



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

**ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

Кафедра физической культуры и безопасности жизнедеятельности

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

\_\_\_\_\_  
(подпись) Т.В. Карасёва

«30» августа 2023 г.

**Рабочая программа дисциплины**

**Первая помощь**

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) образовательной программы:	Физкультурно-оздоровительная деятельность



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

## **1. Цели освоения дисциплины**

Приобретение навыков распознавания признаков неотложных состояний, умение оказывать первую помощь, профилактическую работу, а также осуществление практической подготовки обучающихся посредством выполнения определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью и направленных на формирование, закрепление, развитие практических навыков и компетенций по профилю образовательной программы

## **2. Место дисциплины в структуре ОП**

Дисциплина «Первая помощь» является дисциплиной части ОП, формируемой участниками образовательных отношений.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности студентов к освоению дисциплин: «Спортивная медицина», «Рекреация и физическая реабилитация». Студент, приступающий к изучению данной дисциплины, должен обладать знаниями, полученными ранее в ходе изучения дисциплин: «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни». Для освоения данной дисциплины обучающийся должен:

Знать: - основные виды состояний организма;

- классификацию и характеристику основных опасностей;

Уметь: - идентифицировать основные опасности и риски среды обитания человека;

Иметь: - навыки безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях.

## **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине**

### **3.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина**

При освоении дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

в) профессиональные (ПК):

ПК-4 - Способен выбирать и применять на практике методы и средства ФК для оздоровительных, реабилитационных и рекреационных целей

### **3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения формируемых компетенций**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**Знать:**

- правовую ответственность при отказе от оказания первой помощи пострадавшим (ПК-4);

- права пациента при оказании ему первой помощи (ПК-4);

- основные принципы оказания первой помощи (ПК-4).

**Уметь:**

- владеть экспресс-диагностикой состояний, требующих оказания первой помощи (ПК-4) ;

- взаимодействовать с бригадами скорой медицинской помощи и спасателей (ПК-4);

- осуществлять наблюдение и уход за пострадавшими во время транспортировки в зависимости от характера повреждающих факторов (ПК-4).

**Владеть:**

- современными технологиями оказания первой помощи в условиях чрезвычайных ситуаций (ПК-4).

## **4. Объем и содержание дисциплины**

Объем дисциплины составляет 4 зачетных единиц (144 академических часа).

### **4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и трудоемкостью занятий лекционно-семинарского типа**



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

Объем иной контактной работы и самостоятельной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Семестр	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по очной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по очной форме обучения)
			Занятия лекцион- ного типа	Занятия семинар- ского типа	Формы промежуточной аттестации
1.	Система скорой медицинской помощи в РФ. Права пострадавших и правовая ответственность при оказании первой помощи. Экспресс-оценка неотложных состояний.	5	4		Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов. Список вопросов, интересующих студента по содержанию дисциплины (сдается в письменном виде)
2.	Принципы и алгоритм оказания первой помощи.	5	4	2 практ. занятие	Собеседование
3	Основные понятия об асептике и антисептике.	5	2		Опорный конспект Отчет
4	Терминальные состояния. Внезапная смерть. Базовая сердечно-легочная реанимация	5	4	2 практ. занятие	Выступления на семинаре
5	Десмургия - техника наложения повязок и транспортной иммобилизации	5	2	2 практ. занятие	Собеседование
6	Первая медицинская помощь пострадавшим в коме	5	2	2 практ. занятие	Выступления на семинаре
7	Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях	5	4	2 практ. занятие	Выступления на семинаре
8	Первая медицинская помощь при травмах, ожогах и отморожениях	5	4	2 практ. занятие	Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов. Выступления на семинаре
9	Первая медицинская помощь при несчастных случаях	5	4	2 практ. занятие	Выступления на семинаре
10	Первая медицинская помощь при некоторых острых заболеваниях	5	4	2 практ. занятие	Собеседование, выступления на семинаре
Итого за семестр:			34	16	
Итого по дисциплине:			34	16	Экзамен

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Курс	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по заочной форме обучения)	Формы текущего контроля успеваемости (по заочной форме обучения)
----------	------------------------------	------	---	--



