

образовательная автономная некоммерческая организация высшего образования
«МОСКОВСКАЯ ВЫСШАЯ ШКОЛА СОЦИАЛЬНЫХ И ЭКОНОМИЧЕСКИХ НАУК»

Факультет политических наук

УТВЕРЖДЕНО

ректор ОАНО «МВШСЭН»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«Мировая политика»

наименование образовательной программы

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
реализуемой без применения электронного (онлайн) курса

Б1.В.13 «Элективные дисциплины по физической культуре»

индекс и наименование дисциплины в соответствии с учебным планом

бакалавр

квалификация выпускника

41.03.04 Политология

код и наименование направления подготовки

очная

форма обучения

год набора – 2022 год

Москва, 2021

АВТОР-СОСТАВИТЕЛЬ:

д.пед.н.

ученая степень

профессор

ученое звание

Шаулин Валентин Николаевич

фамилия имя отчество

Кафедра физического воспитания МВШСЭН;

наименование кафедры

ЗАВЕДУЮЩИЙ КАФЕДРОЙ:

к.филос.н.

ученая степень

доцент

ученое звание

Олейников, Андрей Андреевич

фамилия имя отчество

Кафедра политических и правовых учений; Факультет политических наук МВШСЭН

наименование кафедры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА НА ЗАСЕДАНИИ:

кафедры политических и правовых учений; протокол от «15» мая 2021 года № 2

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|----|
| 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы | 4 |
| 2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы | 5 |
| 3. Структура и содержание дисциплины | 6 |
| 4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине | 8 |
| 5. Методические материалы по освоению дисциплины | 13 |
| 6. Учебная литература, ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», включая учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы | 14 |
| 7. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы | 15 |

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

1.1. Дисциплина обеспечивает овладение следующей компетенцией

| код компетенции | наименование компетенции |
|-----------------|--|
| УК–7 | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

1.2. В результате освоения компетенции у студентов должны быть сформированы

| | |
|-----------------------------------|--|
| обобщённая трудовая функция (ОТФ) | Информационно-аналитическая и организационно-административная поддержка деятельности руководителя организации; |
| трудовая функция (ТФ) | Анализ информации и подготовка информационно-аналитических материалов; |
| трудовые действия (ТД) | Сбор, переработка и анализ информации для решения задач, поставленных руководителем; Подготовка информационно-аналитических материалов; Разработка тематического плана обзорного документа, доклада; Определение круга библиографических источников; Подбор источников и литературы по теме обзора, доклада, аналитической справки; Написание и оформление обзора, доклада, аналитической справки; |

- Результаты обучения по дисциплине:

- (з1) Знать базовые правила спортивного и физически здорового образа жизни и его роль для поддержания социальной и профессиональной активности;
- (у1) Уметь поддерживать собственную физическую форму через базовые приемы и упражнения в основных видах спорта;
- (н1) Владеть навыками оценки собственной спортивной подготовленности и качества выполнения базовых спортивных упражнений;

- Индикаторы достижения компетенции:

| | |
|--------|---|
| УК–7.1 | Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |
|--------|---|

2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы

Объем дисциплины

| | |
|------------------------|-------------------------|
| зачетные единицы | 0 зачетных единиц |
| контактная работа | 328 академических часов |
| самостоятельная работа | 0 академических часов |

Место учебной дисциплины в структуре образовательной программы

| | |
|-----------------------|--|
| индекс и наименование | Б1.В.13 «Элективы по физической культуре и спорту» |
| курс и семестр | I–III курс, осенний и весенний семестр |
| форма аттестации | зачет (6-й семестр) |

