

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»
Таганрогский институт имени А. П. Чехова (филиал) РГЭУ (РИНХ)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

_____ Петрушенко С. А.

«___» _____ 2025г.

Рабочая программа дисциплины
Физическая культура

Специальность
49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Форма обучения очная

Часов по учебному плану 210

в том числе:

аудиторные занятия 186

самостоятельная работа 0

Таганрог
2025 г.

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		Итого	
Неделя	17		21 3/6		16 5/6		14 5/6		9 4/6		10 2/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	32	32	40	40	34	34	42	42	20	20	18	18	186	186
Итого ауд.	32	32	40	40	34	34	42	42	20	20	18	18	186	186
Контактная работа	32	32	40	40	34	34	42	42	20	20	18	18	186	186
Часы на контроль	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	24	24
Итого	36	36	44	44	38	38	46	46	24	24	22	22	210	210

ОСНОВАНИЕ

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (приказ Минобрнауки России от 11.11.2022 г. № 968)

Рабочая программа составлена по образовательной программе
направление 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
программа среднего профессионального образования

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 28.01.2025 протокол № 6

Программу составил(и): канд. пед. наук, Зав. каф., Кибенко Е. И.

Заведующий кафедрой: Кибенко Е.И.

Рассмотрено на заседании кафедры от 06.02.2025 протокол № 7

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	Целью изучения дисциплины «Физическая культура» является формирование у обучающихся основ физической культуры, мотивационно-ценностного отношения к физической культуре; формирование компетенций, направленных на установку на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание; выработку потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП:		СГ
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Для изучения дисциплины "Физическая культура" обучающимся необходимо иметь базовые знания, умения и навыки, физическую подготовленность, полученные в рамках изучения предмета "Физическая культура" предусмотренных программой школы для основного общего образования	
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Физическая культура	
2.2.2	Основы безопасности и защиты Родины	

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Знать	
- о роли физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; - основные средства и методы физического воспитания; - современные оздоровительные технологии, направленные на сохранение и укрепление здоровья; - правила и способы планирования систем индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности; - средства и методы физического воспитания, позволяющие предупреждать профессиональные заболевания, бороться с вредными привычками; - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; - простейшие способы самоконтроля за состоянием своего организма во время и после занятий физическими упражнениями и спортом; - значение профессионально-прикладной физической подготовки	
3.2 Уметь	
- рационально использовать средства и методы физического воспитания для повышения своих функциональных и двигательных возможностей; - использовать знания и практические умения, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья человека; - организовать самостоятельные занятия физкультурно-спортивной направленности; - применять простейшие формы контроля за состоянием здоровья и физической подготовленностью во время и после занятий физической культурой; - использовать разнообразные формы и виды физкультурно-спортивной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);	
3.3 Владеть	
- владеть современными технологиями, направленными на укрепление и сохранение здоровья, поддержание работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владеть основными техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активно применяя их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, при активном отдыхе и в профессиональной сфере; - иметь опыт составления комплексов физических упражнений, с целью повышения уровня основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости); - иметь опыт использования физических упражнений для качественной профессионально-прикладной физической подготовки; - владеть методами контроля и самоконтроля за состоянием своего организма во время и после занятий физическими упражнениями и спортом	

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература	Примечание
	Раздел 1. Легкая атлетика					

1.1	Техника прыжка в длину. Тренировка выполнения прыжка в длину с места, прыжка в длину с разбега и тройного прыжка с места. Ознакомление с применением методов самоконтроля и оценки умственной и физической работоспособности. ОФП /Пр/	1	2	ОК 08.	Л1.6 Л1.7 Л1.13 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
1.2	Техника прыжка в длину. Ознакомление с техникой прыжка в длину с разбега. Совершенствование и тренировка техники прыжка в длину с разбега. ОФП /Пр/	1	4	ОК 08.	Л1.6 Л1.7 Л1.13 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
1.3	Техники бега на длинные дистанции. Ознакомление с техникой бега на длинные дистанции. ОФП /Пр/	1	2	ОК 08.	Л1.6 Л1.7 Л1.13 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
1.4	Техники старта. Совершенствование и тренировка техники выполнения низкого и высокого старта. Совершенствование бега на длинные дистанции. ОФП /Пр/	1	4	ОК 08.	Л1.6 Л1.7 Л1.13 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
1.5	Техники бега на средние дистанции. ОРУ (комплекс физических упражнений для занимающихся легкой атлетикой). Ознакомление с техникой бега на средние дистанции. Подвижные игры средней интенсивности. ОФП /Пр/	1	4	ОК 08.	Л1.6 Л1.7 Л1.13 Л1.16Л2.5 Л2.7	
1.6	Техники бега на короткие дистанции. ОРУ (комплекс физических упражнений для занимающихся легкой атлетикой). Ознакомление с техникой бега на короткие дистанции. ОФП. Подвижные игры и эстафеты /Пр/	1	4	ОК 08.	Л1.6 Л1.7 Л1.13 Л1.16Л2.5 Л2.7	
1.7	ОРУ. Старт и стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. ОФП. Эстафеты с элементами легкой атлетики /Пр/	1	2	ОК 08.	Л1.6 Л1.7 Л1.13 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
	Раздел 2. Спортивные игры /волейбол/					
2.1	Волейбол. Стойки и перемещения по площадке, Обучение верхней прямой, нижней прямой и нижней боковой подачам. Комплекс подготовительных упражнений. ОФП. Учебная игра /Пр/	1	2	ОК 08.	Л1.2 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.4	
2.2	Волейбол. Стойки и перемещения по площадке, Обучение передач мяча: двумя руками вверх, одной рукой сверху. Комплекс подготовительных упражнений. Совершенствование подач: верхней прямой, нижней прямой, нижней боковой. ОФП. Учебная игра /Пр/	1	2	ОК 08.	Л1.2 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.4	
2.3	Волейбол. Обучение нападающему прямому и боковому ударам. Комплекс подготовительных упражнений. Совершенствование ранее изученных передач: двумя руками вверх, одной рукой сверху. ОФП. Учебная игра /Пр/	1	2	ОК 08.	Л1.2 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.4	