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

			Занятия лекцион- ного типа	Занятия семинар- ского типа	Формы промежуточной аттестации
1.	Система скорой медицинской помощи в РФ. Права пациента и правовая ответственность медицинских работников. Экспресс-оценка неотложных состояний.	4			Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов. Список вопросов, интересующих студента по содержанию дисциплины (сдается в письменном виде)
2.	Принципы и алгоритм оказания первой медицинской помощи.	4	0,5		Собеседование
3	Основные понятия об асептике и антисептике.	4	0,5		Выступления на семинаре
4	Терминальные состояния. Внезапная смерть. Базовая сердечно-легочная реанимация	4	0,5	1 практ. занятия	
5	Десмургия - техника наложения повязок и транспортной иммобилизации	4	0,5	0,5 практ. занятия	
6	Первая помощь пострадавшим в коме	4	0,5		Собеседование
7	Первая помощь при ранениях и кровотечениях	4	0,5	1 практ. занятия	Собеседование. Контрольная работа
8	Первая помощь при травмах, ожогах и отморожениях	4		0,5 практ. занятия	
9	Первая помощь при несчастных случаях	4	0,5	0,5 практ. занятия	
10	Первая помощь при некоторых острых заболеваниях	4	0,5	0,5 практ. занятия	
Итого за семестр:			4	4	Контрольная работа
Итого по дисциплине:			4	4	Экзамен

#### 4.2. Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)

##### **Система скорой медицинской помощи в РФ. Права пострадавших и правовая ответственность при оказании первой помощи. Экспресс-оценка неотложных состояний.**

1. Скорая медицинская помощь как вид медицинской помощи.
2. Система и учреждения скорой медицинской помощи в РФ.
3. Понятия о первой помощи.
4. Нормативные законные и подзаконные документы, регламентирующие оказание помощи при неотложных состояниях.
5. Витальные (жизненноважные) функции человека и основные признаки их нарушения.

##### **Принципы и алгоритм оказания первой помощи.**

1. Общие принципы оказания первой помощи.
2. Транспортные положения и способы транспортировки больных и пострадавших.
3. Принципы очередности транспортировки при массовых травмах.
4. Организация доставки (транспортировки) пострадавшего в медицинскую организацию.



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

---

**Основные понятия об асептике и антисептике.**

1. Определение понятий асептики и антисептики.
2. Основные возбудители инфекций: бактерии, вирусы, простейшие, прионы, гельминты.
3. Пути проникновения микробов в организм.
4. Методы антисептики: механический, физический, химический, биологический.

**Терминальные состояния. Внезапная смерть. Базовая сердечно-легочная реанимация**

1. Понятие о терминальном состоянии, фазы, клинические признаки.
2. Причины внезапной смерти.
3. Определение понятия клинической смерти, факторы, влияющие на ее продолжительность.
4. Признаки клинической и биологической смерти.
5. Определение понятия сердечно-легочная реанимация, условия успешности ее проведения.
6. Правила проведения непрямого массажа сердца.
7. Методы восстановления проходимости дыхательных путей.
8. Способы и правила проведения ИВЛ.
9. Признаки эффективности СЛР.
10. Автоматическая наружная дефибрилляция.
11. Противопоказания к проведению СЛР

**Десмургия - техника наложения повязок и транспортной иммобилизации**

Отработка наложения повязок на голову: «Чепец», на один глаз, на оба глаза, на нос, на подбородок и нижнюю челюсть; повязок на шею: крестообразную с переходом на шею и затылок; повязок Дезо, колосовидной на область плечевого сустава; повязок на верхнюю конечность: на палец, на кисть, на лучезапястный сустав; повязок на нижнюю конечность: крестообразную на область голеностопного сустава, спиральную на голень, черепашью на область коленного сустава.

Практическое занятие: отработка наложения косыночной повязки; повязки Дезо; лестничных шин Крамера на верхнюю конечность; шины Дитерихса на нижнюю конечность; наложение складных шин на верхнюю и нижнюю конечность.

