

## Аннотация

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Силин Яков Петрович

### Рабочей программы дисциплины

Дисциплина	ОГСЭ.04 Физическая культура
Дата подписания: 16.10.2023 13:56:48	
Специальность	40.02.03 Право и судебное администрирование
Уникальный программный ключ: 24f866be2aca16484036a8cbb3c509a9531e605f	
Объем дисциплины	244 часов
Формы промежуточной аттестации	Зачет
Колледж	

### Краткое содержание дисциплины

Тема	Наименование темы
Тема 1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке (ОК 10, ЛР 7, ЛР 9)
Тема 2.	Легкая атлетика (ОК 10, ЛР 9, ЛР 11)
Тема 3.	Спортивные игры (ОК 10, ЛР 7, ЛР 9)
Тема 4.	Силовой тренинг, фитнес-гимнастика (ОК 10, ЛР 9)

### Список литературы

#### Основная литература:

1. Караулова Л. К. Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности [Электронный ресурс]: Учебник. - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2021. - 336 – Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/1247150>

2. Аллянов Ю. Н., Письменский И. А. Физическая культура [Электронный ресурс]: Учебник Для СПО. - Москва: Юрайт, 2022. - 493 – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/491233>

3. Эммерт М. С., Фади́на О. О., Шевелева И. Н., Мельникова О. А. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов. - Москва: Юрайт, 2022. - 110 с – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/495814>

4. Конеева Е. В., Зайцев А. А., Томашевская О. Б., Покровская Н. В., Почечура Н. Н., Романов С. С., Колтан С. В., Лизогубенко Н. В., Пельменев В. К., Зайцева В. Ф., Жигарева О. Г., Горячева Е. Н. Физическая культура [Электронный ресурс]: Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2022. - 599 – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/495018>

5. Муллер А. Б., Дядичкина Н. С., Богащенко Ю. А. Физическая культура [Электронный ресурс]: Учебник и практикум для вузов. - Москва: Юрайт, 2022. - 424 – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/488898>

#### Дополнительная литература:

1. Стрельников В.А., Толстиков В.А., Кузьмин В.А. Учебно-тренировочный процесс в боксе [Электронный ресурс]: Монография. - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2021. - 112 с. – Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/1216376>

2. Добрынин И. М. Физическая культура: скандинавская ходьба [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2018. - 38 – Режим доступа: <http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/18/p491199.pdf>

3. Филиппова Ю.С. Физическая культура [Электронный ресурс]: Учебно-методическая литература. - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2022. - 197 – Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/1815141>

4. Туревский И. М., Бородаенко В. Н., Тарасенко Л. В. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО [Электронный ресурс]: Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2022. - 148 – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/495699>

5. Горелов А. А., Румба О. Г., Кондаков В. Л., Копейкина Е. Н. Теоретические основы физической культуры [Электронный ресурс]: Учебное пособие для вузов. - Москва: Юрайт, 2022. - 194 – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/496822>

6. Кондаков В. Л., Копейкина Е. Н., Усатов А. Н., Балышева Н. В., Бочарова В. И. Самостоятельная работа студента по физической культуре [Электронный ресурс]: Учебное пособие для вузов. - Москва: Юрайт, 2022. - 149 – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/495966>

7. Филиппова Ю.С. Физическая культура [Электронный ресурс]: Учебно-методическая литература. - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2021. - 201 – Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/1361807>

8. Письменский И. А., Аллянов Ю. Н. Физическая культура. Базовый уровень. 10-11 классы [Электронный ресурс]: учебник для соо. - Москва: Юрайт, 2022. - 394 – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/509215>

**Перечень информационных технологий, включая перечень лицензионного программного обеспечения и информационных справочных систем, онлайн курсов, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

**Перечень лицензионного программного обеспечения:**

Astra Linux Common Edition. Договор № 1 от 13 июня 2018, акт от 17 декабря 2018. Срок действия лицензии - без ограничения срока.

Microsoft Office 2016. Договор № 52/223-ПО/2020 от 13.04.2020, Акт № Tr000523459 от 14.10.2020 Срок действия лицензии 30.09.2023.

**Перечень информационных справочных систем, ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

Справочно-правовая система Консультант+. Срок действия лицензии до 31.12.2023

Справочно-правовая система Гарант. Договор № 58419 от 22 декабря 2015. Срок действия лицензии - без ограничения срока

Аннотацию подготовил: А.Р. Даутов