

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Демченко Альберт Михайлович  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 04.06.2026 15:19:04  
Уникальный программный ключ:  
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)**

Кафедра Социально-гуманитарных, педагогических и естественных наук

УТВЕРЖДАЮ:  
Проректор по УВР  
к.п.н., доцент Фендель Т.В.  
\_\_\_\_\_

«30» \_\_\_\_\_ апреля \_\_\_\_\_ 2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Информационные технологии в физической культуре и спорте (Б1.О.11)**

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм</i>
<b>Направленность (профиль) программы бакалавриата</b>	<i>«Спортивно-оздоровительный туризм»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>бакалавр</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2026</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 2 семестр заочная: 3 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачетных единиц: 2 часов: 72</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>зачет</i>

Разработчик рабочей программы:  
\_\_\_\_\_  
Трегубова С.Н., к.п.н.,  
доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры СГПиЕН  
Протокол от «14» \_\_\_\_\_ апреля \_\_\_\_\_ 2026 г.  
№19

Рабочая программа одобрена на заседании УМС  
Протокол от «16» \_\_\_\_\_ апреля \_\_\_\_\_ 2026 г.  
№9

## 1 Цель и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся компетенций использования компьютерной техники, компьютерных программ для планирования учебного и тренировочного процессов, учета выполняемых тренировочных нагрузок, контроля за состоянием занимающихся, корректировки тренировочного процесса, решения других профессиональных задач с применением информационных технологий.

### 1.2 Задачи дисциплины

- сформировать у будущих бакалавров базовые теоретические знания в области информации, технических и программных средств реализации информационных процессов, локальных и глобальных сетей, технологий защиты информации;
- сформировать приемы работы с персональным компьютером для реализации информационных процессов в конкретных программных средах;
- ознакомить с информационными технологиями, предназначенными для сопровождения исследований;
- сформировать навыки применения полученных знаний в практической деятельности.

## 2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Информационные технологии в физической культуре и спорте» относится к обязательной части блока «Дисциплины».

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Процесс изучения дисциплины «Информационные технологии в физической культуре и спорте» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.	<b>УК-1.1 Знает</b> основы системного подхода; последовательность и требования к осуществлению поисковой и аналитической деятельности для решения поставленных задач. <b>УК-1.2 Умеет</b> анализировать и систематизировать, и синтезировать информацию, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности. <b>УК-1.3 Владеет</b> навыками поиска информации и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений.
ОПК-16 Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности.	<b>ОПК-16.1 Знает</b> принципы работы современных информационных технологий. <b>ОПК-16.2 Умеет</b> использовать современные информационные технологии для решения задач профессиональной деятельности. <b>ОПК-16.3 Владеет</b> навыками использования современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности.

### 3 Объем дисциплины и виды учебной работы

#### 3.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		2 семестр	Всего
1	Контактная работа	48	48
1.1	Занятия лекционного типа	6	6
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	42/0	42/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	24/0	24/0
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	72	72
		<i>в академических часах</i>	
		<i>в зачетных единицах</i>	2

#### 3.2 Объем дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		3 семестр	Всего
1	Контактная работа	10	10
1.1	Занятия лекционного типа	2	2
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	8/0	8/0
2	Самостоятельная работа / в том числе контрольная работа и подготовка к промежуточной аттестации	62/19	62/19
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	72	72
		<i>в академических часах</i>	
		<i>в зачетных единицах</i>	2

### 4 Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение № 1 к рабочей программе дисциплины.

### 5 Структура и содержание дисциплины

#### 5.1 Модульный тематический план

##### 5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

№ раздела, темы	Разделы, темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	в т.ч. в форме практической подготовки		
<b>1</b>	<b>Раздел Основные сведения о принципах построения информационных технологий</b>					
1.1	Информация и технические средства реализации информационных процессов	2	2	0	4	8
1.2	Программное обеспечение общего и специального назначения	0	2	0	4	6
1.3	Компьютерные коммуникации	0	2	0	4	6
1.4	Средства и методы защиты информации	0	2	0	4	6
<b>2</b>	<b>Раздел Применение информационных технологий в физической культуре и спорте</b>					