**Первая пострадавшим в коме**

1. Определение понятия комы, наиболее частые причины развития ком.
2. Виды черепно-мозговой травмы: открытая, закрытая (сотрясение, ушиб, сдавление головного мозга), понятие об отеке головного мозга.
3. Клинические признаки черепно-мозговой травмы: сотрясения, ушиба и сдавления головного мозга.
4. Клинические особенности легкой и тяжелой степени ЧМТ, особенности клиники у детей и у лиц в состоянии алкогольного опьянения.
5. Степени тяжести комы.
6. Первая помощь при ЧМТ пострадавшему в сознании.
7. Первая помощь при ЧМТ пострадавшему в коме.
8. Причины смерти пострадавших в состоянии комы: западение языка, аспирация кровью, слизью, рвотой).
9. Обеспечение проходимости дыхания с помощью ларингеальных трубок: показания и противопоказания к их постановке.

**Первая помощь при ранениях и кровотечениях**



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

---

1. Объем циркулирующей крови (ОЦК): определение понятия, формулы расчета у мужчин и женщин.
2. Группы крови человека, резус-фактор, понятие о переливании крови.
3. Виды кровотечений.
4. Острая кровопотеря: определение понятия, показатели, характеризующие тяжесть кровопотери, клинические признаки степеней кровопотери и геморрагического шока.
5. Общие принципы первой помощи при кровотечениях.
6. Первая помощь при наружных кровотечениях.
7. Первая помощь при скрытых наружных и внутренних кровотечениях.
8. Первая помощь при геморрагическом шоке.
9. Правила «золотого часа» и «платиновых 10 минут».
10. Раны: определение понятия, виды ран, классификация ран.
11. Клинические признаки ранений.
12. Инфицирование ран, первичная хирургическая обработка ран.
13. Осложнения ранений брюшной (перитонит, эвентрация) и грудной полостей (пневмоторакс, гемоторакс, плевропульмональный шок).
14. Первая помощь при ранениях.

**Первая помощь при травмах, ожогах и отморожениях.**

1. Понятие о травме, виды травм.
2. Клинические признаки ушиба, растяжения, вывиха, перелома.
3. Первая медицинская помощь при механических травмах.
4. Правила проведения иммобилизации подручными средствами и транспортными шинами.
5. Виды термической травмы.
6. Клинические степени ожога.
7. Правила определения площади ожога: «правило девяток», «правило ладони».
8. Ожоговый шок как причина смерти при массивных ожогах.
9. Правила обработки ожоговой поверхности в зависимости от степени ожога.
10. Первая медицинская помощь при ожогах кислотами и щелочами.
11. Клинические степени отморожения.
12. Клинические признаки общего замерзания.
13. Принципы первой помощи при термических ожогах и отморожениях.

**Первая помощь при несчастных случаях.**

1. Электротравма и поражение молнией: определение понятия, основные причины поражения, общие проявления, местные проявления, степени электротравмы, первая помощь.
2. Утопление: определение понятия, виды утоплений, клинические признаки истинного утопления, первая помощь.
3. Отравление угарным газом: причины, клинические признаки, первая помощь.
4. Оксигенотерапия: сущность, способы и правила проведения.
5. Механическая асфиксия: определение понятия, виды, клинические проявления, первая помощь.
6. Стеноз гортани: определение понятия, клинические проявления, первая помощь.
7. Пищевые отравления: причины, клинические проявления, первая помощь.
8. Отравление грибами: причины, клинические проявления, первая помощь.
9. Отравления ядохимикатами: пути проникновения, клинические проявления, первая помощь.
10. Отравления концентрированными кислотами и щелочами: клинические проявления, первая помощь.



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

---

**Первая помощь при некоторых острых заболеваниях.**

1. Приступ стенокардии: причины, клинические проявления, первая помощь.
2. Острый инфаркт миокарда: клинические проявления, первая помощь.
3. Инсульт: определение понятия, наиболее частые причины, клинические признаки, первая помощь.
4. Судорожный припадок: определение понятия, наиболее частые причины, клинические признаки, первая помощь.
5. Острая сосудистая недостаточность: виды (обморок, коллапс, шок), причины, клинические признаки, первая помощь.
6. Острая сердечная недостаточность: виды (сердечная астма, отек легких, кардиогенный шок), причины, клинические признаки, первая помощь.
7. Гипертонический криз: причины, клинические признаки, первая помощь.
8. «Острый живот»: клинические признаки и первая помощь.
9. Почечная колика: причины, клинические признаки, первая помощь.
10. Острая задержка мочи: причины, клинические признаки, первая помощь, катетеризация мочевого пузыря.
11. Острые аллергические заболевания: виды, причины, клинические признаки, первая помощь.
12. Первая при родах вне медицинской организации.