2.4	Волейбол. Обучение приёму мяча двумя руками сверху и снизу; одной рукой снизу. Комплекс подготовительных упражнений. Совершенствование ранее изученных передач. ОФП. Учебная игра /Пр/	1	2	ОК 08.	Л1.2 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.4	
2.5	Волейбол. Обучение технике блокирования. Комплекс подготовительных упражнений. Совершенствование приёмов мяча изученными способами. ОФП. Учебная игра /Пр/	1	2	ОК 08.	Л1.2 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.4	
Раздел 3. Зачет						
3.1	Зачет /Зачёт/	1	4	ОК 08.	Л1.2 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.13 Л1.16Л2.1 Л2.2 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7	
Раздел 4. Гимнастика						
4.1	Строевые приемы. Изучение строевых приемов и команд, поворотов на месте, перестроений, выполнение команд. Обучение составлению комплекса ОРУ без предмета. Техника безопасности на занятиях гимнастикой. Эстафеты с элементами гимнастики /Пр/	2	4	ОК 08.	Л1.12 Л1.14 Л1.15Л2.5 Л2.6 Л2.7	
4.2	Строевые приемы. Совершенствование и тренировка строевых приемов и команд, поворотов на месте, перестроений, выполнение команд. Обучение составлению комплекса ОРУ с предметом. Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для профессионально-прикладной физической подготовки с учётом специфики будущей профессиональной деятельности. Подвижные игры, эстафеты /Пр/	2	4	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.14 Л1.15Л2.5 Л2.6 Л2.7	
4.3	Совершенствование и тренировка по проведению общеразвивающих упражнений без предмета (комплекс ОРУ № 1). Подвижные игры, эстафеты /Пр/	2	4	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.14 Л1.15Л2.5 Л2.6 Л2.7	
4.4	Совершенствование и тренировка по проведению общеразвивающих упражнений с предметом (комплекс ОРУ № 2). Подвижные игры, эстафеты /Пр/	2	4	ОК 08.	Л1.12 Л1.14 Л1.15Л2.5 Л2.6 Л2.7	
4.5	Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений различной функциональной направленности (комплекс ОРУ № 3). Подвижные игры, эстафеты /Пр/	2	4	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.14 Л1.15Л2.5 Л2.6 Л2.7	
Раздел 5. Спортивные игры /баскетбол/						

5.1	Баскетбол. Обучение держанию мяча, ловле и передач мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча. Подвижные игры с элементами баскетбола /Пр/	2	2	ОК 08.	Л1.2 Л1.3 Л1.8 Л1.11Л2.3 Л2.5 Л2.7	
5.2	Баскетбол. Обучение ведению мяча правой и левой рукой. Совершенствование ловли и передач мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча. ОФП. Подвижные игры с элементами баскетбола. Учебная игра /Пр/	2	2	ОК 08.	Л1.1 Л1.3 Л1.7 Л1.8 Л1.11Л2.3 Л2.5 Л2.7	
5.3	Баскетбол. Обучение передач мяча в движении. Совершенствование ведения мяча правой и левой рукой. ОФП. Подвижные игры с элементами баскетбола. Учебная игра /Пр/	2	2	ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.6 Л1.8 Л1.10Л2.3 Л2.5 Л2.6	
5.4	Баскетбол. Обучение броску мяча в корзину в движении после 2-х шагов и броску мяча в корзину с места (с близкой дистанции). Совершенствование передач мяча с места и в движении. ОФП. Учебная игра /Пр/	2	2	ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.8 Л1.10Л2.3 Л2.5 Л2.6	
5.5	Баскетбол. Обучение основным защитным стойкам. Совершенствование броска мяча в корзину в движении после 2-х шагов и броска мяча в корзину с близкой дистанции стоя на месте. ОФП. Учебная игра /Пр/	2	2	ОК 08.	Л1.1 Л1.3 Л1.10 Л1.11Л2.3 Л2.5 Л2.6	
5.6	Баскетбол. Обучение защитным действиям против игрока без мяча и против игрока с мячом. Совершенствование ранее изученных приемов техники баскетбола. ОФП. Учебная игра /Пр/	2	2	ОК 08.	Л1.1 Л1.3 Л1.8 Л1.11Л2.3 Л2.5 Л2.7	
5.7	Баскетбол. Обучение передач мяча двумя руками от головы и передачам с отскоком от пола. Совершенствование ведения мяча: высокого; низкого; со сменой рук; в одном направлении со сменой ритма и скорости; со сменой направления и ритма движения; проход, бросок в движении с двух шагов. ОФП. Учебная игра /Пр/	2	2	ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.3 Л2.5 Л2.7	
5.8	Баскетбол. Обучение поворотов вправо, влево, вышагивание вперед при передаче мяча партнеру. Совершенствование передач мяча и ведения мяча разными изученными способами. ОФП. Учебная игра /Пр/	2	4	ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.8 Л1.11Л2.3 Л2.5 Л2.7	
5.9	Баскетбол. Совершенствование бросков мяча в корзину в движение после 2-х шагов и броска мяча в корзину из-за штрафной линии. ОФП. Учебная игра /Пр/	2	2	ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.8 Л1.11Л2.3 Л2.5 Л2.7	
	Раздел 6. Зачет					

