

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тверской государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации

\_\_ Кафедра физической культуры \_\_

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе



Л.А. Мурашова

1 марта 2023 г.

**Рабочая программа**  
**«Элективные дисциплины**  
**по физической культуре и спорту»**

для студентов 1-2 курсов,

специальность

31.05.03. Стоматология

форма обучения - очная

Рабочая программа дисциплины  
обсуждена на заседании кафедры  
20 января 2023 г., (протокол № 6)  
Зав. кафедрой В.Г. Осипов Осипов В.Г.

Подготовил:  
заведующий кафедрой,  
профессор Осипов В.Г.

Тверь, 2023

**I. Внешняя рецензия** дана доцентом факультета физической культуры Тверского государственного университета к.б.н., доцентом Папиным М.А.

**Рабочая программа рассмотрена** на заседании профильного методического совета «28» февраля 2023 г. (протокол № 4)

**Рабочая программа рекомендована к утверждению** на заседании центрального координационно-методического совета «16» марта 2023 г. (протокол № 7)

## II. Пояснительная записка

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по специальности 31.05.03 «Стоматология», с учётом рекомендаций основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) высшего образования.

### 1. Цель и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся универсальных компетенций для оказания квалифицированной медицинской помощи в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.

Задачи дисциплины:

1. Способствовать укреплению здоровья студентов средствами физической культуры.
2. Повышать и поддерживать на оптимальном уровне их физическую работоспособность.
3. Совершенствовать двигательные навыки, необходимые для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
4. Формировать у студентов устойчивую мотивацию к регулярным занятиям физической культурой.
5. Выбатывать у студентов ценностные установки на использование средств и методов физической культуры в своей дальнейшей профессиональной деятельности.

### 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Формируемая компетенция: УК-7	
Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
Индикатор достижений	Планируемые результаты обучения
<b>ИУК - 7.1</b> Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	<b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни</li><li>– возможности использования средств физической культуры в комплексе здоровьесберегающих технологий</li></ul> <b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– выбрать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни</li><li>– выбрать эффективный вариант двигательной активности с учетом физиологических особенностей организма</li></ul> <b>Владеть:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– навыками использования средств и методов физической</li></ul>

	культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
<p><b>ИУК - 7.2</b></p> <p>Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы сочетания физической и умственной нагрузки для нормального функционирования организма</li> <li>– принципы организации самостоятельных занятий физической культурой для поддержания должного уровня работоспособности организма</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– планировать свое рабочее и свободное время для эффективного поддержания здоровья и работоспособности</li> <li>– планировать оптимальное сочетание физической и умственной нагрузки для обеспечения полноценной работоспособности организма</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками планирования и выбора эффективных средств физической культуры для обеспечения должной работоспособности, с учетом внутренних и внешних условий реализации</li> </ul>
<p><b>ИУК - 7.3</b></p> <p>Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные элементы здорового образа жизни и их влияние на здоровье и работоспособность человека</li> <li>– нормы и правила реализации двигательной активности в виде: утренней гимнастики, производственной гимнастики, занятий физической культурой</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять нормы здорового образа жизни в социальной и профессиональной деятельности</li> <li>– пропагандировать двигательную активность как важнейший элемент здорового образа жизни</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками соблюдения и популяризации здорового образа жизни как важнейшего средства поддержания здоровья и работоспособности</li> </ul>

### 3. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» являются обязательными для освоения, не переводятся в з.е. и не включаются в объем программы специалитета.

Параллельные и последующие междисциплинарные взаимосвязи дисциплины «ЭД по физической культуре и спорту»:

1. Анатомия.
  - Опорно-двигательная система человека.
  - Биомеханические основы физических упражнений.
2. Нормальная физиология.
  - Возрастно-половые особенности развития основных физических

качеств и двигательных навыков.

— Физиологические закономерности спортивной тренировки.

### 3. Физическая культура и спорт.

— Использование средств и методов физической культуры для поддержания здоровья и физической работоспособности.

— Использование средств и методов физической культуры для развития и совершенствования физических качеств (сила, выносливость, быстрота, гибкость, ловкость).

— Способы и методы оценки физической работоспособности.

— Формирование у студентов мотивации и потребности в регулярных занятиях двигательной активностью.

### 4. Медицинская реабилитация.

— Использование средств физической культуры для укрепления, поддержания и восстановления здоровья и работоспособности человека.

— Теоретические и методические основы построения занятий оздоровительно-восстановительной физкультурой.