3. Структура и содержание дисциплины

3.1. Структура дисциплины

| № | темы / разделы дисциплины | объем дисциплины в академических часах | | | | | | форма ТКУ и ПА |
|--------------------------|---|---|-------------------------|----|-----|-----|----|-------------------|
| | | всего | работа с преподавателем | | | | СР | |
| | | | Л | ЛР | ПЗ | КСР | | |
| 1 | Атлетическая гимнастика или Легкая атлетика | 54 | 0 | 0 | 54 | 0 | 0 | упражнения |
| 2 | Баскетбол или Футбол | 16 | 0 | 0 | 16 | 0 | 0 | упражнения |
| 3 | Легкая атлетика или Атлетическая гимнастика | 82 | 0 | 0 | 82 | 0 | 0 | упражнения |
| 4 | Плавание или Теннис | 70 | 0 | 0 | 70 | 0 | 0 | упражнения |
| 5 | Теннис или Плавание | 70 | 0 | 0 | 70 | 0 | 0 | упражнения |
| 6 | Футбол или Баскетбол | 36 | 0 | 0 | 36 | 0 | 0 | упражнения |
| промежуточная аттестация | | 0 | | | | | | зачет |
| всего | | 328 | 0 | 0 | 328 | 0 | 0 | |

условные обозначения к таблице:

Л – занятие лекционного типа

ЛР – лабораторная работа

ПЗ – практическое занятие

КСР – контролируемая самостоятельная работа

СР – самостоятельная работа

ТКУ – текущий контроль успеваемости

ПА – промежуточная аттестация

3.2. Содержание дисциплины (список тем/разделов и их краткое содержание)

тема 1. Атлетическая гимнастика

Упражнения с гимнастическими палками, обручами, набивными мячами, гантелями, резиновыми амортизаторами. Прыжки через скакалку. Упражнения на гимнастической скамейке. Упражнения с отягощениями и сопротивлениями. Упражнения со штангой, гириями, гантелями. Упражнения на точность и ловкость движений. Упражнения для развития силы и силовой выносливости, подвижности в суставах, тренировки вестибулярного аппарата.

тема 2. Баскетбол

Броски в корзину. Финты; индивидуальные, групповые, командные. Тактические действия в нападении и в защите. Передача мяча. Позиционное нападение. Зонная защита. Взаимодействие игроков в нападении и защите. Техничко-тактические приемы игры. Техника безопасности. Правила и судейство игры. Тренировка. Выполнение специальных упражнений для развития скоростно-силовых качеств, прыжковой выносливости, быстроты и реакции. Двусторонняя игра.

тема 3. Легкая атлетика

Бег и спортивная ходьба. Оздоровительный бег от 5 до 20 мин. Кроссовый бег с элементами спортивной ходьбы от 800 до 3000 метров. Спринтерский бег от 30 до 100 м. Эстафеты. Прыжки в длину с места и тройной с места. Метания мячей баскетбольного, набивного и др. на дальность и в цель из различных положений с использованием техники метания копья и толкания ядра. Выполнение общеразвивающих и специальных упражнений, направленных на развитие физических качеств бегуна, прыгуна и метателя

тема 4. Плавание

Плавание вольным стилем и брассом; повороты, прыжки в воду со стартовой тумбочки. Обучение не умеющих плавать. Упражнения для формирования навыков в плавании; воспитание выдержки и самообладания при нахождении в воде; развитие общей выносливости, закаливание организма.

тема 5. Теннис

Стойки. Перемещения. Способы хватки ракетки. Поддача: плоская, крученая, резаная. Удары с отскока на месте и в движении. Удары с лета: в средней, низкой и высокой точке. Смэш. Правила и судейство игры. Техника безопасности. Тренировка с элементами одиночной и парной игры. Выполнение общеразвивающих и специальных сложно-координационных упражнений с мячами и ракеткой, направленных на развитие ловкости, быстроты, гибкости, выносливости и скоростно-силовых способностей. Участие в одиночных и парных играх на счет.

тема 6. Фитнес-аэробика

Аэробика, степ-аэробика, этно-аэробика, силовая аэробика, фитбол-аэробика, аэробика в стиле тай-бо, пилатес, калланетика, йога. Упражнения для развития силовой выносливости, координации, ловкости и гибкости, совершенствование осанки, подвижности в суставах, тренировки вестибулярного аппарата.

