

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Оренбургский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации  
ФГБОУ ВО ОГМУ Минздрава России

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

ФГБОУ ВО ОГМУ Минздрава России

Т.В. Чернышева

« 18 » \_\_\_\_\_ 2022 г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине «Адаптивная физическая культура и спорт инвалидов»

## Разработчики рабочей программы

1. Ермакова Марина Аркадьевна
2. Кокорева Надежда Викторовна
3. Матвеева Светлана Ивановна

| 1. Трудоёмкость дисциплины        |                                     |
|-----------------------------------|-------------------------------------|
| №                                 | Часы                                |
| Виды образовательной деятельности | Общая трудоёмкость (в часах) 328,00 |

### 2. Цели и задачи дисциплины

#### Цель

Коррекция физического развития обучающихся с ограничениями жизнедеятельности и здоровья, реабилитация двигательных функций организма.

#### Задачи

1. Повышение интереса обучающихся к занятиям спортом
2. Создание положительной динамики в состоянии и укреплении здоровья обучающихся
3. Адаптация организма обучающихся к физическим нагрузкам
4. Прививать знания и обучать практическим навыкам использования нетрадиционных средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья
5. Вырабатывать у обучающихся ценностные установки на качественное применение средств и методов физической культуры как неотъемлемого компонента здорового образа жизни, фактора общекультурного развития и овладения профессией врача - лечебника

### 3. Место дисциплины в структуре ООП

#### 4. Требования к результатам освоения дисциплины

| № | Индекс | Компетенция   | Уровень сформированности | Дескриптор | Описание                                   | Формы контроля                   |
|---|--------|---|--------------------------|------------|--|----------------------------------|
| 1 | УК-7   | Способен поддерживать должный уровень физической подготовки | Базовый                  | Знать      | Влияние оздоровительных систем физического | контрольная работа; устный опрос |

|  | для обеспечения социальной и профессиональной деятельности | Базовый Продвинутый |         | воспитания на укрепление здоровья.  |   |
|--|--|---------------------|---------|---|---|
|  |  |                     | Уметь   | Составлять и выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры.  | контроль выполнения практического задания; прием контрольных нормативов |
|  |  |                     | Знать   | Основы техники оздоровительного бега и скандинавской ходьбы; разновидности стретчинга; основы методики дыхательной гимнастики и йоги; виды самомассажа; правила игры в шахматы и шашки. | контрольная работа; устный опрос  |
|  |  |                     | Уметь   | Уметь контролировать и регулировать функциональное, психоэмоциональное состояние организма при выполнении физических упражнений.  | контроль выполнения практического задания; прием контрольных нормативов |
|  |  |                     | Владеть | Средствами, методами, приемами, методиками адаптивной физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.                                       | прием контрольных упражнений  |

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

| № п/п | Наименование модуля дисциплины | Трудоемкость модуля |      | Содержание модуля |
|-------|--------------------------------|---------------------|------|-------------------|
|       |                                | з.е.                | часы |                   |

