

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ставропольский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

|                                    |                                                                                                           |
|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Наименование дисциплины            | <b>Правила безопасности на занятиях физической культурой</b>                                              |
| Направление подготовки             | 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) |
| Направленность (Профиль)           | Б1.0.25 Реабилитационная (восстановительная) деятельность средствами физической культуры                  |
| Форма обучения                     | очная                                                                                                     |
| Год начала подготовки              | 2026                                                                                                      |
|                                    | 2                                                                                                         |
| Всего ЗЕТ                          |                                                                                                           |
| Всего часов                        | 72                                                                                                        |
| Из них                             |                                                                                                           |
| Контактная работа по видам занятий | 40                                                                                                        |
| лекции                             | 10                                                                                                        |
| практические занятия               | 26                                                                                                        |
| контроль самостоятельной работы    | 4                                                                                                         |
| Самостоятельная работа             | 32                                                                                                        |
| Промежуточная аттестация:          |                                                                                                           |
| зачет 3 семестр                    |                                                                                                           |

г. Ставрополь, 2026 г.

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – формирование компетенций, в области правил безопасности на занятиях физической культурой для решения профессиональных задач. Программа разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02, утвержденным приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 № 942.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Правила безопасности на занятиях физической культурой» ОПОП относится к базовым дисциплинам у студентов, её изучение осуществляется в 3 семестре.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, сформированные на предыдущем уровне образования.

Знания, умения и навыки, полученные при изучении данной дисциплины необходимы для освоения БВДД в АФК, организации и проведения АФК, комплексной реабилитации больных и инвалидов, а также для успешного прохождения учебной и производственной практик.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Результаты освоения дисциплины сформулированы в соответствии с профессиональными стандартами:

– Профессиональный стандарт 05.004 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 07.08.2025 № 482н)

| Коды и содержание индикаторов компетенции                                                                            | Планируемые результаты обучения (дескрипторы)                                                                           |                                                                                                                                   |                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                      | Знать                                                                                                                   | Уметь                                                                                                                             | Владеть навыками                                                                                                                         |
| ОПК-14. Способен обеспечивать соблюдение ТБ (ТБ), профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь      |                                                                                                                         |                                                                                                                                   |                                                                                                                                          |
| ОПК-14.1<br>Обеспечивает соблюдение ТБ (ТБ) и профилактику травматизма на занятиях по адаптивной физической культуре | Методы и средства обеспечивающие соблюдение ТБ и профилактику травматизма на занятиях по адаптивной физической культуре | Применять методы и средства обеспечивающие соблюдение ТБ и профилактику травматизма на занятиях по адаптивной физической культуре | Владеть навыками методов и средств обеспечивающих соблюдение ТБ и профилактику травматизма на занятиях по адаптивной физической культуре |

|                                                                                                                                        |                                                                                                                                |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-14.2 Владеет навыками оказания первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований | Методы и средства оказания первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований | Применять методы, средства и навыки оказания первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований | Владеть навыками методы и средства оказания первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

| Се-<br>-<br>ме-<br>стр | Наименование<br>разделов дисциплины                                                                                                                                                                                              | Контактная аудиторная работа<br>обучающихся с преподавателем в<br>часах, в том числе |                                            |                                                     |                                    |                                                      | Самостоятельная<br>работа, в том числе<br>консультации |                                                          |                                                                                               |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        |                                                                                                                                                                                                                                  | Лек-<br>ции                                                                          | Пра-<br>ктич-<br>ески<br>е<br>заня-<br>тия | Се-<br>ми-<br>на-<br>рск-<br>ие<br>зан-<br>яти<br>я | Лаб-<br>орн-<br>ые<br>зан-<br>ятия | Клини-<br>ческие<br>практи-<br>ческие<br>заняти<br>я | Контро-<br>ль<br>самост-<br>оательн-<br>ой<br>работы   | Гру-<br>пи-<br>пов-<br>ые<br>конс-<br>ульт-<br>ац-<br>ии | Самостоя-<br>тельная<br>работа, в<br>том<br>числе<br>индивиду-<br>альные<br>консульт-<br>ации |
| 3                      | Раздел 1. Организация и содержание мер обеспечивающих соблюдение ТБ и профилактику травматизма на занятиях по АФК и оказание первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований | 10                                                                                   |                                            |                                                     |                                    |                                                      | 2                                                      |                                                          | 12                                                                                            |

|  |                                                                                                                                           |                   |           |    |  |  |           |  |    |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------|----|--|--|-----------|--|----|
|  | Раздел 2. Обеспечение соблюдения ТБ и профилактику травматизма на занятиях по адаптивной физической культуре                              |                   | 8         |    |  |  | 1         |  | 10 |
|  | Раздел 3. Применение навыков оказания первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований |                   | 18        |    |  |  | 1         |  | 10 |
|  | Промежуточная аттестация: зачет                                                                                                           |                   |           |    |  |  |           |  |    |
|  | Итого по дисциплине:                                                                                                                      |                   | 10        | 26 |  |  | 4         |  | 32 |
|  | <b>Часов 72</b>                                                                                                                           | <b>Зач. ед. 2</b> | 36        |    |  |  | 36        |  |    |
|  | Объём профессиональной практической подготовки                                                                                            |                   | 0 час/ 0% |    |  |  | 0 час/ 0% |  |    |
|  | Объём профессионально направленной подготовки                                                                                             |                   | 36 час/ % |    |  |  | 32 час/ % |  |    |