**5. Образовательные технологии**

При реализации различных видов учебной работы предусматривается использование активных и интерактивных форм занятий: смешанного и проблемного обучения, электронного обучения, технология развития критического мышления в сочетании с внеаудиторной работой с использованием электронных ресурсов и интернет-ресурсов. Методы: дискуссия, групповая работа, решение ситуационных задач.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: технологии смешанного обучения, мультимедиа технологии.

**6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Самостоятельная работа студентов обеспечивается посредством работы в системе электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет» <https://uni.ivanovo.ac.ru>, где размещены методические материалы.

Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приведён в Приложении 1 к рабочей программе.

**7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Перед работой студентам даются общеметодические рекомендации, список основной литературы. При затруднении нахождения или изучения материала проводится индивидуальные консультации. Знания, умения и навыки самостоятельной работы студентов помогут в дальнейшей учебной и профессиональной деятельности.

Система контроля включает:

1. Рейтинговую систему.
2. Посещаемость.
3. Семинарские занятия.
4. Тестирование



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

5. Научное исследование
6. Зачет, экзамен
7. Контроль остаточных знаний

Рейтинг-контроль включает результаты текущей успеваемости, а так же систему накопления баллов и итоговую оценку. Каждый вид работы (выступление на семинаре, реферат, тестирование) оценивается по общепринятой пятибалльной системе. Посещение занятий - 1 балл. Сумма полученных баллов определяет итоговую успеваемость студента. Невыполнение одного из видов работ не дает возможности студенту получить на экзамене максимальное количество баллов. В то же время, добросовестная работа в течение всего семестра позволяет получить экзаменационную оценку по сумме текущих результатов.

Посещаемость является важным элементом при проведении семинарских занятий, т.к. происходит взаимообучение, семинарские занятия являются тренингом выступлений перед аудиторией.

Семинарские занятия включают самостоятельную подготовку по предложенным заданиям, выступления перед аудиторией, обсуждение проблемных вопросов курса.

Тестирование позволяет в короткие сроки объективно оценить уровень знаний студентов по каждому разделу и в целом по дисциплины.

Научное исследование в форме реферата развивает познавательные способности, а так же навыки самостоятельной работы с научно-методическим материалом.

Экзамен - общий итог работы студента, включающий все виды текущего контроля.

Контроль остаточных знаний с помощью аттестационных педагогических измерительных материалов позволяет оценить степень владения студентами основными понятиями, категориями и положениями курса.

Виды контроля: текущий (выступление на семинарах), промежуточный (тестирование по темам курса, контрольные работы, рейтинг-контроль) и итоговый (экзамен - итоговое тестирование, рейтинг- контроль).

Контролируемые компетенции проверяются тремя видами оценочных средств.

Пороговый уровень сформированности контролируемых компетенций проверяется беседой и тестовыми заданиями.

Средний уровень сформированности контролируемых компетенций проверяется с помощью контрольной работы

При оценивании учитываются следующие критерии:

- правильность изложения материала;
- аргументированность, четкость и последовательность изложения материала;
- полнота изложения материала.

Высокий уровень сформированности контролируемых компетенций проверяется в ходе защиты презентационных докладов и занятий НИРС

7.1. Текущий контроль проводится в тестовой форме.

Отметка «зачтено» выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

Отметка «зачтено» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.





Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

Отметка «зачтено» выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

Отметка «не зачтено» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Отметка «не зачтено» выставляется также, если обучающийся после начала зачета отказался его сдавать.