6.1	Зачет /Зачёт/	2	4	ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.11Л2.3 Л2.5 Л2.6 Л2.7	
	Раздел 7. Общая физическая подготовка (подготовка к выполнению нормативов ГТО)					
7.1	ОФП. Подготовка к приему учебных контрольных нормативов и участия в сдаче норм комплекса ГТО. Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для подготовки к выполнению тестовых упражнений. Совершенствование и тренировка техники прыжка в длину с места. Метание мяча весом 150 г. Метание спортивного снаряда. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Эстафеты с элементами легкой атлетики /Пр/	3	4	ОК 08.	Л1.7 Л1.13 Л1.14 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
7.2	ОФП. Подготовка к приему учебных контрольных нормативов и участия в сдаче норм комплекса ГТО. Совершенствование и тренировка высокого и низкого старта. Бег на 30 м., 60 м., 100 м.: старт, пробегание по дистанции, финиширование. Метание спортивного снаряда. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры с элементами легкой атлетики /Пр/	3	6	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.13 Л1.14 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	

7.3	ОФП. Подготовка к приему учебных контрольных нормативов и участия в сдаче норм комплекса ГТО. Совершенствование и тренировка техники прыжка в длину с места. Метание спортивного снаряда. Подтягивание из виса на высокой перекладине. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см. Эстафеты с элементами легкой атлетики /Пр/	3	4	ОК 08.	Л1.12 Л1.13 Л1.14 Л1.15 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
7.4	ОФП. Подготовка к приему учебных контрольных нормативов и участия в сдаче норм комплекса ГТО. Техники бега на длинные дистанции. Совершенствование техники бега на длинные дистанции. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин). Учебная спортивная игра (по выбору студента) /Пр/	3	4	ОК 08.	Л1.7 Л1.13 Л1.14 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
7.5	ОФП. Подготовка к приему учебных контрольных нормативов и участия в сдаче норм комплекса ГТО. Техника бега на длинные дистанции. Совершенствование техники бега на длинные дистанции. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 30 с). Прыжки на скакалке за 1 мин. (кол-во раз). Учебная спортивная игра (по выбору студента) /Пр/	3	4	ОК 08.	Л1.7 Л1.13 Л1.14 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	

7.6	ОФП. Подготовка к приему учебных контрольных нормативов и участия в сдаче норм комплекса ГТО. Совершенствование техники бега на средние дистанции. Прыжок в длину с разбега. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Прыжки на скакалке за 1 мин. Учебная спортивная игра (по выбору студента) /Пр/	3	4	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.13 Л1.14 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
7.7	ОФП. Подготовка к приему учебных контрольных нормативов и участия в сдаче норм комплекса ГТО. Повышение уровня силовых способностей. Совершенствование и тренировка техники прыжка в длину с места. Челночный бег 3×10 м. Прыжки на скакалке за 1 мин. Учебная спортивная игра (по выбору студента) /Пр/	3	4	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.13 Л1.14 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
7.8	ОФП. Подготовка к приему учебных контрольных нормативов и участия в сдаче норм комплекса ГТО. Совершенствование и тренировка техники прыжка в длину с места. Челночный бег 3×10 м. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Подтягивание из виса на высокой перекладине. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см. Учебная спортивная игра (по выбору студента) /Пр/	3	4	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.13 Л1.14 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
	Раздел 8. Зачет					
8.1	Зачет /Зачёт/	3	4	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.13 Л1.14 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
	Раздел 9. Гимнастика с элементами акробатики					