## 5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

### 5.1. Содержание разделов дисциплины

| Код индикатора компетенции | Наименование разделов                                                                                                                                                           | Краткое содержание разделов и тем                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>3 семестр</i>           |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| ОПК- 14.1.<br>ОПК- 14.2.   | Раздел 1. Организация и содержание мер обеспечивающих соблюдение ТБ и профилактику травматизма на занятиях по АФК и оказание первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, | Тема. ТБ и профилактика травматизма и оказание первой доврачебной помощи в неотложных состояниях на занятиях АФК, тренировках и соревнованиях .<br>ТБ и профилактика травматизма в системе адаптивной физической культуры. Организация обеспечения ТБ и профилактики травматизма в адаптивной физической |

|          |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          | возникающих в процессе тренировок и соревнований                                                             | <p>культуре. Система мер безопасности и профилактики травматизма.</p> <p>Роль и значение ТБ и профилактики травматизма на занятиях АФК. Гигиенические требования на занятиях по АФК как профилактика травматизма и соблюдение мер безопасности. Меры безопасности при работе на и со спортивным инвентарем. Инструктаж по мерам безопасности и профилактике травматизма.</p> <p>ТБ и профилактику травматизма на занятиях по АФК в закрытых помещениях: игровые, гимнастические, тренажерные, для единоборств залы, тир, закрытые плавательные бассейны, легкоатлетические манежи и т.д.</p> <p>ТБ и профилактику травматизма на занятиях по АФК в открытых помещениях: корты, стрельбища, стадионы, площадки для занятий спортом различных направлений (городки, йогой, спортивными играми и т.д.).</p> <p>Организация доврачебной помощи. Методы, средства и способы доврачебной помощи.</p> <p>Классификация травм. Подручное оборудование для доврачебной помощи.</p> <p>Оказание доврачебной помощи при различных видах травм и состояний занимающихся (обморок, эпилепсия, предобморочное состояние, потеря ориентации и т.д.).</p> <p>Актуальность оказания доврачебной помощи.</p> <p>Ответственность за оказание и неоказания доврачебной помощи.</p> |
| ОПК-14.1 | Раздел 2. Обеспечение соблюдения ТБ и профилактику травматизма на занятиях по адаптивной физической культуре | <p>Тема. ТБ и профилактика травматизма на занятиях АФК.</p> <p>Требования мер безопасности и профилактика травматизма на занятиях АФК:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовка перед началом занятий (проверка исправности спортивного инвентаря и его установка);</li> <li>- проверка гигиены помещения (проходимость вентиляция, объем воздуха, освещение, температурный режим спортивного сооружения);</li> <li>- проверка форма одежды занимающегося;</li> <li>- опрос по самочувствию занимающихся на начало занятий;</li> <li>- организация и проведение занятий в соответствии с гигиеническими, анатомическими, физиологическими</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|           |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|           |                                                                                                                                           | <p>особенностями занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильная подача команд;</li> <li>- поддержание дисциплины на высоком уровне (до занятий, в процессе и после занятия на спортивном сооружении);</li> <li>- не допускать опозданий на занятия;</li> <li>- осуществлять оперативный контроль за самочувствием занимающихся в процессе занятия;</li> <li>- учитывать подготовленность занимающихся (группу здоровья, тренированность, физические качества, спортивное мастерство);</li> <li>- проведение инструктажа по мерам безопасности на занятиях АФК;</li> <li>- знание страховок и самостраховок и умение их применить;</li> </ul> |
| ОПК-14.2. | Раздел 3. Применение навыков оказания первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований | <p>Тема. Оказания первой доврачебной помощи в неотложных состояниях на тренировках и соревнованиях. Организация доврачебной помощи. Методы, средства и способы доврачебной помощи. Классификация травм. Подручное оборудование для доврачебной помощи. Актуальность оказания доврачебной помощи.</p> <p>Оказание доврачебной помощи при различных видах травм и состояний занимающихся (обморок, эпилепсия, предобморочное состояние, потеря ориентации и т.д.). Актуальность оказания доврачебной помощи. Ответственность за оказание и неоказания доврачебной помощи.</p>                                                                                         |

## 5.2. Лекции

| № Раздела | Наименование занятий | Кол-во часов | Перечень учебных вопросов | Форма проведения | Практическая подготовка (ПП/ПНП) |
|-----------|----------------------|--------------|---------------------------|------------------|----------------------------------|
| 3 семестр |                      |              |                           |                  |                                  |