2.1	Информационные технологии в физической культуре и спорте, в практике спортивной тренировки	2	28	0	4	34
2.2	Мониторинг физического развития и физических кондиций занимающихся физической культурой	2	6	0	4	12
Итого:		6	42	0	24	72

### 5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

№ раздела, темы	Разделы и темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
			всего	в т.ч. в форме практической подготовки		
<b>1</b>	<b>Раздел Основные сведения о принципах построения информационных технологий</b>					
1.1	Информация и технические средства реализации информационных процессов	2	0	0	6	8
1.2	Программное обеспечение общего и специального назначения	0	2	0	8	10
1.3	Компьютерные коммуникации	0	0	0	12	12
1.4	Средства и методы защиты информации	0	0	0	12	12
<b>2</b>	<b>Раздел Применение информационных технологий в физической культуре и спорте</b>					
2.1	Информационные технологии в физической культуре и спорте, в практике спортивной тренировки.	0	4	0	12	16
2.2	Мониторинг физического развития и физических кондиций занимающихся физической культурой	0	2	0	12	14
Итого:		2	8	0	62	72

Особенности проведения занятий, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья отражены в Положении об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

### 5.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

#### 5.2.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

№ раздела, темы	Содержание
<b>1</b>	<b>Раздел Основные сведения о принципах построения информационных технологий</b>
1.1	<i>Тема Информация и технические средства реализации информационных процессов</i> Занятие лекционного типа 1. Информационные технологии. Понятие информационных технологий. Свойства информационных технологий. Процесс формирования информационного общества. Этапы развития информационных технологий. Понятие об информационной культуре. Программное обеспечение общего и специального назначения
	Занятие семинарского типа (семинар) 1. Этапы развития информационных технологий. Роль информационных технологий в современном обществе. Классификация и применение информационных технологий в физической культуре.
	Самостоятельная работа: Организация безопасной работы с компьютерной техникой. Эргономика рабочего места. Аппаратное обеспечение персонального компьютера. Освоение основных понятий, связанных с персональным компьютером. Операционные системы. Использование утилит для обслуживания персонального компьютера.
1.2	<i>Тема Программное обеспечение общего и специального назначения</i> Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2. Программное обеспечение общего и специального назначения. Установка и настройка ОС и Office. Организация электронного