— Методы контроля и самоконтроля за состоянием организма при занятиях оздоровительно-восстановительной физкультурой.

## 5. Объём дисциплины

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту в объеме 220 часов реализуется в рамках:

— Элективных модулей в объеме 108 академических часов /контактная работа с преподавателем/.

— Самостоятельных занятий физической культурой и спортом в объеме – 112 часов.

## 5. Образовательные технологии

В процессе преподавания дисциплины используются следующие образовательные технологии, способы и методы формирования компетенций:

— учебно-тренировочное занятие, тренинг в парах и малых группах, мастер-класс, соревнования и турниры, физкультурно-массовые мероприятия, тренинг с общеразвивающими упражнениями, тренинг со специальными упражнениями.

## 6. Формы промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по элективной дисциплине «Физическая культура и спорт» проводится на кафедре неврологии, реабилитации и нейрохирургии в форме «зачета» в конце 6-го семестра обучения.

## III. Учебная программа дисциплины

### 1. Содержание дисциплины

Содержание элективной дисциплины «Физическая культура и спорт» построено таким образом, чтобы:

1. Обеспечить студентам разностороннюю физическую подготовку.
2. Дать студентам возможность совершенствоваться в определенном виде спорта.
3. Дать студентам навыки самостоятельных занятий физической культурой для поддержания здоровья и работоспособности.

1. Модуль «Волейбол» - 20 часа	
Тема 1.1.	Обучение и совершенствование техники верхней и нижней передачи мяча. Общефизическая подготовка.
Тема 1.2.	Обучение и совершенствование техники нижней и верхней подачи мяча. Общефизическая подготовка.
Тема 1.3.	Обучение и совершенствование тактике игровых действий на площадке. Общефизическая подготовка.
2. Модуль «Баскетбол» - 20 часа	
Тема 2.1.	Обучение и совершенствование техники приема и передачи мяча двумя руками. Общефизическая подготовка.
Тема 2.2.	Обучение и совершенствование техники ведения мяча и броска по кольцу. Общефизическая подготовка.
Тема 2.3.	Обучение и совершенствование тактики игровых действий на площадке. Общефизическая подготовка.
3. Модуль «Скандинавская ходьба» - 20 часа	
Тема 3.1.	Обучение и совершенствование технике скандинавской ходьбы. Общефизическая подготовка.
Тема 3.2.	Тренировка опорно-двигательного аппарата и кардиореспираторной системы средствами скандинавской ходьбы.
4. Модуль «Всероссийский комплекс ГТО» - 48 часа	
Тема 4.1.	Учебно-тренировочные занятия по программе испытаний Всероссийского комплекса ГТО
Тема 4.2.	Спортивно-массовые мероприятия по программе испытаний комплекса ГТО
Самостоятельная двигательная активность студентов - 112 часов	
Всего – 220 часа	

## 2. Учебно-тематический план дисциплины (в академических часах) и матрица компетенций\*

Коды (номера) модулей (разделов) дисциплины и тем	Контактная работа обучающихся с преподавателем			Всего часов на контактную работу	Самостоятельная работа студента	Итого часов	Формируемые компетенции		Используемые образовательные технологии, способы и методы обучения	Формы текущего, в т.ч. рубежного контроля успеваемости
	Лекции	Практические занятия	Зачет				УК 7			
Модуль 1										
1.1.		6		6	6	12	+		У-Т, МК, То,Тс	ЭлТ
1.2.		6		6	6	12	+		У-Т, МК, То,Тс	ЭлТ
1.3.		8		8	6	14	+		У-Т, МГ, С	Пр, Т
Модуль 2										
2.1.		6		6	6	12	+		У-Т, МК, То,Тс	ЭлТ
2.2.		6		6	6	12	+		У-Т, МК, То,Тс	ЭлТ
2.3.		8		8	6	14	+		У-Т, МГ, С	Пр, Т
Модуль 3										
3.1.		10		10	10	20	+		У-Т, МК, То,Тс	ЭлТ
3.2.		10		10	10	20	+		У-Т, МГ, С	Пр, Т
Модуль 4										
4.1.		30		30	24	54	+		У-Т, МК, То,Тс	ЭлТ
4.2.		18		18	32	50	+		У-Т, МГ, С	Пр, Т
<b>ИТОГО:</b>		<b>108</b>		<b>108</b>	<b>112</b>	<b>220</b>				

#### Список сокращений.

- Образовательные технологии, способы и методы обучения: учебно-тренировочное занятие (У-Т), тренинг в парах и малых группах (МГ), мастер-класс (МК), соревнования и турниры (С), физкультурно-массовые мероприятия (Ф-М), тренинг с общеразвивающими упражнениями (То), тренинг со специальными упражнениями (Тс).
- Формы текущего и рубежного контроля: тестовые задания (Т), элементы техники видов спорта (ЭлТ), практические навыки (Пр), балльно-накопительная система (БНС).