тема 7. Футбол

Передвижения и прыжки. Удары по мячу. Остановки мяча. Тактические приемы. Командные действия. Игра вратаря. Зонная и персональная защита. Двусторонняя игра. Техника безопасности. Правила и судейство игры. Различные упражнения для развития быстроты, силы, общей, статической и силовой выносливости, ловкости.

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине

4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

| | |
|--|-------------------|
| при проведении занятий семинарского типа: | упражнения |
| при контроле результатов самостоятельной работы: | упражнения |
| при проведении промежуточной аттестации: | зачет (нормативы) |

4.2. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

| Характеристика направленности тестов | Девушки | | | | | Юноши | | | | |
|--|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|---------------|----------------|----------------|---------------|----------------|
| Оценка в очках | | | | | | | | | | |
| | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Тест на скоростно-силовую подготовленность: | | | | | | | | | | |
| Бег 100 м (сек.) | 15.7 | 16.0 | 17.0 | 17.9 | 18.7 | 13.2 | 13.8 | 14.0 | 14.3 | 14.6 |
| Тест на силовую подготовленность: | | | | | | | | | | |
| Поднимание (сед.) и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (количество раз): | 60 | 50 | 40 | 30 | 20 | | | | | |
| Подтягивание на перекладине (количество раз) вес до 85 кг вес более 85 кг | | | | | | 15 12 | 12 10 | 9 7 | 7 4 | 5 2 |
| Тест на общую выносливость: | | | | | | | | | | |
| Бег 2000 м (мин.,с.) вес до 70 кг вес более 70 кг | 10.15 10.35 | 10.50 11.20 | 11.20 11.55 | 11.50 12.40 | 12.15 13.15 | | | | | |
| Бег 3000 м (мин.,с.) | | | | | | | | | | |
| вес до 85 кг вес более 85 кг | | | | | | 12.00 2.30 | 12.35 13.10 | 13.10 13.50 | 13.50 4.40 | 14.30 15.30 |

4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации:

- Перечень компетенций. Индикаторы достижения компетенции

| код компетенции | наименование компетенции |
|-----------------|--|
| УК–7 | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения по дисциплине:

| результаты обучения по дисциплине | индикаторы достижения компетенции |
|---|--|
| Знать базовые правила спортивного и физически здорового образа жизни и его роль для поддержания социальной и профессиональной активности; | УК–7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |
| Уметь поддерживать собственную физическую форму через базовые приемы и упражнения в основных видах спорта; | |
| Владеть навыками оценки собственной спортивной подготовленности и качества выполнения базовых спортивных упражнений; | |

- Шкала оценивания

Для оценки сформированности компетенций используется 100-балльная шкала.

| 100-балльная шкала | 5-балльная шкала | уровень освоения компетенции | комментарии |
|--------------------|------------------|------------------------------|--|
| 61–100 | «отлично» | высокий | Продemonстрированы основные знания и умения, с отдельными и несущественными недочетами, а также навыки, в полной мере достаточные для реализации трудовой функции |
| 51–60 | «хорошо» | достаточный | Продemonстрированы базовые знания и умения, с негрубыми, но очевидными ошибками, а также навыки, в целом достаточные для реализации трудовой функции |
| 41–50 | «удовлетв.» | пороговый | Продemonстрированы отдельные базовые знания и умения, с очевидными и серьезными ошибками, а также навыки, минимально достаточные для реализации трудовой функции |
| 0–40 | «плохо» | не освоена | Имеющихся знаний, умений и навыков очевидно недостаточно для реализации трудовой функции в силу наличия систематических, грубых ошибок и явного непонимания изученного материала |

Атлетическая гимнастика:

а) юноши:

| № п/п | Наименование упражнений | Оценка в баллах | | | | |
|----------|--|-----------------|----|----|----|------------|
| | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1 | Подтягивания на перекладине (раз) | 14 | 11 | 9 | 6 | 5 и менее |
| 2 | Сгибания и разгибания рук в упоре лежа за 30 секунд | 25 | 20 | 18 | 16 | 15 и менее |
| 3 | Поднимание ног до угла 90° из положения, стоя в упоре на брусьях за 30 секунд (количество раз) | 20 | 15 | 10 | 8 | 5 и менее |
| 4 | Степ-тест за минуту высота степа 40 см (количество шагов) | 50 | 40 | 30 | 20 | 10 |

б) девушки:

| № п/п | Наименование упражнений | Оценка в баллах | | | | |
|----------|--|-----------------|----|----|----|-----------|
| | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1 | Подтягивания на низкой перекладине (раз) | 14 | 11 | 9 | 6 | 5 и менее |
| 2 | Сгибания и разгибания рук в упоре лежа за 30 секунд | 15 | 12 | 10 | 8 | 6 и менее |
| 3 | Поднимание ног до угла 90° из положения, стоя в упоре на брусьях за 30 секунд (количество раз) | 18 | 15 | 10 | 8 | 5 и менее |
| 4 | Степ-тест за минуту высота степа 30 см (количество шагов) | 50 | 40 | 30 | 20 | 10 |

Баскетбол (юноши и девушки)

| № п/п | Наименование упражнений | Оценка в баллах | | | | |
|----------|---|-----------------|-------|-------|-------|---------------|
| | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1 | Штрафные броски (единиц) | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 и менее |
| 2 | Передачи мяча в парах на расстоянии 10 м (10 передач) сек. | 16.00 | 18.00 | 20.00 | 22.00 | 24.00 и более |
| 3 | Челночный бег с ведением мяча 4x12 м (сек.) | 18.00 | 20.00 | 22.00 | 24.00 | 26.00 и более |
| 4 | Ведение мяча от одного кольца до другого с попаданием в корзину (сек) | 16 | 18 | 20 | 22 | 24 и более |
| 5 | Броски в корзину с ближней дистанции за 15 секунд (количество раз) | 8 | 6 | 5 | 3 | 2 и менее |

Волейбол (юноши и девушки)

| № п/п | Наименование упражнений | Оценка технических действий |
|----------|-----------------------------------|-----------------------------|
| 1 | Передачи мяча двумя руками сверху | |
| 2 | Передачи мяча двумя руками снизу | |
| 3 | Подача мяча | |
| 4 | Нападающий удар | |

| | | |
|---|------------|--|
| 5 | Блокировка | |
|---|------------|--|

Легка атлетика:

а) юноши

| № п/п | Наименование упражнений | Оценка в баллах | | | | |
|----------|---|-----------------|-----|-----|-----|-------------|
| | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1. | Бег 60 м (сек.) | 7.6 | 8.0 | 8.5 | 8.7 | 9.0 |
| 2. | Сгибание и разгибание рук в упоре на параллельных брусьях (количество раз) | 22 | 17 | 12 | 8 | 4 |
| 3. | Прыжок в длину с места (см) | 280 | 240 | 220 | 195 | 180 и менее |
| 4. | Поднимание туловища из положения, лежа на спине за 30 секунд (количество раз) | 28 | 23 | 19 | 14 | 11 и менее |

б) девушки

| № п/п | Наименование упражнений | Оценка в баллах | | | | |
|----------|---|-----------------|-----|-----|-----|-------------|
| | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1. | Бег 60 м (сек.) | 8.9 | 9.3 | 9.5 | 9.9 | 10.5 |
| 2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз) | 19 | 14 | 11 | 8 | 7 и менее |
| 3. | Прыжок в длину с места (см) | 200 | 180 | 165 | 150 | 140 и менее |
| 4. | Поднимание туловища из положения, лежа на спине за 30 секунд (количество раз) | 25 | 20 | 16 | 14 | 13 и менее |

