча и с мячом, передачи мяча одной и двумя руками на месте и в движении, ловли мяча одной и двумя руками, ведения мяча, обводка противника, бросков мяча с места, в движении, одной и двумя руками. Осваиваются: обманные движения (финты), финт на проход, финт на бросок в корзину, финт на рывок; техника защиты; техника перемещений (основная, защитная стойка и все виды перемещений защитника), техника овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват; противодействие ведению, проходам, броскам в корзину; овладение мячом, отскочившим от щита. Правила игры и основы судейства.

Техника нападения. Индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча, выбор места, своевременный выход на свободное место; взаимодействие 2 или 3 игроков; техника финтов – финт на проход влево-проход вправо, бросок в движении; финт на бросок – проход-бросок с места.

Техника защиты. Защитная стойка; передвижение обычным и приставным шагами, спиной вперед и в других направлениях, вырывание мяча рывком на себя и с поворотом туловища.

Командные действия. Расстановка игроков по площадке; функции игроков; взаимодействие.

Учебная игра, эстафеты с мячами.

#### 4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

##### 4.1. Список основной литературы<sup>1</sup>

1. Евсеев Ю.И. Физическая культура [текст]: учебное пособие для студентов вузов / Ю. И. Евсеев. – 8-е изд, исправ. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2012. – 444 с. – (Высшее образование). – Прил.: с. 430-440. – ISBN 978-5-222-19464-5.

2. Лечебная физическая культура при терапевтических заболеваниях: учебное пособие / Т.В. Карасева, А.С. Махова, А.И. Замогильнов, С.Ю. Толстова. – Москва: ИФРА-М, 2024. – 158 с. – (Высшее образование: Бакалавриат). – DOI 10.12737/1042644. – ISBN 978-5-16-018979-6. – Текст: электронный. – URL: <https://znanium.com/catalog/prodakt/1912982>



## 4.2. Список дополнительной литературы<sup>1</sup>

1. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента [текст]: учебное пособие / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. - 3-е изд., стер. – М.: КноРус, 2013. – 240 с. - (Бакалавриат). –Библиогр.: с. 229-230. – Глос.: с. 227-228. - Прил.: с. 231-239. – ISBN 978-5-406-02935-0.

## 4.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Таблица 3. Перечень информационных ресурсов

№ п/п	Наименование	Адрес
1.	Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту.	<a href="http://lib.sportedu.ru/">http://lib.sportedu.ru/</a>
2.	Интернет-библиотека образовательных изданий, в которых собраны электронные учебники, справочные и учебные пособия.	<a href="http://www.iglib.ru">http://www.iglib.ru</a>
3.	Научная электронная библиотека журналов.	<a href="http://www.elibrary.ru">http://www.elibrary.ru</a>
4.	Журнал «Теория и практика физической культуры»	<a href="http://www.lib.sportedu.ru/Press/TPFK/">http://www.lib.sportedu.ru/Press/TPFK/</a> <a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a>
5.	Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка»	<a href="http://www.lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/">http://www.lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/</a> <a href="http://www.teoriya.ru/fkvot/">http://www.teoriya.ru/fkvot/</a>
6.	Российская Спортивная Энциклопедия.	<a href="http://www.libsport.ru/">http://www.libsport.ru/</a>
7.	Электронные учебники по физической культуре	<a href="http://zolkin.gym5cheb.ru/p22aa1.html">http://zolkin.gym5cheb.ru/p22aa1.html</a>
8.	Информационные сайты по новым массовым видам физической культуры	<a href="http://aerobic.newmail.ru/">http://aerobic.newmail.ru/</a> <a href="http://www.yamama.ru/fitness/pilates/index.Html/">http://www.yamama.ru/fitness/pilates/index.Html/</a>
9.	Страница Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму	<a href="http://www.infosport.ru/minsport/">http://www.infosport.ru/minsport/</a>
10.	Сайт ЗАО «Инфоспорт»	<a href="http://www.infosport.ru/">http://www.infosport.ru/</a>
11.	Сайт международного телекоммуникационного канала «Евроспорт»	<a href="http://www.eurosport.com/">http://www.eurosport.com/</a>
12.	Страница Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму	<a href="http://www.government.ru/committees/gfkct.htm">http://www.government.ru/committees/gfkct.htm!</a>
13.	Сайт Олимпийского комитета России	<a href="http://www.olympic.ru/">http://www.olympic.ru/</a>
14.	Правовая страница Национальной информационной сети «Спортивная Россия»	<a href="http://www.infosport.ru/main/law.htm">http://www.infosport.ru/main/law.htm</a>

#### 4.4. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модулю) и самостоятельной работы

1. Обучение технике бега на короткие дистанции: метод. указания /Новосиб.гос. аграр.ун-т. Юридич.фак-т; сост.: З.Г. Лебедева, Т.А. Подковырова– Новосибирск, 2015. – 25с.

2. Развитие физических качеств у студенток I-II курса (методические рекомендации по развитию гибкости у девушек и силовой выносливости у юношей) /Новосиб.гос. аграр.ун-т. Юридич.фак-т; сост.: Колесов А.А., Фотина З.В., 2016. – 41с.

3. Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания: Метод. рекомендации /Новосиб.гос. аграр.ун-т. Юридич.фак-т; сост.: Гладышев А.А., Богатов А.М., Поломошнова О.Н., 2017. – 35с.

#### 4.5. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения и информационных справочных систем, наглядных пособий

1. Использование ПК при подготовке разработке лекций.

2. Использование мультимедийного оборудования для демонстрации презентаций.

Таблица 4. Перечень лицензионного программного обеспечения

№ п/п	Наименование	Кол-во ключей	Тип лицензии или правообладатель
1.	MS Windows 2007	1	Microsoft
2.	MS Office 2007 prof (Word, Excel, PowerPoint)	1	Microsoft
3.	БраузерMozillaFireFox	1	MozillaPublicLicense

Таблица 5. Перечень плакатов (по темам), карт, стендов, макетов, презентаций, фильмов и т.д.

№ п/п	Тип	Наименование	Примечание
1.	Презентация	Виды ОФК. Аквааэробика.	15 слайдов
2.	Презентация	Виды ОФК. Бодифлекс.	8 слайдов
3.	Презентация	Виды ОФК. Пилатес.	10 слайдов
4.	Презентация	Виды ОФК. Шейпинг.	26 слайдов
5.	Презентация	Виды ОФК. Гимнастика Ниши.	8 слайдов
6.	Презентация	Виды ОФК. Сухожильные упражнения Александра Засса.	12 слайдов
7.	Презентация	ЗОЖ. Влияние алкоголя на здоровье человека.	18 слайдов
8.	Презентация	Комплексные методы оздоровления.	13 слайдов

#### 5. Описание материально-технической базы

Таблица 6. Перечень используемых помещений:

№ аудитории	Тип аудитории	Перечень оборудования
А-002	аудитория для	Мебель учебная – 68 шт.; кафедра, тумба под

Лекционная аудитория	занятий лекционного типа, групповых и индивидуальных консультаций	аппаратуру; компьютер; проектор BenQ MS616ST; экран проекционный 213x213; усилитель микрофона AudioForce M8; акустическая система – Quest MS 801W – 4 шт.; стационарный микрофон (на «гусиной шее»), микрофон с проводом; веб-камера с микрофоном; интерактивная доска 77" SMARTBORD 680; программное обеспечение (7-Zip 19.00 (x64), AdobeAcrobatReader DC-Russian, AIMP, doPDF 7.3 printer, Excel, Master PDF Editor 3.6, MicrosoftEdge); доска маркерная; доска ученическая
Сп-001 Спортивный корпус	помещение для занятий семинарского типа	Игровой зал (36x18): волейбольная площадка, баскетбольные площадки – 2; мини-ворота 2 шт.; комплекты мячей (волейбольные, баскетбольные, футбольные), параллельные брусья; гимнастические скамейки; гимнастические маты; тренажерный зал (320x12): помост тяжелоатлетический и штанги с набором дисков 3 компл.; станок для пауэрлифтинга 3 шт.; гантели (2-24 кг) 60 шт., гири в наборе, стрелковый тир 10x5 мест.; столы теннисные 7 шт., стол для армреслинга 1 шт., боксерские груши 6 шт., тир стрелковый (50x4,5): пневматические винтовки 3 шт.; пневматический пистолет 1шт. тренажерный зал (20x12): тренажёры; помост тяжелоатлетический и штанги с набором дисков –3 комп.; станок для пауэрлифтинга –3 шт.; гантели (2-24 кг) – 60 шт.; гири в наборе, стойки для приседа 4 шт.; стойки для жима 6 шт.; лыжная база: комплекты лыж (80 пар), хоккейная коробка (60x30): коньки 20 пар, открытая тренажерная площадка: комплект общеразвивающих тренажеров

## 6. Порядок аттестации студентов по дисциплине

Для аттестации студентов по дисциплине используется традиционная система контроля и оценки успеваемости обучающихся

**7. Согласование рабочей программы**

**Соответствует учебному плану, утвержденному Ученым советом ФГБОУ ВО Новосибирского ГАУ, протокол № 5 от 03.06.2024**

**Рабочая программа обсуждена и утверждена на заседании кафедры  
протокол от « 4 » июня 2024 г. № 10**

И.О. заведующего кафедрой

(должность)



подпись

Шмакова Т.П.

ФИО

Председатель учебно-методического  
совета



подпись

О.В Лисиченок

ФИО

Рабочая программа обсуждена и соответствует учебному плану, утвержденному  
Ученым советом ФГБОУ ВО Новосибирского ГАУ, протокол от « \_ » 20 \_ г. № \_

Изменений не требуется/изменения внесены в раздел(-ы): \_\_\_\_\_  
нужное подчеркнуть

Председатель учебно-методического совета

(должность)

подпись

ФИО

Рабочая программа обсуждена и соответствует учебному плану, утвержденному  
Ученым советом ФГБОУ ВО Новосибирского ГАУ, протокол от « \_\_\_\_\_ »  
\_\_\_\_\_ 20\_\_ г. №\_\_

Изменений не требуется/изменения внесены в раздел(-ы): \_\_\_\_\_  
нужное подчеркнуть

Председатель учебно-методического совета

(должность)

подпись

ФИО