9.1	ОРУ. Изучение общеразвивающих упражнений, составление комплексов, для проведения "малых" форм занятий физической культурой. Выполнение общеразвивающих упражнений без предмета и с предметом. Техника акробатических упражнений. Техника безопасности при выполнении акробатических упражнений. ОФП. Подвижные игры, эстафеты /Пр/	4	8	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.14 Л1.15Л2.5 Л2.6 Л2.7	
9.2	ОРУ. Выполнение общеразвивающих упражнений в парах, в группах, на снарядах и тренажерах. Техника акробатических упражнений. Техника безопасности при выполнении акробатических упражнений. ОФП. Подвижные игры, эстафеты /Пр/	4	6	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.14 Л1.15Л2.5 Л2.6 Л2.7	
9.3	Освоение и совершенствование опорного прыжка через коня. Освоение акробатических элементов: кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок, кувырок через плечо. ОФП. Подвижные игры, эстафеты /Пр/	4	8	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.14 Л1.15Л2.5 Л2.6 Л2.7	
9.4	Освоение и совершенствование акробатических элементов: кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок, кувырок через плечо, стойка на лопатках, мост, стойка на руках. ОФП. Подвижные игры, эстафеты /Пр/	4	8	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.14 Л1.15Л2.5 Л2.6 Л2.7	
9.5	Совершенствование ранее изученных акробатических элементов. Обучение новым элементам и комбинациям на снарядах спортивной гимнастики. ОФП. Подвижные игры, эстафеты /Пр/	4	6	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.14 Л1.15Л2.5 Л2.6 Л2.7	
9.6	ОФП. Совершенствование ранее изученных акробатических элементов. Подвижные игры, эстафеты /Пр/	4	6	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.14 Л1.15Л2.5 Л2.6 Л2.7	
	Раздел 10. Зачет					
10.1	Зачет /Зачёт/	4	4	ОК 08.	Л1.7 Л1.12 Л1.14 Л1.15Л2.5 Л2.6 Л2.7	
	Раздел 11. Легкая атлетика					
11.1	Формы организации самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой и их особенности. ОРУ, стрейтчинг, суставная гимнастика. Соблюдение требований безопасности и гигиенических норм и правил во время занятий физической культурой. Совершенствование оздоровительного бега на длинные дистанции. Освоение эстафетного бега, передача эстафетной палочки. ОФП. Подвижные игры, эстафеты /Пр/	5	4	ОК 08.	Л1.7 Л1.13 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
11.2	Нагрузка и факторы регуляции нагрузки при проведении самостоятельных занятий физическими упражнениями легкоатлетической направленности. Подготовка к сдаче контрольных нормативов и норм ГТО. Подготовка к сдаче контрольных нормативов и норм ГТО. ОФП. Учебная спортивная игра (по выбору студентов) /Пр/	5	4	ОК 08.	Л1.6 Л1.7 Л1.13 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	

11.3	Самоконтроль за индивидуальными показателями физического развития, умственной и физической работоспособностью, индивидуальными показателями физической подготовленности. Подготовка к сдаче контрольных нормативов и норм ГТО. ОФП. Подвижные игры, эстафеты /Пр/	5	4	ОК 08.	Л1.6 Л1.7 Л1.13 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
11.4	Дневник самоконтроля. Подготовка к сдаче контрольных нормативов и норм ГТО. ОФП. Подвижные игры, эстафеты /Пр/	5	4	ОК 08.	Л1.6 Л1.7 Л1.13 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
11.5	Физические качества человека, легкоатлетические средства для их совершенствования. Подготовка к сдаче контрольных нормативов и норм ГТО. ОФП. Подвижные игры, эстафеты /Пр/	5	4	ОК 08.	Л1.6 Л1.7 Л1.13 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
	Раздел 12. Зачет					
12.1	Зачет /Зачёт/	5	4	ОК 08.	Л1.6 Л1.7 Л1.12 Л1.13 Л1.16Л2.5 Л2.6 Л2.7	
	Раздел 13. Спортивные игры					
13.1	Волейбол. Физические упражнения для оздоровительных форм занятий физической культурой. Совершенствование элементов и технических приемов спортивной игры волейбол. Работа в парах. Методы самоконтроля за физической работоспособностью и физической подготовленностью занимающегося. Учебные игры. ОФП. Подготовка к зачету /Пр/	6	4	ОК 08.	Л1.2 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.4 Л2.5 Л2.6	
13.2	Баскетбол. Физические упражнения для оздоровительных форм занятий физической культурой. Совершенствование элементов и технических приемов спортивной игры баскетбол. Работа в парах, тройках. Учебные игры. Методы самоконтроля за физическим развитием и физической подготовленностью занимающегося. ОФП. Подготовка к зачету /Пр/	6	4	ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.7 Л1.8 Л1.11 Л1.14Л2.5 Л2.6 Л2.7	
13.3	Футбол. Техническая подготовка. Остановки, передачи мяча. Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Техника безопасности на занятиях футболом. ОФП Учебная игра. /Пр/	6	4	ОК 08.	Л1.6 Л1.7 Л1.9Л2.5 Л2.6 Л2.7	
13.4	Футбол. Техническая подготовка. Ведение мяча внешней частью и средней частью подъема. Ведение мяча носком, внутренней части стопы. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Удары по воротам. Учебная игра. ОФП. Подготовка к зачету /Пр/	6	6	ОК 08.	Л1.6 Л1.7 Л1.9Л2.5 Л2.6 Л2.7	

Раздел 14. Зачет						
14.1	Зачет /Зачёт/	6	4	ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.11 Л1.12 Л1.13Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.5 Л2.6 Л2.7	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Фонд оценочных средств представлен в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

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

1). Контрольные нормативы (контрольные упражнения-тесты) по физической культуре представлены в таблицах Приложения 1 к рабочей программе дисциплины.