7.2. Аттестация по дисциплине проводится в форме экзамена. Экзамен проводится в устной форме. Оценка при зачете и экзамене выставляется в случае:

Отметка «отлично» выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

Отметка «хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Отметка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

Отметка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Отметка «неудовлетворительно» выставляется также, если обучающийся после начала экзамена отказался его сдавать

## **8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **Основная литература:**

1. Белов, В.Г. Первая медицинская помощь : учебное пособие / В.Г. Белов, З.Ф. Дудченко. - Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014. - 144 с. : ил. - Библиогр.: с. 129-131. - ISBN 978-5-98238-048-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277324>.

2. Морозов, М.А. Основы первой медицинской помощи : учебное пособие / М.А. Морозов. - 2-е изд., испр. и доп. - Санкт-Петербург : СпецЛит, 2017. - 337 с. : ил. - Библиогр. вкн. - ISBN 978-5-299-00869-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=482574>.

3. Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи : учебное пособие / под общ. ред. Р.И. Айзман, С.Г. Кривошекова, И.В. Омельченко. - Изд. 3-е, испр. и доп. - Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2005. - 464 с. : ил.,табл., схем. - (Университетская серия). - ISBN 5-94087-393-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57321>

### **Дополнительная литература:**

1. Горшенина, Е. Оказание первой медицинской помощи при кровотечениях, ранениях и травмах: ушибах, вывихах, переломах : учебное пособие / Е. Горшенина ; Министерство



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет». - Оренбург : ОГУ, 2014. - 100 с. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=259139>.

2. Неотложная медицинская помощь. Симптомы, первая помощь на дому / сост. О.В. Захаренко. - Москва : Издательство «Рипол-Классик», 2010. - 288 с. - ISBN 978-5-386-02100-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57148>.

**Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

1. Система электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет» <https://uni.ivanovo.ac.ru>

2. [www.library.ru](http://www.library.ru) - Виртуальная справочная служба. Каталог российских и зарубежных виртуальных справочных служб.

3. [www.poiskknig.ru](http://www.poiskknig.ru) – Поиск электронных книг. Поисковая машина электронных книг, свободно распространяемых в Интернете.

4. [www.books.google.ru](http://www.books.google.ru) – Поиск книг Google. Поиск по всему тексту примерно семи миллионов книг: учебная, научная и художественная литература, справочники, детские и другие виды книг.

5. [www.scholar.google.ru](http://www.scholar.google.ru) – Академия Google. Поиск научной литературы, включая прошедшие рецензирование статьи, диссертации, книги, рефераты и отчеты, опубликованные издательствами научной литературы, профессиональными ассоциациями, высшими учебными заведениями и другими научными организациями.

6. [www.edu.ru](http://www.edu.ru) – Федеральный портал «Российское образование».

7. [www.informika.ru](http://www.informika.ru) – Навигационная система по электронным ресурсам образования, науки и инноваций в России: Федеральная компьютерная сеть RUNNET, Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов, Единое окно доступа к образовательным ресурсам, Федеральный интернет-портал «Нанотехнологии и наноматериалы», Федеральный центр информационных образовательных ресурсов.

8. [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) — Каталог энциклопедий.

9. [www.rubricon.com](http://www.rubricon.com) – Энциклопедии, словари, книги, статьи, иллюстрации и карты.

**Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:**

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [www.biblioclub.ru;](http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka)  
<http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka>
2. Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/elibnew>
3. Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>
4. СПС «КонсультантПлюс»

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows, пакет офисных программ Microsoft Office и(или) LibreOffice, интернет-браузер Microsoft Edge и(или) Yandex Browser.

**9. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Учебные аудитории:

- для проведения занятий лекционного типа с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории;



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
(Физкультурно-оздоровительная деятельность)

- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения;

- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, выполнения курсовых работ (проектов) с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения.

Лаборатория, оснащенная лабораторным оборудованием, комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное комплектом специализированной учебной мебели, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС.

Демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации:

**Автор рабочей программы дисциплины:** доцент кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности, к.м.н. Егорова Е.Ю.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности «30» 08 2023г., протокол № 1

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_  
(подпись) (И.О.Фамилия)

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_  
(подпись) (И.О.Фамилия)

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_  
(подпись) (И.О.Фамилия)