### **IV. Фонд оценочных средств для контроля уровня сформированности компетенций (Приложение № 1)**

#### **1. Оценочные средства для текущего, в т.ч. рубежного контроля успеваемости**

Текущий контроль осуществляется в виде:

- демонстрации элементов техники изучаемого вида спорта;

Рубежный контроль осуществляется в виде:

- демонстрации общей техники изучаемого вида спорта;
- выполнения заданий в тестовой форме

##### **1.1. Примеры заданий для оценки навыков в текущем контроле**

- 1) Покажите технику нижней подачи в волейболе.
- 2) Покажите технику ведения мяча в баскетболе.
- 3) Покажите технику верхней и нижней передачи мяча в волейболе.
- 4) Покажите технику передвижения скандинавской ходьбой.
- 5) Покажите подбор высоты палок для скандинавской ходьбы.
- 6) Техника выполнения теста на гибкость при сдаче норм ГТО.
- 7) Покажите технику выполнения прыжка с места при сдаче норм ГТО.

**Критерии оценки в текущем контроле:**

- «Удовлетворительно» - обучающийся самостоятельно и без существенных ошибок демонстрирует изучаемый элемент техники.
- «Не удовлетворительно» - обучающийся не может самостоятельно и правильно продемонстрировать технику изучаемого элемента.

##### **1.2. Примеры заданий для оценки навыков в рубежном контроле**

- 1) Демонстрация навыков владения техническими элементами игры в волейбол.
- 2) Демонстрация навыков владения техническими элементами игры в баскетбол.
- 3) Демонстрация навыков владения техникой скандинавской ходьбы.
- 4) Демонстрация техники выполнения обязательных тестов Всероссийского комплекса ГТО.
- 5) Демонстрация использования средств физической культуры для общефизической подготовки.



### Критерии оценки технических элементов спорта в рубежном контроле:

- «Удовлетворительно» - обучающийся самостоятельно и без существенных ошибок демонстрирует технические элементы изучаемого вида спорта.
- «Не удовлетворительно» - обучающийся не может самостоятельно и правильно продемонстрировать технические элементы изучаемого вида спорта.

### 1.3. Примеры заданий в тестовой форме в рубежном контроле

(укажите один или несколько правильных ответов)

#### 1. Элементы правильного выполнения верхней передачи мяча:

- 1) ноги выпрямлены в коленях
- 2) ноги слегка согнуты в коленях
- 3) голова сильно запрокинута назад
- 4) голова слегка откинута назад, взгляд фиксируется на мяче
- 5) руки располагаются на уровне пояса
- 6) руки располагаются на уровне лица

(Эталон ответа: 2,4,6)

#### 2. Элементы правильной техники при выполнении нижней передачи мяча в волейболе:

- 1) нижняя передача мяча выполняется на слегка согнутых ногах
- 2) нижняя передача мяча выполняется на прямых ногах:
- 3) неравномерное соприкосновение мяча с предплечьями рук
- 4) предплечья рук одновременно касаются мяча
- 5) предплечья рук сильно разведены в стороны
- 6) предплечья рук почти соприкасаются друг с другом

(Эталон ответа: 1,4,6)

#### 3. Необходимое количество игроков на каждой площадке при двухсторонней игре в волейбол:

- 1) 6
- 2) 7
- 3) 5
- 4) 4

(Эталон ответа: 1)

#### 4. Сколько очков дают команде броски со «штрафного» в баскетболе:

- 1) 2
- 2) 3
- 3) 4
- 4) 1

(Эталон ответа: 1)

#### 5. Нарушения, приводящие к наказанию штрафным броском в баскетболе:

- 1) удары по рукам
- 2) нахождение игрока около кольца в течение 1 мин.
- 3) толчки
- 4) неправильный блок

(Эталон ответа: 1,3,4)

6. Передачу мяча в баскетболе можно осуществлять:

- 1) разрешается передача мяча только руками
- 2) разрешается передача мяча ногой
- 3) разрешается передача мяча головой

(Эталон ответа: 1)

#### **Критерии оценки тестового контроля:**

- «Зачтено» – 71-100% правильных ответов;
- «Не зачтено» – 70% и менее правильных ответов.