2). Примерные вопросы для устного опроса и тестирования

Вопросы по теме: «Современные системы и технологии укрепления и сохранения здоровья»

- Современное состояние физической культуры и спорта в нашей стране.
- Роль физической культуры в становлении и укреплении здоровья и подготовке индивида к современным условиям жизни.
- Организма человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.
- Функциональные системы организма.
- Природные и социально-экологические факторы, влияющие на организм.
- Утомление и восстановление при умственной и физической деятельности.
- Физическая культура в профессиональной подготовке и социально-культурное развитие личности. Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья.
- Самоконтроль студентов физическими упражнениями и спортом.
- Контроль уровня совершенствования профессионально важных психофизиологических качеств.
- Средства физической культуры в совершенствовании организма, обеспечении его устойчивости к физической и умственной деятельности.
- Как в норме изменяются физиологические показатели при физической нагрузке?
- Что тестирует проба Руфье-Диксона?
- Озвучьте ход работы пробы Руфье-Диксона.
- Что тестирует проба Мартине?
- Озвучьте ход работы пробы Мартине.
- Что тестирует проба Штанге?
- Что тестирует проба Генчи?
- Методы определения функционального состояния CCC по ЧСС.
- Факторы, влияющие на состояние здоровья.
- Понятие здорового образа жизни и его составляющих.
- Режим труда и отдыха как составляющая ЗОЖ.
- Правила составления и ведения дневника самоконтроля, его воспитательная задача.

Вопросы по теме: «Легкая атлетика»

- Дайте определение легкой атлетики, как вида спорта.
- Дайте определение спортивной ходьбе, расскажите о дистанциях, правилах проведения соревнований и оборудовании в этой дисциплине легкой атлетики.
- Какие дистанции входят в легкоатлетический спринт?
- Какой старт используется при беге на короткие дистанции?
- Назовите три команды стартера и опишите действия бегуна при них.
- Какое оборудование используют бегуны-спринтеры для улучшения старта?
- Перечислите дистанции, называемые стайерскими.
- Сколько составляет марафонская дистанция, и почему носит такое название?
- Перечислите виды легкоатлетических прыжков.
- Опишите и продемонстрируйте схему тройного прыжка.
- Перечислите виды легкоатлетических метаний.
- Сколько составляет окружность классического легкоатлетического стадиона.
- Техника высокого и низкого стартов в легкой атлетике.

12. Техника бега на короткие и средние дистанции. Старт и стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование.
13. Техника прыжка в длину с разбега: разбег, отталкивание от планки, приземление.
14. Техники эстафетного бега и передачи эстафетной палочки.
15. Техника специальных упражнений бегуна.
16. Техника высокого и низкого стартов в легкой атлетике.
17. Техника бега на короткие и средние дистанции. Старт, стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование.
18. Техника прыжка в длину с разбега: разбег, отталкивание от планки, приземление.
19. Легкая атлетика. Техники эстафетного бега и передачи эстафетной палочки.

Вопросы по теме: «Гимнастика»

1. Назовите виды гимнастики, и кратко опишите их.
2. Дайте определение спортивной гимнастики, как вида спорта.
3. Перечислите женские дисциплины спортивной гимнастики.
4. Перечислите мужские дисциплины спортивной гимнастики.
5. Раскройте механизм воздействия физкультурминутки на динамику общей работоспособности человека в течение дня. Выполните комплекс упражнений физкультурминутки.
6. Составьте и выполните комплекс утренней гигиенической гимнастики.
7. Строевые упражнения. Строевые приёмы на месте. Условные обозначения гимнастического зала.
8. Перестроение из 1 шеренги во 2, 3 и обратно.
9. Перестроение из колонны по 1 в колонны по 2, по 3 и обратно.
10. Перестроение из одной шеренги в 3, 4 «Уступом» и обратно.
11. Движение в обход, остановка группы в движении.
12. Движение по диагонали, противоходом, «змейкой», по кругу.
13. Перестроение из колонны по 1 в колонны по 3, 4 поворотом в движении.
14. Размыкание приставным шагом, по распоряжению.
15. Общеразвивающие упражнения. Техника общеразвивающих упражнений.
16. Раздельный способ проведения общеразвивающих упражнений.
17. Основные и промежуточные положения прямых рук.
18. Основные положения согнутых рук. Основные стойки ногами.
19. Наклоны, выпады, приседы. Упражнения сидя и лежа. Поточный способ проведения ОРУ.
20. Техника проведения общеразвивающих упражнений (комплекс ОРУ № 1 (общеразвивающие упражнения без предмета)).
21. Техника проведения общеразвивающих упражнений (комплекс ОРУ № 2 (общеразвивающие упражнения с предметом)).
22. Техника проведения общеразвивающих упражнений (комплекс ОРУ № 3 (комплексы упражнений различной функциональной направленности – по выбору обучающегося)).
23. Техника акробатических упражнений. Комплекс акробатических упражнений.