Плавание:

| № п/п | Наименование упражнений | Оценка технических действий |
|----------|---|-----------------------------|
| 1 | Выдох в воду стоя на дне бассейна и опустив лицо в воду (10 раз) | |
| 2 | Проплывание с работой ног кролем на груди с выдохом в воду с опорой на доску (25 м) | |
| 3 | Работа ног кролем на спине, руки за головой (25 м) | |
| 4 | Проплывание кролем на груди, выполняя гребок одной рукой, с дыханием (25 м) | |
| 5 | Проплывание кролем на груди 25 м (скольжение, выдох в воду, работа ног и рук) | |
| 6 | Проплывание кролем на спине в полной координации (25 м) | |

Теннис (юноши и девушки):

| № п/п | Наименование упражнений | Оценка в баллах | | | | |
|----------|--|-----------------|------|-------|-------|---------------|
| | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1 | Челночный бег 4х11 м (сек.) с касанием линии ракеткой | 8.00 | 9.00 | 10.00 | 11.00 | 12.00 и более |
| 2 | Игра с тренировочной стенкой ударами открытой (закрытой) ракеткой (удары подряд с отскока от пола) | 12 | 10 | 8 | 6 | 4 |
| 3 | Удары с лета (в тренировочную стенку) открытой (закрытой) ракеткой | 14 | 12 | 10 | 8 | 6 |
| 4 | Выполнить 12 подач во второй квадрат (попадания) | 8 | 6 | 5 | 4 | 3 |
| 5 | Выполнить 12 ударов кроссом с собственного наброса открытой (закрытой) ракеткой (попадания) | 11 | 9 | 7 | 5 | 3 |
| 6 | С задней линии корта попасть в правую или левую половину корта по заданию преподавателя | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

Фитнес-аэробика (юноши и девушки):

| № п/п | Наименование упражнений | Оценка в баллах | | | | |
|----------|--|-----------------|-----|----|----|-------------|
| | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1. | Наклон вперед из положения, сидя ноги вместе (см) | 15 | 10 | 8 | 6 | 4 и менее |
| 2. | Сгибания и разгибания рук, в упоре лежа (количество раз) | 50 | 40 | 30 | 25 | 15 и менее |
| 3. | Прыжки со скакалкой 1 минуту без сбоев (количество раз) | 140 | 110 | 80 | 75 | 60 и менее |
| 4. | Поднимание туловища из положения, лежа на спине за 1 минуту (количество раз) | 50 | 45 | 37 | 30 | 25 и менее |
| 5. | Поднимание туловища, лежа на животе за 1 минуту (количество раз) | 40 | 35 | 30 | 25 | 20 и менее. |
| 6. | Поднимание ног до угла 90° из положения, лежа на спине (количество раз) | 20 | 15 | 10 | 8 | 6 и менее |

Футбол:

| № п/п | Наименование упражнений | Оценка в баллах | | | | |
|----------|--|-----------------------------|---|---|---|---|
| | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1 | Ведение мяча «змейкой» | Оценка технических действий | | | | |
| 2 | Техника передачи мяча внутренней стороной стопы. | | | | | |
| 3 | Техника передачи мяча внешней стороной стопы. | | | | | |
| 4 | Техника передачи мяча подъемом стопы. | | | | | |
| 5 | Удары по воротам (пенальти) с 9-ти метров верхом (попадания) | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

5. Методические материалы по освоению дисциплины

Дисциплина «Физическая культура и спорт», используя физические упражнения из различных видов спорта, упражнения профессионально-прикладной направленности, оздоровительные системы физических упражнений, предусматривает совершенствование ранее изученных двигательных умений и навыков и освоение новых двигательных действий (умений и навыков), а также развитие качеств выносливости, силы, быстроты движений, ловкости и гибкости.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» наиболее полно осуществляет свои образовательные, воспитательные и развивающие функции в целенаправленном педагогическом процессе, который тесно связан не только с физическим развитием и совершенствованием функциональных систем организма молодого человека, но и с формированием жизненно необходимых качеств, свойств и черт личности. Все это в целом находит свое отражение в конкурентоспособности будущего специалиста, в необходимом уровне и устойчивости его профессиональной работоспособности.