	<p>документооборота.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Аппаратно-техническое и программное обеспечение информационных технологий. Основные виды обеспечения вычислительной системы. Сетевое оборудование. Виды программного обеспечения. Освоение общих команд и функций программ пакета MS Office.</p>
1.3	<p style="text-align: center;"><i>Тема Компьютерные коммуникации</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар, практическое занятие) 3.</i> Электронные коммуникации в профессиональной деятельности. Создание простейшей веб-страницы с использованием языка HTML. Создание списков в HTML-документе. Разработка веб-сайта с использованием системы управления контентом сайта</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> ЛВС, топология, виды ЛВС. Коммутационные узлы ЛВС. Протоколы ЛВС. Сетевые сервисы и сетевые стандарты. Сетевые технологии обработки данных.</p>
1.4	<p style="text-align: center;"><i>Тема Средства и методы защиты информации</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 4.</i> Основные положения информационной безопасности. Обеспечение информационной безопасности при работе с приложениями MS Office. Защита от несанкционированных изменений данных в документах MS Office.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Домашнее задание: компьютерная безопасность. Виды угроз информации. Системы защиты и этапы их разработки. Сущность криптографической защиты. Криптография. Особенности защиты информации в сетях. Классификация вирусов. Технологии антивирусной защиты. Безопасность электронной почты и Интернет. Применение антивирусных программ для противодействия вирусам (DrWeb, AVP). Организация «контент контроля» при работе обучающихся с информацией в интернете. Настройка браузеров для защиты от вредоносного контента в интернете.</p>
<b>2</b>	<b>Раздел Применение информационных технологий в физической культуре и спорте</b>
2.1	<p style="text-align: center;"><i>Тема Информационные технологии в физической культуре и спорте, в практике спортивной тренировки</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Мониторинг и автоматизированные методы диагностики физического состояния человека. Автоматизированное рабочее место специалиста по физической культуре, адаптивному физическому воспитанию. Информационная среда образовательного учреждения.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 5-6.</i> Технологии анализа данных, представленных таблично. Организация модели в виде списков. Применение формы при работе со списками.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 7-8.</i> Анализ данных на основе их сортировки. Выбор данных из списка методами фильтрации.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 9-11.</i> Применение электронных таблиц (MS Excel) для автоматизации расчетов (Табель учета рабочего времени). Создание формул. Форматирование.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 12-13.</i> Применение электронных таблиц (MS Excel) для автоматизации расчетов оценки физического развития обучающихся (Президентские состязания)</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 14-15.</i> Применение электронных таблиц (MSExcel) для организации деятельности в физической культуре и спорте.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 16-18.</i> Применение технических средств обучения в физической культуре и спорте. Мультимедиа.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Домашнее задание: применение информационных технологий в физической культуре. Обслуживание спортивных сооружений с использованием информационных технологий.</p>
2.2	<p style="text-align: center;"><i>Тема Мониторинг физического развития и физических кондиций занимающихся физической культурой</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Мониторинг и автоматизированные методы диагностики физического состояния человека. Автоматизированное рабочее место специалиста по физической культуре. Информационная среда образовательного учреждения.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 19.</i> Математический анализ данных. Оценка физической работоспособности обучающихся.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 20.</i> Статистические показатели информационно-коммуникационной компетенции учителя физической культуры.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 21.</i> Оценка информационно-коммуникационной компетенции учителя физической культуры.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Организация мониторинга физического развития учащихся с</p>

использованием информационных технологий. Мониторинг физического развития учащихся района. Организация районных соревнований «Президентских состязаний» с использованием информационных технологий.

## 5.2.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (заочная форма обучения)

№ раздела, темы	Содержание
<b>1</b>	<b>Раздел Основные сведения о принципах построения информационных технологий</b>
	<i>Тема Информация и технические средства реализации информационных процессов</i>
1.1	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Информационные технологии. Понятие информационных технологий. Свойства информационных технологий. Процесс формирования информационного общества. Этапы развития информационных технологий. Понятие об информационной культуре. Программное обеспечение общего и специального назначения <i>Самостоятельная работа:</i> Этапы развития информационных технологий. Роль информационных технологий в современном обществе. Классификация и применение информационных технологий в физической культуре.
	<i>Тема Программное обеспечение общего и специального назначения</i>
1.2	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Программное обеспечение общего и специального назначения. Установка и настройка ОС и Office. Организация электронного документооборота. <i>Самостоятельная работа:</i> Делопроизводство педагога, тренера-преподавателя, научного работника, студента. Научно-исследовательская, организационная и управленческая деятельность в физической культуре. <i>Самостоятельная работа:</i> Технологии работы с текстовыми документами большого объема. Представление информации в презентациях.
1.3	<i>Тема Компьютерные коммуникации</i> <i>Самостоятельная работа:</i> Электронные коммуникации в профессиональной деятельности.
1.4	<i>Тема Средства и методы защиты информации</i> <i>Самостоятельная работа:</i> Компьютерная безопасность. Виды угроз информации. Системы защиты и этапы их разработки. Особенности защиты информации в сетях. Классификация вирусов. Технологии антивирусной защиты. Безопасность электронной почты и Интернет.
<b>2</b>	<b>Раздел Применение информационных технологий в физической культуре и спорте</b>
	<i>Тема Информационные технологии в физической культуре и спорте, в практике спортивной тренировки</i>
2.1	<i>Занятие семинарского типа (семинар) 2.</i> Применение электронных таблиц (MS Excel) для автоматизации расчетов (Табель учета рабочего времени). Создание формул. Форматирование. <i>Занятие семинарского типа (семинар) 3.</i> Применение информационных технологий для организации соревнований. <i>Самостоятельная работа:</i> Информационные технологии в физической культуре и спорте, в практике спортивной тренировки. Классификация регистрирующих устройств и тренажеров. <i>Самостоятельная работа:</i> Применение информационных технологий в физической культуре.
	<i>Тема Мониторинг физического развития и физических кондиций занимающихся физической культурой</i>
2.2	<i>Занятие семинарского типа (семинар) 4.</i> Статистические показатели физической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом. <i>Самостоятельная работа:</i> Мониторинг и автоматизированные методы диагностики физического состояния человека. Автоматизированное рабочее место специалиста по физической культуре. Информационная среда образовательного учреждения. <i>Самостоятельная работа:</i> Организация мониторинга физического развития учащихся с использованием информационных технологий.