Тестовые задания по теме: «Спортивные игры (волейбол)»

1. Какая страна считается родиной волейбола?
 - а) Россия
 - б) Китай
 - в) США
2. Какой год считается годом изобретения волейбола?
 - а) 1867 г.
 - б) 1995 г.
 - в) 1895 г.
3. Кто считается изобретателем волейбола?
 - а) Джус Ли
 - б) Джеймс Нейсмит
 - в) Уильям Дж. Морган
4. Сколько игроков от одной команды могут одновременно участвовать в игре?
 - а) 6
 - б) 5
 - в) 7
5. Как долго длится одна стандартная партия игры волейбол?
 - а) 25 мин
 - б) пока одна из команд не наберет 20 очков
 - в) пока одна команда не наберет 25 очков
6. Может ли волейбольная партия закончиться со счетом 25-26?
 - а) да
 - б) нет
 - в) игра будет продолжаться до разницы в 2 очка
7. Кто такой либеро?
 - а) капитан команды
 - б) свободный игрок, находящийся в зоне № 6, который не может атаковать, но разыгрывает мяч на своей половине площадки
 - в) игрок, которого дисквалифицировали
8. При потере мяча командой-соперником, ваша команда.?

- а) получает 1 очко и совершает переход, получая право на подачу
 - б) получает право на 2 подачи подряд
 - в) получает одно очко
9. Выберите верные основные способы подач в волейболе?
- а) слабая, сильная, нейтральная
 - б) верхняя, нижняя, боковая
 - в) винтовая, закрученная, ровная
10. Сколько касаний мяча разрешено игрокам одной команды?
- а) 2
 - б) 3
 - в) 4

Вопросы по теме: Спортивные игры (волейбол)

- 1. Техника выполнения подач мяча: верхней прямой, нижней прямой, нижней боковой.
- 2. Техника выполнения передач мяча: двумя руками вверх, одной рукой сверху.
- 3. Техника выполнения основной стойки волейболиста и перемещений по площадке.
- 4. Техника выполнения прямого и бокового ударов.
- 5. Техника выполнения приема мяча двумя руками сверху и снизу; одной рукой снизу.
- 6. Техника выполнения блокирования.
- 7. Основные требования по обеспечению безопасности при проведении соревнований по волейболу.

Тестовые задания по теме: «Спортивные игры (баскетбол)»

- 1. Игра баскетбол начинается:
 - а) со времени, указанного в расписании игр
 - б) спорным броском в центральном круге
 - в) с приветствия команд
 - г) с начала разминки
- 2. Игра баскетболе заканчивается
 - а) уходом команд с площадки
 - б) когда звучит сигнал секундометриста, указывающий на истечение игрового времени
 - в) в момент подписания протокола старшим судьей
 - г) мяч вышел за пределы площадки
- 3. Кто из членов баскетбольной команды имеет право просить перерыв?
 - а) любой член команды
 - б) тренер или помощник тренера
 - в) капитан команды
 - г) никто
- 4. Укажите количество игроков баскетбольной команды, одновременно находящихся на площадке.
 - а) 6
 - б) 5
 - в) 4
 - г) 7
- 5. В каком году баскетбол возник, как спортивная игра?
 - а) 1861 г.
 - б) 1891 г.
 - в) 1824 г.
 - г) 1904 г.
- 6. В какой стране изобрели баскетбол?
 - а) Испания
 - б) США
 - в) Англия
 - г) Россия
- 7. Кто изобрел баскетбол?
 - а) Джон Вуден
 - б) Джеймс Нейсмит
 - в) Тед Тернер
 - г) Бетр Лесгадт
- 8. Назовите размеры баскетбольной площадки
 - а) 9×18 м
 - б) 26×14 м
 - в) 10×15 м
 - г) 20×40 м
- 9. Чему равен вес баскетбольного мяча?
 - а) 300 г. - 400 г.
 - б) 600 г. - 650 г.
 - в) 480 г. - 520 г.
 - г) 1 кг. - 1кг. 200 г.
- 10. Высота баскетбольной корзины равна:

- а) 2 м. 50 см.
- б) 3 м. 5 см.
- в) 3 м. 50 см.
- г) 4 м.

Вопросы по теме: Спортивные игры (баскетбол)

- 1. Техника выполнения ловли мяча, держания мяча; положение мяча в кистях и ладонях рук.
- 2. Техника выполнения держания мяча в стойке тройной угрозы (на бросок, передачу, ведение).
- 3. Техника выполнения передачи мяча двумя руками от груди (прямо и с отскоком от игровой площадки).
- 4. Техника выполнения передачи мяча двумя руками от головы, с отскоком от игровой площадки;
- 5. Техника выполнения передачи мяча одной рукой (правой, левой) от плеча.
- 6. Техника выполнения бросков мяча: одной рукой с места; в движении с двух шагов.
- 7. Техника выполнения бросков с различных дистанций; штрафной бросок.
- 8. Техника выполнения обманных движений (финтов): на бросок; на ведение; на передачу.
- 9. Техника выполнения ведения мяча: на месте, в движении, в одном направлении со сменой ритма и скорости; со сменой направления и ритма движения.
- 10. Основные восстановительные средства и мероприятия для занимающихся спортивными играми (баскетболом).
- 11. Основные требования по обеспечению безопасности при проведении соревнований по баскетболу.