|    |                                                                             |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |     |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|--|
| 1. | Тема 1.<br>Вводная лекция по ТБ и профилактике травматизма на занятиях АФК. | 2 | <p>1.Общее представления о ТБ и профилактике травматизма на занятиях АФК.</p> <p>2. ТБ и профилактика травматизма в системе АФК.</p> <p>3.Организация обеспечения ТБ и профилактики травматизма в АФК.</p> <p>4. Система мер безопасности и профилактики травматизма.</p> <p>5. Роль и значение мер безопасности и профилактики травматизма на занятиях АФК.</p> <p>6. Гигиенические требования к спортивным сооружениям.</p> <p>7. Нормативные документы РФ по ТБ.</p> <p>8. Правила поведения обучающихся до начало занятий, во время занятий и после занятий в раздевалках и залах.</p> <p>9. Основные причины травматизма и их профилактика.</p> <p>10.Правила поведения в чрезвычайных ситуациях.</p> | ОФО |  |
| 1. | Тема 2.<br>Подготовка и проведение занятий АФК                              | 2 | <p>1.Профилактические меры до начало занятий АФК (осмотр спортивного сооружения на соответствие с гигиеническими требованиями, подготовка и проверка инвентаря).</p> <p>2. Внешний осмотр занимающихся на кожных покровов (сыпь, бледность, повышенной возбудимости, апатии и т.д.), нарушения формы одежды для допуска к занятиям.</p> <p>3. Краткий инструктаж по ТБ на занятии.</p> <p>4.Организация и проведение занятия с соблюдением ТБ.</p> <p>5.Оперативный контроль во время занятий.</p> <p>6.Подача правильных команд и поддержания высокого уровня дисциплины на занятиях.</p> <p>7.Страховки и самостраховки на занятиях АФК.</p>                                                             | ОФО |  |

|    |                                                                                          |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |     |  |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|--|
| 1. | Тема 3.<br>Вводная лекция по оказание первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, | 2  | 1.Доврачебная помощь<br>2.Ответственность за оказание и не оказании доврачебной помощи.<br>3.Актуальность оказания доврачебной помощи.<br>4.Доврачебная помощь и ее организация.<br>5.Что такое травма, классификация травм.<br>6.Обморок и предобморочное состояние причины и последствия.<br>7.Содержание аптечки для оказания доврачебной помощи.<br>8.Подручное оборудование для оказания доврачебной помощи.                                                          | ОФО |  |
| 1. | Тема 4.<br>Предварительная диагностика травмы и состояний занимающегося.                 | 2  | 1.Классификация травм.<br>2.Открытые, закрытые, макротравмы или микротравмы.<br>3.Степень тяжести травмы.<br>4. Симптомы травм и состояний.<br>-повреждение кожных покровов;<br>-травмы опорно-двигательного аппарата;<br>-обморок; коллапсе;<br>-тепловой удар;<br>-обморожение;<br>-ожог;<br>-электрический удар;<br>-потеря сознания;<br>-черепно-мозговая травма(сотрясение мозга).<br>-при асфиксии<br>-кровотечении;<br>-эпилептическом приступе;<br>-переутомлении. | ОФО |  |
| 1. | Тема 5<br>Оказание доврачебной помощи.                                                   | 2  | 1.Средства оказания доврачебной помощи.<br>2. Методы оказания доврачебной помощи.<br>3.Доврачебная помощь при травмах и состояниях.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ОФО |  |
|    | Всего часов                                                                              | 10 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |     |  |

### 5.3. Семинары

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

### 5.4. Лабораторные занятия

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом



## 5.5. Практические занятия

| № раздела                                                                                                     | Наименование занятия                                                    | Кол-во часов | Перечень учебных вопросов                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Форма проведения | Практическая подготовка (ПП/ ПНП) |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------|
| Раздел 2.Обеспечение соблюдения ТБ и профилактику травматизма на занятиях по адаптивной физической культуре . |                                                                         |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                  |                                   |
| 2                                                                                                             | Тема 1.<br>Подготовка к проведению занятий.                             | 4            | 1.Проверка спортивного сооружения на соблюдения гигиенических норм:<br>-спортивные залы различных видов спорта в помещениях;<br>-открытые спортивные залы различных видов спорта;<br>-бассейны закрытые и открытые.<br>2.Проверка наличия и исправности спортивного инвентаря.<br>3.Расстановка спортивных снарядов. | ОФО              | ПНП                               |
| 2                                                                                                             | Тема 2.<br>Инструктаж по ТБ и профилактика травматизма на занятиях АФК. | 2            | 1.Содержание инструктажа в различных спортивных сооружениях и видов спорта.<br>2. Документация по ТБ.<br>3. Сроки и место проведение инструктажа по ТБ.                                                                                                                                                              |                  |                                   |
| 2                                                                                                             | Тема 3.<br>Проведение занятия АФК                                       | 4            | 1.ТБ до начала занятий (меры безопасности в раздевалках, зале);<br>2.ТБ и профилактика травматизма на подготовительной занятии<br>3. ТБ и профилактика травматизма основной части занятии.<br>4. ТБ и профилактика травматизма заключительной части занятии.<br>5.ТБ и профилактика травматизма после занятия.       |                  |                                   |

|                                                                                                                                           |                                                                             |   |                                                                                                                                      |     |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
|                                                                                                                                           |                                                                             |   |                                                                                                                                      |     |     |
| Раздел 3. Применение навыков оказания первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований |                                                                             |   |                                                                                                                                      |     |     |
| 3                                                                                                                                         | Тема 1.<br>Первые действия преподавателя при получении травмы занимающегося | 2 | 1.Определить вид и тяжесть полученной травмы.<br>2. Составить. при-мерный план действий.                                             | ОФО | ПНП |
| 3                                                                                                                                         | Тема 2.<br>Диагностика травмы и состояния                                   | 6 | 1.Симптомы травм и состояний.<br>2.Диагностика травм и состояний.<br>3.                                                              | ОФО | ПНП |
| 3                                                                                                                                         | Тема 3.<br>оказания первой доврачебной помощи                               | 8 | 1.Средства первой помощи.<br>2.Определение способа оказания помощи.<br>3.Оказание первой доврачебной помощи при травмах и состояний. | ОФО | ПНП |

### 5.6. Клинические практические занятия

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом.