|    |   |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
|----|---|-------|--------|---|---|--|---|--|---|--|---|---|---|---|---|---|---|--|---|--|---|--|----|--|----|---|----|--|----|--|----|---|----|--|----|---|----|---|----|---|----|--|
| 1  | Общая физическая подготовка - адаптивные формы и виды   | 04,00 | 144,00 | <table><tr><td>1</td><td>Инструктаж по технике безопасности. Обучение технике скандинавской ходьбы.</td></tr><tr><td>2</td><td>Совершенствование техники скандинавской ходьбы. Развитие выносливости.</td></tr><tr><td>3</td><td>Обучение технике бега. Развитие ловкости, быстроты и выносливости.</td></tr><tr><td>4</td><td>Совершенствование техники бега. Развитие выносливости и скоростных качеств.</td></tr><tr><td>5</td><td>Разучивание комплекса упражнений статического стретчинга.</td></tr><tr><td>6</td><td>Совершенствование комплекса упражнений статического стретчинга.</td></tr><tr><td>7</td><td>Разучивание комплекса упражнений динамического стретчинга.</td></tr><tr><td>8</td><td>Совершенствование комплекса упражнений динамического стретчинга.</td></tr><tr><td>9</td><td>Разучивание комплекса упражнений баллистического стретчинга.</td></tr><tr><td>10</td><td>Совершенствование комплекса упражнений баллистического стретчинга.</td></tr><tr><td>11</td><td>Инструктаж по технике безопасности. Обучение технике обще развивающих упражнений у гимнастической стенки.</td></tr><tr><td>12</td><td>Совершенствование техники обще развивающих упражнений у гимнастической стенки.</td></tr><tr><td>13</td><td>Обучение технике ОРУ на гимнастической скамейке.</td></tr><tr><td>14</td><td>Совершенствование техники ОРУ на гимнастической скамейке.</td></tr><tr><td>15</td><td>Обучение простейшим приемам самомассажа.</td></tr><tr><td>16</td><td>Совершенствование простейших приемов самомассажа.</td></tr><tr><td>17</td><td>Закрепление простейших приемов самомассажа.</td></tr><tr><td>18</td><td>Обучение элементам расслабления, улучшение координации.</td></tr><tr><td>19</td><td>Совершенствование элементов расслабления, улучшение координации.</td></tr></table> | 1 | Инструктаж по технике безопасности. Обучение технике скандинавской ходьбы. | 2 | Совершенствование техники скандинавской ходьбы. Развитие выносливости. | 3 | Обучение технике бега. Развитие ловкости, быстроты и выносливости. | 4 | Совершенствование техники бега. Развитие выносливости и скоростных качеств. | 5 | Разучивание комплекса упражнений статического стретчинга. | 6 | Совершенствование комплекса упражнений статического стретчинга. | 7 | Разучивание комплекса упражнений динамического стретчинга. | 8 | Совершенствование комплекса упражнений динамического стретчинга. | 9 | Разучивание комплекса упражнений баллистического стретчинга. | 10 | Совершенствование комплекса упражнений баллистического стретчинга. | 11 | Инструктаж по технике безопасности. Обучение технике обще развивающих упражнений у гимнастической стенки. | 12 | Совершенствование техники обще развивающих упражнений у гимнастической стенки. | 13 | Обучение технике ОРУ на гимнастической скамейке. | 14 | Совершенствование техники ОРУ на гимнастической скамейке. | 15 | Обучение простейшим приемам самомассажа. | 16 | Совершенствование простейших приемов самомассажа. | 17 | Закрепление простейших приемов самомассажа. | 18 | Обучение элементам расслабления, улучшение координации. | 19 | Совершенствование элементов расслабления, улучшение координации. |
| 1  | Инструктаж по технике безопасности. Обучение технике скандинавской ходьбы.                                |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 2  | Совершенствование техники скандинавской ходьбы. Развитие выносливости.                                    |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 3  | Обучение технике бега. Развитие ловкости, быстроты и выносливости.  |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 4  | Совершенствование техники бега. Развитие выносливости и скоростных качеств.                               |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 5  | Разучивание комплекса упражнений статического стретчинга.   |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 6  | Совершенствование комплекса упражнений статического стретчинга.   |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 7  | Разучивание комплекса упражнений динамического стретчинга.  |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 8  | Совершенствование комплекса упражнений динамического стретчинга.  |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 9  | Разучивание комплекса упражнений баллистического стретчинга.  |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 10 | Совершенствование комплекса упражнений баллистического стретчинга.  |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 11 | Инструктаж по технике безопасности. Обучение технике обще развивающих упражнений у гимнастической стенки. |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 12 | Совершенствование техники обще развивающих упражнений у гимнастической стенки.                            |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 13 | Обучение технике ОРУ на гимнастической скамейке.  |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 14 | Совершенствование техники ОРУ на гимнастической скамейке.   |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 15 | Обучение простейшим приемам самомассажа.  |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 16 | Совершенствование простейших приемов самомассажа.   |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 17 | Закрепление простейших приемов самомассажа.   |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 18 | Обучение элементам расслабления, улучшение координации.   |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |
| 19 | Совершенствование элементов расслабления, улучшение координации.  |       |        |   |   |  |   |  |   |  |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |   |  |    |  |    |   |    |  |    |  |    |   |    |  |    |   |    |   |    |   |    |  |