Тестовые задания по теме: Спортивные игры (футбол)»

- 1. Укажите количество игроков футбольной команды, одновременно находящихся на площадке?
 - а) 8
 - б) 11
 - в) 9
 - г) 7
- 2. Укажите высоту футбольных ворот?
 - а) 240 см.
 - б) 244 см.
 - в) 248 см.
 - г) 250 см.
- 3. Какова ширина футбольных ворот?
 - а) 7 м. 30 см.
 - б) 7 м. 32 см.
 - в) 7 м. 35 см.
 - г) 7 м. 38 см.
- 4. С какого расстояния пробивается «пенальти» в футболе?
 - а) 9 м.
 - б) 11 м.
 - в) 6 м.
 - г) 10 м.
- 5. Какой из этих терминов обозначает в футболе нападающего?
 - а) голкипер
 - б) форвард
 - в) стоппер
 - г) хавбек
- 6. Укажите аббревиатуру Международной федерации футбола?
 - а) УЕФА
 - б) ФИФА
 - в) ФИБА
 - г) ФИЛА
- 7. Какая страна считается Родиной игры в футбол?
 - а) Бразилия
 - б) Англия
 - в) Испания
 - г) Германия
- 8. Кто из наших футбольных вратарей становился лучшим игроком Европы – обладателем «Золотого мяча»?
 - а) Дасаев
 - б) Яшин
 - в) Овчинников
 - г) Акинфеев
- 9. В каком году наша страна становилась победителем Олимпийских игр?
 - а) 1980 г.
 - б) 1988 г.
 - в) 1984 г.
 - г) 1982 г.
- 10. Каким ударом наказывается команда, нарушившая правила в штрафной площади?
 - а) вбрасывание
 - б) пенальти

- в) угловой удар
- г) штрафной удар

Вопросы по теме: Спортивные игры (футбол)

1. Техника выполнения остановки опускающегося мяча; остановки мяча бедром и лбом; остановки мяча грудью.
2. Техника выполнения остановки мяча плечом; остановки мяча стопой.
3. Техника выполнения удара по катающемуся мячу; удара по прыгающему мячу; удара по летящему мячу.
4. Техника выполнения ударов по мячу носком, пяткой, головой.
5. Техника выполнения ведения мяча внешней частью и средней частью подъема.
6. Техника выполнения ведения мяча носком, внутренней части стопы.
7. Техника выполнения ведения мяча с изменением направления.
8. Основные требования по обеспечению безопасности при проведении соревнований по футболу.

Вопросы по теме: «Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)»

1. Определение понятия ППФП.
2. Факторы, оказывающие влияние на содержание ППФП.
3. Особенности ППФП студентов по избранному направлению подготовки.
4. Особенности рационального использования «малых форм» физической культуры в режиме учебного труда и профессиональной подготовки.

3). Темы рефератов

(для временно освобожденных студентов)

1. Здоровье человека как ценность и факторы его определяющие.
2. Здоровый образ жизни и его составляющие.
3. Ценностные ориентации студентов на здоровый образ жизни.
4. Нарушения опорно-двигательного аппарата и его коррекция средствами физической культуры.
5. Роль физических упражнений в коррекции и профилактике остеохондроза позвоночника и при нарушениях осанки.
6. Двигательный режим - один из важнейших факторов сохранения и укрепления здоровья.
7. Врачебно-педагогический контроль, его содержание и задачи.
8. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.
9. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
10. Дневник самоконтроля. Субъективные и объективные показатели самоконтроля.
11. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие здорового образа жизни.
12. Определение нагрузки при занятиях физическими упражнениями.
13. Основные средства повышения общей и профессиональной работоспособности.
14. Особенности занятий физической культурой с людьми различных возрастных групп.
15. Физическая культура в профессиональной деятельности студента.
16. Физическая культура в научной организации труда.
17. Особенности физического развития и физической подготовленности лиц молодого возраста.
18. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура.
19. Основные формы занятий физическими упражнениями.
20. Гигиенические требования к проведению самостоятельных занятий.
21. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.
22. Система студенческих спортивных соревнований. Общественные студенческие спортивные организации.
23. Возможные формы организации тренировочных занятий.
24. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий.
25. Медицинские показания и противопоказания к занятиям оздоровительной физической культурой.
26. Физическая культура в быту.
27. Методика формирования физической активности студентов в домашних условиях.
28. Формы активного проведения досуга.
29. Правила составления комплекса утренней гигиенической гимнастики.
30. Роль производственной гимнастики в профессиональной деятельности.
31. Характеристика производственной физической культуры.
32. Физическая культура в рабочее и свободное время.
33. Профилактика бытового и профессионального травматизма.
34. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
35. Место ППФП в системе физического воспитания.
36. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
37. Простейшие методики самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями.
38. Методы оценки уровня здоровья занимающихся.
39. Использование дополнительных средств повышения общей и профессиональной работоспособности в процессе занятий физическими упражнениями.
40. Агитация и пропаганда ЗОЖ учителями-предметниками, активно занимающимися физической культурой и спортом, значение ее в школьном коллективе.
41. Роль физкультурно-спортивной деятельности в развитии разных типов коммуникаций.
42. Личность и ее формирование в процессе занятий физической культурой и спортом.
43. Общение в спорте как социально-психологическое явление.