### 5.7. Самостоятельная работа обучающихся

| Наименование темы дисциплины | Вид самостоятельной внеаудиторной работы обучающихся / контроль самостоятельной работы | Оценочное средство  | Кол-во часов/ кол-во час на ПНП+ ПП | Код индикатора компетенции |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------------|----------------------------|
| P1.Тема 1.                   | Подготовка к собеседованию.                                                            | Собеседование       | 2/-                                 | ОПК -14.1.                 |
| P1.Тема 2.                   | Подготовка к собеседованию.                                                            | Собеседование       | 2/-                                 | ОПК -14.1.                 |
| P1.Тема 3.                   | Подготовка к собеседованию.                                                            | Собеседование       | 2/-                                 | ОПК- 14.2.                 |
| P1.Тема 4.                   | Подготовка к собеседованию.                                                            | Собеседование       | 2/-                                 | ОПК- 14.2.                 |
| P1.Тема 5.                   | Подготовка к собеседованию.                                                            | Собеседование       | 4/-                                 | ОПК- 14.2.                 |
| P2.Тема 1.                   | Подготовка к дискуссии (ПНП)                                                           | Вопросы к дискуссии | 4/-                                 | ОПК -14.1.                 |
| P2.Тема 2.                   | Подготовка к дискуссии (ПНП)                                                           | Вопросы к дискуссии | 2/-                                 | ОПК- 14.1.                 |

|                                 |                              |                     |       |            |
|---------------------------------|------------------------------|---------------------|-------|------------|
| Р2.Тема 3.                      | Подготовка к дискуссии (ПНП) | Вопросы к дискуссии | 4/-   | ОПК- 14.1. |
| Р3.Тема 1.                      | Подготовка к дискуссии (ПНП) | Вопросы к дискуссии | 2/-   | ОПК -14.2. |
| Р3.Тема 2.                      | Подготовка к дискуссии (ПНП) | Вопросы к дискуссии | 4/-   | ОПК- 14.2. |
| Р3.Тема 3.                      | Подготовка к дискуссии (ПНП) | Вопросы к дискуссии | 4/-   | ОПК- 14.2. |
| Промежуточная аттестация: зачет |                              |                     |       |            |
| <b>Всего часов</b>              |                              |                     | 32/32 |            |

#### **6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

1. Лекционный материал по дисциплине «Правила безопасности на занятиях физической культурой»
2. Методические рекомендации к практическим занятиям по дисциплине «Правила безопасности на занятиях физической культурой».
3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по дисциплине «Правила безопасности на занятиях физической культурой».

#### **7. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

##### **7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы**

| Код компетенции | Индикаторы | Семестр | Этап формирования |
|-----------------|------------|---------|-------------------|
| ОПК 14          | ОПК 14.1.  | 3       | начальный         |
|                 | ОПК 14.2.  | 3       | начальный         |

##### **7.2 Описание показателей, критериев и шкал оценивания компетенций**

#### **Компетенция ОПК-14:**

Способен обеспечивать соблюдение ТБ, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

**Индикатор ОПК-14.1.** - Обеспечивает соблюдение ТБ и профилактику травматизма на занятиях по адаптивной физической культуре;

| Оцениваемый результат (дескрипторы) |                                                                                          | Критерии оценивания                                                                             | Процедура оценивания                               |                          |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------|
|                                     |                                                                                          |                                                                                                 | Текущий контроль                                   | Промежуточная аттестация |
| Знает                               | Методы и средства обеспечивающие соблюдение ТБ и профилактику травматизма на занятиях по | Описывает методы и средства обеспечивающие соблюдение ТБ и профилактику травматизма на занятиях | Собеседование<br>Дискуссии<br>Практическое задание | Собеседование            |

|                                        |                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |                                                    |               |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------|
|                                        | адаптивной физической культуре                                                                                                           | по адаптивной физической культуре                                                                                                   |                                                    |               |
| У<br>ме<br>ет                          | Применять методы и средства обеспечивающие соблюдение ТБ и профилактику травматизма на занятиях по адаптивной физической культуре        | Применять методы и средства обеспечивающие соблюдение ТБ и профилактику травматизма на занятиях по адаптивной физической культуре   | Собеседование<br>Дискуссии<br>Практическое задание | Собеседование |
| Вла<br>де<br>ет<br>на<br>вы<br>ко<br>м | Владеть навыками методов и средств обеспечивающих соблюдение ТБ и профилактику травматизма на занятиях по адаптивной физической культуре | Проведение занятий по АФК в соответствии с требованиями ТБ и профилактики травматизма на занятиях по адаптивной физической культуре | Собеседование<br>Дискуссии<br>Практическое задание | Собеседование |