|   |                      |       |       |    |   |
|---|----------------------|-------|-------|----|---|
|   |                      |       |       | 20 | Обучение комплексу упражнений при избыточном весе.  |
|   |                      |       |       | 21 | Совершенствование комплекса упражнений при избыточном весе.   |
|   |                      |       |       | 22 | Обучение технике упражнений на укрепление мышц бедра.   |
|   |                      |       |       | 23 | Совершенствование техники упражнений на укрепление мышц бедра.  |
|   |                      |       |       | 24 | Обучение технике упражнений для брюшного пресса.  |
|   |                      |       |       | 25 | Совершенствование техники упражнений для брюшного пресса.   |
|   |                      |       |       | 26 | Обучение и совершенствование техники упражнений для мышц спины.   |
|   |                      |       |       | 27 | Выполнение контрольного упражнения.   |
|   |                      |       |       | 28 | Прием контрольных нормативов.   |
| 2 | Учебно-тренировочный | 02,00 | 72,00 | 1  | Инструктаж по технике безопасности. Дыхательная гимнастика.   |
|   |                      |       |       | 2  | Дыхательная гимнастика.   |
|   |                      |       |       | 3  | Совершенствование техники скандинавской ходьбы.   |
|   |                      |       |       | 4  | Совершенствование техники бега.   |
|   |                      |       |       | 5  | Обучение технике упражнений на координацию.   |
|   |                      |       |       | 6  | Совершенствование техники упражнений на координацию.  |
|   |                      |       |       | 7  | Йога  |
|   |                      |       |       | 8  | Инструктаж по технике безопасности. Волейбол. Верхняя подача (попасть в поле). С учетом нозологии обучающегося. |
|   |                      |       |       | 9  | Баскетбол. Стойки, перемещения.   |
|   |                      |       |       | 10 | Броски по кольцу.   |
|   |                      |       |       | 11 | Настольный теннис. Стойки, перемещения.   |
|   |                      |       |       | 12 | Способы удерживания ракетки. Игра открытой и закрытой ракеткой.   |
|   |                      |       |       | 13 | Виды подачи в настольном теннисе.   |
|   |                      |       |       | 14 | Имитация перемещения у стола в 3-хметровой зоне в стойке теннисиста.  |
|   |                      |       |       | 15 | Выполнение контрольного упражнения.   |

|   |  |       |       |    |  |
|---|--|-------|-------|----|--|
|   |  |       |       | 16 | Прием контрольных нормативов.  |
| 3 | Интеллектуальные игры                          | 02,00 | 72,00 | 1  | Инструктаж по технике безопасности. Шахматные фигуры и их начальная расстановка. |
|   |  |       |       | 2  | Ходы и взятие фигур.   |
|   |  |       |       | 3  | Игра всеми фигурами с начального положения.                                      |
|   |  |       |       | 4  | Шахматная партия. Три стадии шахматной партии.                                   |
|   |  |       |       | 5  | Шахматы. Анализ и оценка позиции.  |
|   |  |       |       | 6  | Шахматная комбинация.  |
|   |  |       |       | 7  | Шашки. Правила игры. Турнирная дисциплина.                                       |
|   |  |       |       | 8  | Анализ и самоанализ шахматных партий.  |
|   |  |       |       | 9  | Разбор типовых позиций.  |
|   |  |       |       | 10 | Подготовка и проведение интеллектуальной игры «Своя игра».                       |
|   |  |       |       | 11 | Подготовка и проведение интеллектуальной игры «Что? Где? Когда?».                |
|   |  |       |       | 12 | Выполнение контрольного упражнения.  |
|   |  |       |       | 13 | Прием контрольных нормативов.  |
| 4 | Оценка функционального и физического состояния | 01,11 | 40,00 | 1  | Инструктаж по технике безопасности. Функциональные пробы.                        |
|   |  |       |       | 2  | Психомоциональное состояние. Оценка уровня депрессии.                            |
|   |  |       |       | 3  | Выполнение контрольного упражнения.  |
|   |  |       |       | 4  | Прием контрольных нормативов.  |