6. Учебная литература, ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», включая учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

6.1. Основная литература

Губарева, Н. В. Естественнаучные основы физической культуры (Биология) : курс лекций / Н. В. Губарева, Т. А. Линдт, Л. Г. Баймакова. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. — 108 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный //— URL: <http://www.iprbookshop.ru/74264.html>

6.2. Дополнительная литература

Орлова, С. В. Физическая культура С. В. Орлова. — Иркутск : Иркутский филиал Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма, 2011. — 154 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/15687.html>

6.3. Нормативные правовые документы

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению 41.03.04 Политология – <http://fgosvo.ru>

6.4. Интернет-ресурсы

Открытые данные по политическим наукам – <https://www.poliscidata.com>

Свободный менеджер цитирования и академических текстов *Mendeley* – <https://www.mendeley.com>

6.5. Иные источники

Все перечисленные ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» находятся в свободном доступе с любого компьютера:

- поисковая система научных публикаций Google Scholar – <https://scholar.google.com>
- интерактивная поисковая система Electoral Knowledge Network – <http://aceproject.org>
- архив международных правовых документов Avalon – <https://avalon.law.yale.edu>
- он-лайн библиотека научных публикаций SSRN – <https://www.ssrn.com>
- свободная философская энциклопедия Stanford Encyclopaedia – <https://plato.stanford.edu>
- статистика World Factbook – <https://www.cia.gov/library/publications/the-world-factbook/>
- электронный архив документов по европейской интеграции – <http://aei.pitt.edu>
- платформа для статей и дискуссий по мировой политике E-IR – <http://www.e-ir.info>
- сайт Американской ассоциации политической науки – <https://www.apsanet.org>
- сайт Британской ассоциации международных исследований – <https://www.bisa.ac.uk>
- сайт Европейской ассоциации политической науки – <https://www.epsanet.org>
- сайт Всемирной ассоциации политической науки – <https://www.ipsa.org>

7. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа (практических занятий), а также индивидуальных и групповых консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации; оснащена специализированной мебелью, оборудованием и техническими средствами обучения.

Спортивный зал

Помещение для самостоятельной работы обучающихся; оснащено компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду.

- оборудование и технические средства обучения:

| | |
|-------------------------------|----------|
| оборудование | проектор |
| технические средства обучения | ноутбук |

- лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение (ПО):

| | |
|------------------------------|---|
| лицензионное ПО | ОС «Windows» (версия 8–10); пакет «Office Standard» |
| свободно распространяемое ПО | LibreOffice |

- базы данных:

| | |
|---|-------------------------------------|
| http://www.iprbookshop.ru | ЭБС «IPR Books» [авторизация по IP] |
| https://biblio-online.ru | ЭБС «Юрайт» [авторизация по IP] |
| http://www.nexisuni.com | «Nexis Uni» [авторизация по IP] |

- информационные справочные системы:

| | |
|---|---|
| https://www.icpsr.umich.edu | ICPRS World Handbook [свободный доступ] |
| http://www.correlatesofwar.org | The Correlates of War Project [свободный доступ] |
| https://www.acleddata.com | Armed Conflict Location Data [свободный доступ] |
| https://ucdp.uu.se | International Conflict Data Programme [свободный доступ] |
| http://www.humanrightsdata.com | CIRI Human Rights Data Project [свободный доступ] |
| http://www.politicalterroryscale.org | Political Terror Scale Data [свободный доступ] |
| https://www.start.umd.edu/gtd/ | Global Violence & Terrorism Database [свободный доступ] |
| http://www.systemicpeace.org | Polity IV Index [свободный доступ] |
| https://www.v-dem.net/ru/ | V-Dem Index [свободный доступ] |
| https://sites.duke.edu/icbdata/ | International Crisis Behaviour [свободный доступ] |
| https://www.prio.org | Oslo Peace Research Institute [свободный доступ] |
| https://www.sipri.org | Stockholm International Peace Research Institute [свободный доступ] |