#### **2. Общая оценка по результатам освоения дисциплины**

Оценка уровня освоения практических навыков базируется на результатах рубежного контроля по изучаемым видам спорта.

Оценка уровня методико-теоретических знаний базируется на результатах рубежного тестового контроля.

#### **Критерии итоговой оценки освоения дисциплины:**

- **«Удовлетворительно»** - ставится студенту, если он в течение учебного года по всем видам спорта выполнил на рубежном контроле зачетные требования.
- **«Не удовлетворительно»** - ставится студенту, если он в течение учебного года по одному или нескольким видам спорта не выполнил на рубежном контроле зачетных требований.

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

**1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины:**

#### **а). Основная литература:**

1. Осипов, В.Г. Физическая культура в медицинском вузе [Текст]: учебник /В.Г. Осипов. – Тверь: РИЦ ТвГМУ, 2022. – 471 с.

#### **б). Дополнительная литература:**

1. Кобяков, Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни : учебное пособие /Ю.П. Кобяков.– Ростов н/Д: Феникс, 2014.– 252 с.
2. Осипов, В.Г. Физическая культура в медицинском вузе: теоретические основы [Текст]: учебное пособие /В.Г. Осипов. – Тверь: РИЦ ТвГМУ, 2021. – 213 с.
3. Осипов, В.Г. Физическая культура в медицинском вузе: методика и практика [Текст]: учебное пособие /В.Г. Осипов. – Тверь: РИЦ ТвГМУ, 2021. – 235 с.

4. Осипов, В.Г. Технология физкультурно-оздоровительных занятий для девочек и девушек [Текст]: монография /В.Г. Осипов, Э.В. Буланова. – Тверь, РИЦ ТГМА, 2014. – 233 с.

**2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины  
Профессиональные базы данных, информационные справочные системы и электронные образовательные ресурсы:**

Электронный справочник «Информо» для высших учебных заведений ([www.informuo.ru](http://www.informuo.ru));

Университетская библиотека on-line ([www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru));

Информационно-поисковая база Medline (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>);

Бесплатная электронная библиотека онлайн «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» // <http://window.edu.ru/>;

Федеральная электронная медицинская библиотека Минздрава России // <http://vrachirf.ru/company-announce-single/6191/>;

**3. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

**3.1. Перечень лицензионного программного обеспечения:**

**1. Microsoft Office 2016:**

- Access 2016;
- Excel 2016;
- Outlook 2016;
- PowerPoint 2016;
- Word 2016;
- Publisher 2016;
- OneNote 2016.

2. Комплексные медицинские информационные системы «КМИС. Учебная версия» (редакция Standart) на базе IBM Lotus.

3. Программное обеспечение для тестирования обучающихся SUNRAV TestOfficePro

4. Система дистанционного обучения Moodle

**3.2. Перечень электронно-библиотечных систем (ЭБС):**

1) Электронно-библиотечная система «Консультант студента» ([www.studmedlib.ru](http://www.studmedlib.ru));

2) Консультант врача. Электронная медицинская библиотека [Электронный ресурс]. – Москва: ГЭОТАР-Медиа. – Режим доступа: [www.geotar.ru](http://www.geotar.ru);

3) Электронная библиотечная система eLIBRARY.RU (<http://www.elibrary.ru>)

**4. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

1. В процессе учебных занятий студенты должны приобрести базовые навыки в выполнении технических приемов наиболее популярных видов спорта и уметь их использовать для поддержания своей физической и профессиональной кондиции.
2. Освоение элективных дисциплин по физической культуре и спорту должно дать студенту методические и практические навыки по использованию средств физической культуры для развития и поддержания основных физических качеств человека /силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости/.
3. В процессе учебных занятий у студента необходимо сформировать устойчивую мотивацию и потребность к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом для поддержания здоровья и работоспособности.
4. Знания и навыки, полученные студентами на дисциплине «Физическая культура и спорт», должны стать базовой основой при освоении на старших курсах раздела «Лечебная физическая культура».

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

##### **Приложение № 3**

#### **VII. Научно-исследовательская работа студента**

- Научно-исследовательская работа студентов организована в рамках работы кружка СНО на кафедре физической культуры.
- Практикуется реферативная работа и проведение научных исследований с последующим выступлением на секционных конференциях СНО «Валеология» и итоговых конференциях СНО ТГМУ, а также публикацией статей (тезисов) в сборниках студенческих работ и молодых ученых.