**Индикатор** ОПК-14.2. - Владеет навыками оказания первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований

| Оцениваемый результат<br>(дескрипторы) |                                                                                                                                                  | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                  | Процедура оценивания                               |                          |
|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------|
|                                        |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                      | Текущий контроль                                   | Промежуточная аттестация |
| Зна<br>ет                              | Методы и средства оказания первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований                   | Знание методов и средства оказания первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований.                                                                                              | Собеседование<br>Дискуссии<br>Практическое задание | Собеседование            |
| У<br>ме<br>ет                          | Применять методы, средства и навыки оказания первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований | Самостоятельно оценить ситуацию, определить полученное повреждение в соответствие с квалификацией травм и умение оказать первую доврачебную помощь в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований оказать | Собеседование<br>Дискуссии<br>Практическое задание | Собеседование            |

|                                                                                                                                |                                                                                                                                                                              |                                                    |               |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------|--|
|                                                                                                                                |                                                                                                                                                                              | ПОМОЩЬ.                                            |               |  |
| Владение навыками оказания первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований | Владение навыками оценки ситуации, знания квалификации травмы и оказания первой доврачебной помощи в неотложных состояниях, возникающих в процессе тренировок и соревнований | Собеседование<br>Дискуссии<br>Практическое задание | Собеседование |  |

### Описание шкал оценивания

В рамках балльно-рейтинговой системы успеваемость студентов по каждой дисциплине оценивается в ходе текущего контроля и промежуточной аттестации. Максимально возможный балл за текущий контроль устанавливается равным 5 баллов. Рейтинговый балл за работу в семестре формируется как среднее арифметическое за все виды работ обучающихся, предусмотренных рабочей программой дисциплины.

Рейтинговый балл, выставляемый студенту, фиксируется в специальной ведомости и доводится до сведения студентов.

### Шкала пересчета баллов по дисциплине при промежуточной форме аттестации по дисциплине зачет 3 семестр

| Балл          | Оценка       | Уровень сформированности компетенции |
|---------------|--------------|--------------------------------------|
| от 4,5 до 5,0 | «зачтено»    | Высокий                              |
| от 3,5 до 4,4 | «зачтено»    | Средний                              |
| от 2,5 до 3,4 | «зачтено»    | Пороговый                            |
| менее 2,5     | «не зачтено» | Минимальный                          |

Зачет выставляется по результатам работы в семестре обучения, при сдаче всех контрольных мероприятий, предусмотренным текущим контролем успеваемости. Процедура зачета как отдельное мероприятие не проводится, оценивание знаний происходит по результатам текущего контроля.

Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если теоретическое содержание дисциплины освоено полностью, обучающийся строит ответ на уровне самостоятельного мышления, грамотно и логично излагает изученный материал, не затрудняется с ответом, делает обоснованные выводы и заключения, свободно применяет теоретические знания при решении практических задач;

Оценка «хорошо» ставится обучающемуся, если он строит ответ на уровне самостоятельного мышления, грамотно и логично излагает изученный материал, однако допускает отдельные неточности и пробелы в знаниях, свободно применяет теоретические знания при решении практических задач;

Оценка «удовлетворительно» ставится обучающемуся, усвоившему только базовую часть программного материала, при ответе допускает неточности, материал излагает непоследовательно, затрудняется применить теоретические знания при решении практической задачи, допускает ошибки, которые исправляет с помощью преподавателя;

Оценка «неудовлетворительно» ставится обучающемуся, который не способен продемонстрировать знания теоретического материала, допускает существенные ошибки при изложении учебного материала, при ответе подменяет теоретическую аргументацию рассуждениями обыденно-бытового характера. В ответе допускает грубые ошибки, которые не может исправить даже с помощью преподавателя.

### **7.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

#### **Перечень практических навыков:**

1. Организация ТБ на занятиях (ТБ) АФК.
2. Инструктаж по ТБ.
2. Документация по ТБ.
3. Проведение инструктажа по ТБ.
4. Предварительный осмотр спортивного сооружения и инвентаря на соблюдение мер безопасности и исправности.
5. Проверка спортивного сооружения и инвентаря на соответствии гигиеническим требованиям.
6. Требования ТБ и профилактики травматизма перед началом в процессе проведения и после занятий.
7. Важность подачи своевременных правильных команд и поддержания высокого уровня дисциплины на занятиях.
8. Требования ТБ и профилактике травматизма к составлению плана-конспекта занятия АФК.
9. Что и почему необходимо учитывать при подготовке к занятиям АФК в целях профилактики травматизма и выполнение требований ТБ,.
10. Страховки и самостраховки на занятиях АФК.
11. Определить повреждение согласно классификации травм.
12. Применения методов доврачебной помощи.
13. Применение средств и способов доврачебной помощи.
14. Содержание аптечки для оказания доврачебной помощи.
15. Подручное оборудование используемое для оказания доврачебной помощи.
16. Оказание доврачебной помощи при различных видах травм.
17. Признаки переутомления.
18. Признаки предобморочного состояния.
19. Оказание доврачебной помощи при различных состояниях занимающихся (обморок, эпилепсия, предобморочное состояние, потеря ориентации и т.д.)
20. Действия тренера (преподавателя) до оказания доврачебной помощи и после.