#### 6. Перечень учебно-методического обеспечения по дисциплине (модулю)

##### 7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

##### 8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

###### Основная литература

1. Ростомашвили Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Ростомашвили Л.Н.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2020.— 164 с.— Режим доступа: <http://www.irpbookshop.ru/88510.html>.— ЭБС «IPRbooks»
2. Кузнецов И.А. Прикладная физическая культура для студентов специальных медицинских групп [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Кузнецов И.А., Бузов А.Э., Качанов И.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019.— 154 с.— Режим доступа: <http://www.irpbookshop.ru/79436.html>.— ЭБС «IPRbooks»

#### Дополнительная литература

1. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования [Электронный ресурс]: практикум/ — Электрон. текстовые данные. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2017. — 95 с. — Режим доступа: <http://www.irbbooksbor.ru/69041.html>. — ЭБС «IPRbooks»
2. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие/ М.С. Эммерт [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Омский государственный технический университет, 2017. — 112 с. — Режим доступа: <http://www.irbbooksbor.ru/78446.html>. — ЭБС «IPRbooks»
3. Татарова С.Ю. Физическая культура как один из аспектов составляющих здоровый образ жизни студентов [Электронный ресурс]/ Татарова С.Ю., Татаров В.Б. — Электрон. текстовые данные. — М.: Научный консультант, 2017. — 211 с. — Режим доступа: <http://www.irbbooksbor.ru/75150.html>. — ЭБС «IPRbooks»
4. Глазина Т.А. Учебная физическая культура. Практикум для студентов специальной медицинской группы [Электронный ресурс]: учебное пособие / Глазина Т.А., Кабышева М.И. — Электрон. текстовые данные. — Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. — 125 с. — Режим доступа: <http://www.irbbooksbor.ru/78782.html>. - ЭБС «IPRbooks»
5. Учебная физическая культура при различных заболеваниях позвоночника у студентов специальной медицинской группы [Электронный ресурс]: учебное пособие/ В.Ф. Прядченко [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2018. — 90 с. — Режим доступа: <http://www.irbbooksbor.ru/100040.html>. — ЭБС «IPRbooks»

#### Программное обеспечение

1. Лицензионная операционная система Microsoft Windows
2. Лицензионный офисный пакет приложений Microsoft Office
3. Лицензионное антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security
4. Свободный пакет офисных приложений Apache OpenOffice

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы – Интернет ресурсы, отвечающие тематике дисциплины

1. Информационно-аналитическая система «SCIENCE INDEX» <https://elibrary.ru/>
2. «Электронная справочная правовая система. Консультант Плюс» <http://www.consultant.ru/>
3. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования <http://www.infosport.ru/press/fkycot>
4. Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту <http://www.trfk.infosport.ru>
5. Официальный сайт Министерства спорта и молодежной политики РФ - <http://minstm.gov.ru/>
6. Мобильные трекары



### Ресурсы библиотеки OrTMY

1. Внутренняя электронно-библиотечная система OrTMY <http://lib.orgma.ru/jirbis2/elektronnyj-katalog>
2. «Электронная библиотечная система. Консультант студента» <http://www.studmedlib.ru/>
3. «Электронно-библиотечная система. IRBooks» <http://www.irbookshop.ru>
4. «Консультант врача. Электронная медицинская библиотека» <http://www.gosmedlib.ru/>
5. «Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU» <https://elibrary.ru>