#### **VIII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины**

Представлены в Приложении № 4

**Фонды оценочных средств для проверки уровня сформированности компетенций (части компетенций)  
для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

<b>УК-7</b>	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
-------------	--

**1. Типовые задания для оценивания результатов сформированности компетенции на уровне «Знать» (воспроизводить и объяснять учебный материал с требуемой степенью научной точности и полноты):**

**1.1. Примеры вопросов для контроля сформированности компетенции (знать):**

- 1) Какие виды спорта можно рекомендовать для увеличения силы.
- 2) Обоснуйте использование средств физической культуры для укрепления и поддержания здоровья.
- 3) Обоснуйте использование средств физической культуры для обеспечения полноценной физической работоспособности.
- 4) Какие виды спорта целесообразно использовать для тренировки сердечно-сосудистой системы.
- 5) Дайте характеристику нагрузки тренирующей выносливость.
- 6) Какие виды спорта можно рекомендовать девушкам для гармоничного физического развития.

**1.2. Примеры тестовых заданий для контроля сформированности компетенции (знать):**

(укажите один или несколько правильных ответов)

1. Для сохранения и укрепления здоровья важнейшее значение имеют следующие элементы образа жизни:
  - 1) пристрастие к углеводной пище
  - 2) двигательная активность
  - 3) психоэмоциональная устойчивость
  - 4) гипокинезия
  - 5) отсутствие вредных привычек

Эталон ответа: 2,3,5

2. Какой вид физической нагрузки наиболее эффективен для тренировки сердечно-сосудистой системы
  - 1) силовая нагрузка
  - 2) скоростная нагрузка
  - 3) нагрузка на выносливость
  - 4) скоростно-силовая нагрузка

Эталон ответа: 3

3. Оптимальная частота сердечных сокращений во время оздоровительных тренировок у здоровых людей

- 1) 220 – возраст
- 2) 200 – возраст
- 3) 190 – возраст
- 4) 180 – возраст
- 5) 170 – возраст

Эталон ответа: 5

4. Проведение разминки перед физическими нагрузками:

- 1) противодействует процессу утомления
- 2) оптимизирует предстартовое состояние организма
- 3) ускоряет процесс вработывания
- 4) улучшает терморегуляцию организма
- 5) является профилактикой травм в спорте

Эталон ответа: 2,5

5. В процессе «вработывания» происходит:

- a) предстартовая подготовка организма к выполнению работы
- b) настройка механизмов управления движениями и вегетативных процессов в самом начале работы
- c) улучшение координации и формирование необходимого стереотипа движений
- d) достижение необходимого уровня вегетативного обеспечения
- e) накопление энергетических запасов организма

Эталон ответа: 2,3,4

**2. Типовые задания для оценивания результатов сформированности компетенции на уровне «Уметь» (решать типичные задачи на основе воспроизведения стандартных алгоритмов решения):**

**3.1. Примеры заданий для контроля сформированности компетенции (уметь):**

1. Выбрать эффективные средства физической культуры для повышения физической выносливости.
2. Выбрать эффективные средства физической культуры для повышения функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы.
3. Выбрать эффективные средства физической культуры для повышения силовых качеств человека.
4. Выбрать эффективные средства физической культуры для укрепления опорно-двигательного аппарата.
5. Выбрать эффективные средства физической культуры для поддержания общей физической работоспособности.

**3. Типовые задания для оценивания результатов сформированности компетенции на уровне «Владеть»:**

### **3.1. Примеры заданий для контроля сформированности компетенции (владеть):**

1. Владеть навыками использования элементов волейбола для поддержания физического здоровья и работоспособности.
2. Владеть навыками использования элементов баскетбола для поддержания физического здоровья и работоспособности.
3. Владеть навыками использования скандинавской ходьбы для поддержания физического здоровья и работоспособности.
4. Владеть навыками использования элементов комплекса ГТО для поддержания физического здоровья и работоспособности.

**Справка о материально-техническом обеспечении  
рабочей программы  
Элективные дисциплины по физической культуре и спорту**

(название дисциплины, модуля, практики)

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных по- мещений и помещений для само- стоятельной работы
1.	Спортивный зал - 540 кв.м.	Площадки для игры в волейбол, баскетбол; шведские стенки, силовые тренажеры, спортивный инвентарь
2.	Загородный спортивно-оздоровительный лагерь	Спортивные площадки для игры в волейбол, баскетбол, футбол.
1.	Стрелковый тир - 75 кв.м. /общезитие №1/	Пневматические винтовки - 4, автоматическая смена мишеней, трубы для корректировки стрельбы, сейф для хранения оружия – 2