#### **Вопросы для проверки уровня теоретической подготовки обучающегося:**

1. Что такое меры безопасности на занятиях физической культурой и тренировках.
2. Что такое профилактика травматизма.
3. Основные причины травматизма.
4. Правила поведения обучающихся до начала занятий в раздевалках и залах.
5. Требования к внешнему виду занимающихся
6. Допуск к занятиям по АФК.
7. Правила поведения на занятиях АФК.
8. Регулировка нагрузки.
9. Контроль за состоянием занимающихся АФК до в процессе занятий АФК и после.

10. Содержание инструктажа по мерам безопасности.
11. Соблюдение санитарно-гигиенических условий (раздевалки, туалет, душ);
12. Особые нормы комплектования учебных групп.
13. Конституция РФ, гарантирующая право человека на безопасные для него образование и труд;
14. Закон РФ «О физической культуре и спорте в РФ», от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ (ред. 02.08.2019);
15. Закон РФ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ;
16. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 декабря 2010 г. № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
17. Строительные нормы и правила: (СНиП II-65,73; СНиП II-М.3-68 и СНиП II-Л.11-70);
18. Правил по безопасности занятий по физической культуре и спорту в общеобразовательном учреждении
19. Производственная санитария
20. Гигиена труда
21. Что такое травма ?
22. Травмы (открытые, закрытые, макротравмы или микротравмы).
23. Легкие травмы.
24. Средние травмы.
25. Тяжелые травмы.
26. Повреждения кожных покровов.
27. Травмы опорно-двигательного аппарата
28. Обморок
29. Солнечный удар
30. Обморожение
31. Основными причинами возникновения травм на занятиях физической культурой и спортом являются (перечислить).
32. Охарактеризовать основные причины возникновения травм на занятиях физической культурой и спортом являются.
33. Факторы, влияющие на травматизм
34. Требования безопасности в аварийных ситуациях (травма, самочувствие, чрезвычайная ситуация)
35. Первая медицинская помощь.
36. Доврачебная помощь.
37. Врачебная неотложная помощь.
38. Специализированная медицинская помощь.
39. Доврачебная помощь при обмороках, коллапсе.
40. Доврачебная помощь при **асфиксии**.
41. Доврачебная помощь **эпилептический приступ**
43. **Рана** (определение , виды, доврачебная помощь)
44. **Сотрясение головного мозга** (определение , симптомы, доврачебная помощь)
45. Растяжение связок (определение, степень травмы и симптомы, доврачебная помощь)
46. Вывихи (определение , симптомы, доврачебная помощь)
47. Переломы (определение , симптомы, доврачебная помощь)
48. Кровотечение (определение, первичная, вторичная врачебная помощь).
49. Перегревание (определение , симптомы, доврачебная помощь)
50. Утопление, дать определение, характеристики, доврачебная помощь (**истинное, асфиктическое и синкопальное**)
51. Обморожение (определение , симптомы, степень, доврачебная помощь)
52. Ожоги (определение, симптомы, виды, степень, доврачебная помощь)

53. **Внешние факторы** травматизма на занятиях АФК  
 54. **Внутренние факторы** травматизма на занятиях АФК  
 55. Основные мероприятия по профилактике травматизма

**7.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Промежуточная аттестация проводится по окончании 3 семестра обучения и включает оценку практических навыков и собеседование.

Итоговое собеседование проводится с использованием компьютерных программ или письменно. Итоговое собеседование состоит не менее, чем из 50 вопросов и заданий. Оценка за тестирование зависит от доли правильных ответов:

- менее 70 % - «не зачтено»;
- 71 и более % - «зачтено».

Итоговое собеседование и его передача проводятся по графику, утвержденному заведующим кафедрой.

**8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

**8.1 Основная литература**

| Печатные издания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Электронные издания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. 1.Евлентьева А. А. Спортивная медицина / А. А. Евлентьева, И. М. Джолиев // Молодежь и наука. 2022. № 10. С. 22-25.</p> <p>2. Коломыцева А. С. Спортивный травматизм и первая медицинская помощь при травмах и ушибах / А. С. Коломыцева // Образование. Наука. Производство. Белгород, 2022. С. 310-313.</p> <p>3. Инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на предприятиях Российской Федерации (ЛД-25.1)<br/> <b>Год издания:</b> 2024<br/> <b>Автор(-ы):</b> Дежурный Л.И., Неудахин Г.В.<br/> <b>Область изучения:</b> я литература по ОТ и ТБ<br/> <b>Код:</b> ЛД-25.1</p> <p>4. Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник для среднего профессионального</p> | <p>1. Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 308 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16822-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/531847">https://urait.ru/bcode/531847</a></p> <p>2. Безопасности на занятиях : учебно-методическое пособие по дисциплине "Физическая культура и спорт" / Д.Г. Сидоров, В.М. Шукин; Министерство образования и науки Российской Федерации, Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет. – Нижний Новгород : ННГАСУ, 2024. – 1 CD ROM. – Текст : электронный.</p> <p>3. Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания Рубцова Н.О., Рубцов А.В., Лань, Год издания: 2024 года.<br/>         Сидоров, Д.Г. Техника</p> <p>4. Профилактика травматизма и ТБ на занятиях физической культурой и спортом: методические указания : методические указания / Е. Н. Волков, Е. Г. Козлова, Н. В. Михайлова, Н. Б. Соколова. — Вологда : ВГМХА им. Н.В. Верещагина, 2025. — 37 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/518956">https://e.lanbook.com/book/518956</a> (дата обращения: 23.06.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.</p> |



|                                                                                                                                                                                                                   |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>образования /<br/>Е. А. Стеблецов,<br/>А. И. Григорьев,<br/>О. А. Григорьев. —<br/>Москва : Издательство<br/>Юрайт, 2023. — 308 с. —<br/>(Профессиональное<br/>образование). —<br/>ISBN 978-5-534-16822-8.</p> |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