### 9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

| № | Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы   | Типы занятий  | Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы   |
|---|---|---|---|
| 1 | 460000, Оренбургская область, г.Оренбург, ул.Советская/ ул.М. Горького/ пер.Дмитриевский, 6/45/7, «Гиппократ», Спортивный зал | Практические занятия; Контроль самостоятельной работы | 180 посадочных мест. 1. Волейбольная площадка (2 стойки, сетка, вышка судьи с изменениями высоты для волейбола, 26 волейбольных мячей). 2. Мини-футбольная площадка (ворота – 2 шт., сетка д\ворот, 14 мячей). 3. Баскетбольная площадка (фермы баскетбольные Нудорplay Official, с эл.приводом изменения высоты – 2 шт., табло атаки (к-т 2 шт.); «Двадцатичетырехсекундник» баскетбол; табло спортивное унив., с бегушей стат.строкой, 15 мячей). 4. Стол для настольного тенниса – 2 шт., ракетки – 6 комплектов, мячи для настольного тенниса – 40 шт. 5. Маты гимнастические (2м*1,5м) – 10 шт., маты гимнастические (50см*1м) – 10 шт. 6. Гимнастические обручи – 40 шт. 7. Фитбольные мячи – 15 шт. 8. Скакалка – 30 шт. 9. Утяжелители для ног и рук – 20 комплектов. 10. Медицинбол – 30 шт. 11. Манишки – 100 шт. 12. Гимнастические палочки – 20 шт. 13. Эстафетные палочки – 2 комплекта (8 шт.). 14. Фипки – 1 комплект (50 шт.). 15. Музыкальный центр – 1 шт. 16. Гимнастические коврики – 10 шт. 17. Гранаты – 4 шт. (700 гр.), 4 шт. (500 гр.). 18. Канат – 2 шт. 19. Стойки для бадминтона – 4 шт., сетка – 2 шт., 12 комплектов ракеток. 20. Мишень для игры в дартс – 4 шт., дротики – 2 комплекта. 21. Площадка для гандбола (2 мяча). 22. |



|   |   |                      |   |
|---|---|----------------------|---|
|   |   |                      | <p>Палатка – 4 шт., 23. Гиря (16кг) – 5 шт. 24. Гиря (24кг) – 8 шт. 25. Насос – 4 шт. 26. Рюкзак – 3 шт. 29. 27. Сетка для мячей – 3 шт. 28. Шлем – 4 шт. 29. Шахматы королевские – 9 шт. 30. Часы шахматные – 6 шт. 31. Бита для лапты – 3 шт. 32. Секундомер – 5 шт. 33. Доска «Ларсен» (для плавания) - 20 шт. 34. Спальный мешок – 10 шт. 35. Пенка туристическая – 10 шт. 36. Карабин – 20шт.. 37. Веревка Аскан 10 мм - 200 (м). 38. Веревка Аскан 6 мм - 100 (м). 39. Комплект обвязки - 6 (комплт). 40. Мяч б/теннис - 13 (шт). 41. Мяч набивной 20 (шт). 42. Комплекты лыж - 120 шт. 43. Скамья гимнастическая - 3 шт.</p>   |
| 2 | <p>460000, Оренбургская область, г.Оренбург, ул.Советская/ ул.М. Горького/ пер,Дмитриевский, 6/45/7, «Гиппократ», Тренажерный зал, №107.3</p> | Практические занятия | <p>43 спортивных тренажера 2 пресс скамьи 2 стойки для блинов 9 грифов 1 стойка для грифов 1 стойка для хранения гантелей 6 ком. гантель с блинами (от 1.25 кг до 5 кг) Комплект блинов для олимпийского грифа (от 5 кг до 23 кг) Музыкальный центр Стенки с зеркалами (2х3м – 12 шт) 3 обруча Гимнастические коврики (5 шт) Гимнастические мячи (1 шт) Беговые дорожки (2 шт) Кроссотренер (3 шт) Велотренажер (3 шт) Велозргомметр (2 шт) Степпер (1 шт) Тренажер для скручивания туловища (1 шт) Тренажер для вращения туловища (2 шт) Комбинированный станок (1 шт) Скамья (2 шт) Тренажер для жима ногами (1 шт) Тренажер для сведения/разведения ног силы (2 шт) Тренажер для икроножных мышц (1 шт) Тренажер для разгибания ног (1 шт) Тренажер для икроножных мышц сидя (1 шт) Тренажер для усиления мышц нижней части тела (1 шт) Тренажер для ягодичных мышц (1 шт) Тренажер для жима от груди (1 шт) Тренажер для жима от груди (1 шт) Тренажер для жима от груди (1 шт) Тренажер для жима от груди (1 шт) Скамья олимпийская с углом вниз для жима (1 шт) Скамья олимпийская горизонтальная для жима (1 шт) Тренажер рычажной (1 шт) Тренажер для</p> |