## 6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 6.1 Рекомендуемая литература

#### 6.1.1 Обязательная литература

1. Петров, П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте : учебное пособие / П. К. Петров. — 2-е изд. — Саратов : Вузовское образование, 2024. — 377 с. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/142077.html>.

#### 6.1.2 Дополнительная литература

2. Беляев, М. А. Информационные технологии в физической культуре и спорте : учебное пособие / М.А. Беляев. – Краснодар : КГУФКСТ, 2007. – 124 с. – 1 экз.
3. Воронов, И. А. Информационные технологии в физической культуре и спорте : учебно-методическое пособие / И.А. Воронов – Санкт-Петербург : Издательство СПб ГУП, 2005. – 80 с. — URL: [http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=0182\\_informacionnye\\_tehnologii\\_v\\_fkis\\_\(1588-Uh\).pdf&reserved=0182\\_informacionnye\\_tehnologii\\_v\\_fkis\\_\(1588-Uh\)](http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Download.asp?type=2&filename=0182_informacionnye_tehnologii_v_fkis_(1588-Uh).pdf&reserved=0182_informacionnye_tehnologii_v_fkis_(1588-Uh)).
4. Информационные технологии в физической культуре и спорте : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020. — 174 с. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95400.html>.
5. Курило, Ю. А. Практикум по информационным технологиям в физической культуре : практикум для обучающихся высших учебных заведений / Ю. А. Курило, С. В. Федулова. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2023. — 93 с. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/138868.html>.
6. Неверкович, С. Д. Интерактивные технологии подготовки кадров в сфере физической культуры / С. Д. Неверкович, Е. В. Быстрицкая, Р. У. Арифудинова. — Москва : Издательство «Спорт», 2018. — 288 с. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/77237.html>.
7. Петров, П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте : учебник / П. К. Петров. – Москва : Академия, 2013. – 288 с. – 5 экз.
8. Петров, П. К., Ахмедзянов, Э. Р. Практикум по информационным технологиям в физической культуре и спорте : практикум / П. К. Петров, Э. Р. Ахмедзянов, О. Б. Дмитриев. – Ижевск : УдГУ, 2009 – 316 с. – 2 экз.

### 6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

#### 6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

№ п.п.	Наименование программного продукта
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Kaspersky Endpoint Security 12
2.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
3.	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
4.	Astra Linux Special Edition
5.	СПС Гарант
6.	MOODL
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
7.	Яндекс Браузер
8.	Kinovea
9.	STDUViewer
10.	MAX
11.	VLC
12.	PDF 24

#### 6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

	Электронно-библиотечные системы	Ссылка на ресурс
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	<a href="http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp">http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp</a>
2.	Электронно-библиотечная система «IPR SMART»	<a href="https://www.iprbookshop.ru/">https://www.iprbookshop.ru/</a>

3.	Федеральный портал «Российское образование» [электронный ресурс]	<a href="https://edu.ru/">https://edu.ru/</a>
----	---	---

### 7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

<i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся</i>	<i>Оборудование и технические средства обучения</i>
аудитория № 208 учебная аудитория для проведения учебных занятий  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: проектор, ноутбук, компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.
аудитория № 248 учебная аудитория для проведения учебных занятий  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, акустическая система.
аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.