## 8.2 Дополнительная литература

| Печатные издания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Электронные издания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Положение о расследовании и учете несчастных случаев на производстве: Постановление Минтруда и соцразвития РФ №73 от 24.10 2002 г.</p> <p>1. Андриянова Е. Ю. Спортивная медицина. М.: Юрайт, 2023. 342 с.</p> <p>2. Бегидова Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры. М.: Юрайт, 2023. 182 с.</p> <p>3. Безопасность жизнедеятельности для направлений "Физическая культура" и "Спорт" Авторы: Карпов В.Ю., Шарагин В.И., Пряникова Н.Г. УЗ автора: Российский государственный социальный университет Вид издания: Учебное пособие Уровень образования: Бакалавриат. 2024 год издания.</p> <p>4. «Оказание первичной доврачебной медико-санитарной помощи при неотложных и экстремальных состояниях» под ред. И. П. Левчука. 2-е изд., перераб. и доп. Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2023. – 288 с. Охватывает широкий круг вопросов: от основ реаниматологии до медицины катастроф и организации помощи в чрезвычайных ситуациях.</p> | <p>1. Первая медицинская и доврачебная помощь Оскретков В.И. 2025 КноРус</p> <p>2. Доврачебная помощь при неотложных состояниях<br/>Чуваков Г.И., Ваганова Н.А., Вебер В.Р. и др. 2023<br/>Юрайт</p> <p>3. Доврачебная помощь при неотложных состояниях (для вузов)<br/>Вебер В.Р., Чуваков Г.И., Лапотников В.А. и др. 2026<br/>Юрайт</p> <p>4. Доврачебная помощь<br/>Игнатенко Г.А., Колесников А.Н., Дубовая А.В. и др. 2022<br/>ГЭОТАР-Медиа / Консультант студента</p> <p>5. Неотложная доврачебная медицинская помощь<br/>Красильникова И.М., Моисеева Е.Г. 2024<br/>ГЭОТАР-Медиа / Консультант студента</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>5. «Оказание доврачебной медицинской помощи при неотложных и экстренных состояниях» В. А. Кадыков, Е. М. Мохов, А. М. Морозов. 3-е изд., перераб. и доп. Москва: Юрайт, 2024. – 244 с. Включает информацию о мероприятиях неотложной помощи при различных заболеваниях и травмах.</p> <p>6. «Оказание первой помощи» под ред. В. А. Кулганова и др. Москва: КноРус, 2024. – 367 с. Учебник для немедицинских специальностей. Раскрывает правовые основы, алгоритмы оказания помощи при угрожающих жизни состояниях и вопросы безопасности</p> |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

## 9. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, ЭБС

1. <https://www.books-up.ru/> Большая медицинская библиотека (БМБ)
1. [www.e.lanbook.com](http://www.e.lanbook.com) ЭБС ЛАНЬ
2. <https://biblioclub.ru/> ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
3. [www.studentlibrary.ru](http://www.studentlibrary.ru) ЭБС «Консультант студента»

## 10. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

| Наименование                                                   | Договор                         |
|----------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Сервис проверки уникальности текста                            | Договор № 170/ЭТ от 11.08.2025  |
| 1С: Университет Проф                                           | Договор № 27 от 30.04.2014      |
| kaspersky endpoint security                                    | Контракт № 189/ЭТ от 25.08.2025 |
| Архиватор 7-zip                                                | Бесплатный                      |
| Adobe Acrobat Reader DC                                        | Бесплатный                      |
| Astra Linux Common Edition                                     | Договор № 199/ЭТ от 12.09.2023  |
| 1С: Электронное обучение. Корпоративный университет            | Договор № 78/ЭТ от 06.06.2022   |
| 1С: Электронное обучение. Веб-кабинет преподавателя и студента | Договор № 78/ЭТ от 06.06.2022   |
| Консультант Плюс                                               | Контракт 303/ЭТ от 16.12.2025   |