|    |   |                                 |  |
|----|---|---------------------------------|--|
|    |   |                                 | верхней/нижней тяги (1 шт) Тренажер для тяги сверху (1 шт) Тренажер для жима от плеч (1 шт) Тренажер для грудной тяги (1 шт) Тренажер бицепс-машина (1 шт) Тренажер кроссовер (2 шт) Многофункциональная станция (1 шт) Рама для силовых тренировок (2 шт) Рама силовая (1 шт) |
| 3  | 460000, Оренбургская область, г. Оренбург, ул. Советская/ ул.М. Горького/ пер. Дмитриевский, 6/45/7, «Гиппократ», Конференц-зал, №109         | Контроль самостоятельной работы | Мультимедийный комплекс – видеопроектор, экран, ноутбук; учебная мебель на 30 посадочных мест; мебель для преподавателя.   |
| 4  | 460000, Оренбургская область, г. Оренбург, ул. Советская/ул. М. Горького/ пер. Дмитриевский, 6/45/7, учебный корпус №1, аудитория №212        | Самостоятельная работа          | 10 рабочих мест, обеспеченных ПК с подключением к сети Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.   |
| 5  | 460000, Оренбургская область, г. Оренбург, ул. Советская/ул. М. Горького/ пер. Дмитриевский, 6/45/7, учебный корпус №1, аудитория №319        | Самостоятельная работа          | 10 рабочих мест, обеспеченных ПК с подключением к сети Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.   |
| 6  | 460000, Оренбургская область, г. Оренбург, ул. Советская/ул. М. Горького/ пер. Дмитриевский, 6/45/7, учебный корпус №2, аудитория №202        | Самостоятельная работа          | 14 рабочих мест, обеспеченных ПК с подключением к сети Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.   |
| 7  | 460002, Оренбургская область, г. Оренбург, пр. Парковый, 7, учебный корпус №3, аудитория №253   | Самостоятельная работа          | 20 рабочих мест, обеспеченных ПК с подключением к сети Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.   |
| 8  | 460002, Оренбургская область, г. Оренбург, пр. Парковый, 7, учебный корпус №3, аудитория №259   | Самостоятельная работа          | 12 рабочих мест, обеспеченных ПК с подключением к сети Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.   |
| 9  | 460002, Оренбургская область, г. Оренбург, пр. Парковый, 7, учебный корпус №3, аудитория №128   | Самостоятельная работа          | 11 рабочих мест, обеспеченных ПК с подключением к сети Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.   |
| 10 | 460018, Оренбургская область, г. Оренбург, ул. Невельская, 26а, Клиника адаптационной медицины ФГБОУ ВО ОrlGMU Минздрава России, аудитория №6 | Самостоятельная работа          | 10 рабочих мест, обеспеченных ПК с подключением к сети Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.   |