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

Помещения для проведения учебных занятий в университете, соответствующие действующим санитарно-гигиеническим, противопожарным правилам и нормам

| Адрес               | Наименование аудитории,<br>№ аудитории                                                                                                                                  | Перечень оборудования                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ул. Тухачевского, 2 | Аудитория для проведения занятий семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры Ауд. 4 | Игровой спортивный зал оснащенный в соответствии с требованиями безопасности к местам проведения учебного процесса и инвентарю. Тренажеры, оборудование, муляжи: Антенны волейбольные на сетку. Барьер легкоатлетический регулируемый. Воланы для бадминтона. Граната для метания тренировочная. Борцовские маты 2*1*0,1м. Коврик гимнастический. Колодка стартовая стальная тренировочная. Комплекс волейбольных антенн. Конус тренировочный. Конус тренировочный (фишки) Мат. 1x2 (синий/желтый) Медбол TORRES 3 кг. Мостик гимнастический подкидной усиленный. Мяч баскетбольный. Мяч баскетбольный звенящий. Мяч волейбольный. Мяч для метания Мяч минифутбол. Мяч настольного тенниса. Мяч набивной масса 2 кг. Мяч футбольный. Мяч футбольный звенящий. Мяч футзальный. Насос для мячей. Обруч гимнастический. Палочка эстафетная. Ракетка бадминтонная. Ракетка теннисная. Сетка баскетбольная. Сетка волейбольная. Скакалка резиновая. Стойка волейбольная. Стойка для прыжков в высоту. Стойки бадминтонные передвижные, пара ГЛАВСПОРТ. Ядро тренировочное. Бревно напольное. Кольцо амортизационное. Мяч для голбола звенящий. Перекладина для подтягивания высокая. Платформа для прыжков в длину. Поддерживающая конструкция для защитных щитов. Скамья для наклонов вперед. Щит заградительный. Стол для настольного тенниса. Дротики. Мишень для дартс. |
| ул. Тухачевского, 2 | Аудитория для проведения занятий семинарского типа, Физического воспитания и адаптивной физической культуры Ауд. 5                                                      | Фитнес-зал спортивно-оздоровительного комплекса оснащенный: Тренажеры, оборудование, муляжи: Бодибар. Гантели. Гиря пластиковая. Коврик гимнастический. Министеппер с комп. FR543-8101V Мяч для атлетических                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|                     |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     |                                                                                                                                                                                | <p>упраж. 2 кг Мяч для атлетических упраж. 3 кг Палка гимнастическая деревянная. Резинка для фитнеса – комплект съемных эспандеров, с ручками S-605. Стойка для бодибара на 8 шт. Стойка для гантелей на 8 пар. Утяжелители для ног Starfit WT-401 1 кг. Утяжелители для ног Starfit WT-401 1.5 кг. Беговая дорожка электрическая. Larsen TM 8460C. Контактная платформа для сгибания рук в упоре. Перекладина для подтягивания низкая. Лабораторное оборудование: Ростомер РМ 1 Диакомс. Весы напольные электронные.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| ул. Тухачевского, 2 | <p>Аудитория для проведения занятий семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации кафедры Физического воспитания и адаптивной физической культуры Ауд. 4</p> | <p>Тренажерный зал оснащенный в соответствии с требованиями безопасности к местам проведения учебного процесса и инвентарю. Тренажеры, оборудование, муляжи: Гантели разборные Starfit. Гиря Титан вес 16кг. Гиря Титан вес 24кг. Гиря пластиковая. Гиря, масса 24кг, диаметр корпуса 210мм, высота 280мм, диаметр ручки 35мм. Гриф, 20 кг, диаметр 50мм. Гриф для штанги Премиум. Гриф для штанги Премиум ПРО+ на диам 50 мм. Гриф для штанги Хоум. Диск для силовых тренировок Iron-King Star (5 кг 50мм). Коврик гимнастический. Мяч набивной масса 1.5 кг. Пояс атлетический кожаный Starfit. Стойка с брусьями «Классик». Эспандер кистевой. Тренажер «Классик». Тренажер «Римский стул». Эллиптический тренажер НВ-8189 ELL. Велотренажер. Велоэллипсоид Larsen .Мультистанция двухсторонняя 518 CF. Велотренажер Магнит. Скамья для пресса DFC. Homegym D6610. Станина для горизонтального жима лежа с набором атлетических дисков. Стойка брусья и пресс. Скамейка наклонная универсальная. Тренажер универсальный верхняя и нижняя тяга. Тренажер для сгибания и разгибания ног. Тренажер для жима ногами. Тренажер для жима от груди. Тренажер для сведения и разведения груди. Скамья горизонтальная. Стойка для приседания. Скамья с регулируемой спинкой и сиденьем.</p> |

|                     |                                                                                             |                                                                                                                                  |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ул. Тухачевского, 2 | Уличная спортивная площадка кафедры Физического воспитания и адаптивной физической культуры | Огороженная спортивная площадка 1000м2 с резиновым рулонным покрытием оснащенная: футбольными воротами с сеткой                  |
| ул. Тухачевского, 2 | Уличная спортивная площадка кафедры Физического воспитания и адаптивной физической культуры | Открытая спортивная площадка 450м2 оснащенная: Стойки для волейбола. Баскетбольные стойки. Амортизационные баскетбольные кольца. |

Помещения оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Рабочая программа дисциплины «Правила безопасности на занятиях физической культурой»:

Разработана и обсуждена  
на заседании кафедры «Физического воспитания и адаптивной  
физической культуры», зав. кафедрой

Марченко А.А.

Согласована и рекомендована к использованию в образовательном процессе для обучающихся по  
направлению подготовки 49.03.02 Адаптивная физическая культура (уровень бакалавриата) 2026  
года набора очной формы обучения 27.05.2026

Руководитель ОПОП ВО

Тарасова О.Ю.

Декан факультета гуманитарного  
и медико-биологического  
образования

Герасименко И.Н.