44. Психология конфликтов в спортивных коллективах.
45. Личность как субъект и объект общественных отношений в спорте.
46. Психологический такт. Спортивная этика.
47. Психологический климат и успешность спортивной деятельности.
48. Лидерство и его влияние на успешность физкультурно-спортивной деятельности коллектива.
49. Влияние коллектива на формирование личности занимающего физической культурой и спортом.
50. Болельщики как социально-психологическое явление.
51. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.
52. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
53. Социальные и биологические основы физической культуры и спорта.
54. Основы здорового образа жизни.
55. Россия - будущая столица Олимпиады.
56. Олимпийские виды спорта (История Олимпийских игр).
57. Нетрадиционные виды двигательной активности.
58. Профессионально важные двигательные (физические) качества. Средства и методы их совершенствования.
59. Контроль и самоконтроль за физическим развитием и состоянием здоровья.
60. Организация и методика проведения ЛФК, корректирующая гимнастика.
61. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.
62. Профессионально-прикладная физическая подготовка работников разных профессий.
63. Основы методики развития физической способностей человека. Механизмы, лежащие в основе проявления быстроты, силы, выносливости, гибкости и ловкости (нервно-психические, биохимические и физиологические).
64. Средства и методы, применяемые для развития физических способностей обучающихся.
65. Нетрадиционные виды гимнастики.
66. Что мы знаем о стрессе? Методы снятия утомления.
67. История развития спортивных игр (по выбору обучающегося).
68. Спорт в физическом воспитании студентов.
69. Вредные привычки и борьба с ними.
70. Профилактика травматизма.

5.2. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля

Представлен в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Демидкина И. А.	Организация проведения учебно-тренировочных занятий по физической подготовке баскетболистов: учебное пособие	Самара: Самарский государственный архитектурно-строительный университет, 2014
Л1.2	Мишенькина В. Ф., Рогов И. А., Шалаев О. С., Карбанов Д. В.	Волейбол, гандбол, баскетбол. Организация и проведение соревнований по упрощенным правилам: учебное пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2004
Л1.3	Адейеми Д. П., Сулейманова О. Н.	Баскетбол: основы обучения техническим приемам игры в нападении: учебно-методическое пособие	Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2014
Л1.4	Марков К. К.	Техника современного волейбола: монография	Красноярск: Сибирский федеральный университет (СФУ), 2013
Л1.5	Фомин Е. В., Булыкина Л. В.	Волейбол: начальное обучение: учебное пособие	Москва: Спорт, 2015
Л1.6	Волков И. П.	Теория и методика обучения в избранном виде спорта: учебное пособие	Минск: РИПО, 2015
Л1.7	Болманенкова Т. А.	Основы физического воспитания: учебное пособие	Москва Берлин: Директ-Медиа, 2020
Л1.8	Герасимов К. А., Климов В. М., Гусева М. А.	Физическая культура: баскетбол: учебное пособие	Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2017
Л1.9	Чеботарев В. В., Чеботарев А. В.	Футбол: история, правила, техника и тактика игры в футбол: учебно-методическое пособие	Липецк: Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2017
Л1.10	Ястребов, А. В., Золотова, Л. В.	Специализированная подготовка студентов по баскетболу: учебное пособие	Йошкар-Ола: Марийский государственный технический университет, Поволжский государственный технологический университет, ЭБС АСВ, 2010

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.11	Демидкина, И. А.	Организация проведения учебно-тренировочных занятий по физической подготовке баскетболистов: учебное пособие	Самара: Самарский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2014
Л1.12	Алаева, Л. С., Клецов, К. Г., Зябрева, Т. И.	Гимнастика. Общеразвивающие упражнения: учебное пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017
Л1.13	Ермакова, С. Г., Початкова, О. Н.	Легкая атлетика с методикой тренировки: учебно-методическое пособие для спо	Саратов: Профобразование, 2019
Л1.14	Соколовский, Р. В., Соколовская, Л. В.	Общеразвивающие упражнения на занятиях гимнастики: учебно-методическое пособие	Сургут: Сургутский государственный педагогический университет, 2013
Л1.15	Лебедихина, Т. М.	Гимнастика: теория и методика преподавания: учебное пособие	Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2017
Л1.16	Германов, Г. Н., Германова, Е. Г.	Урок легкой атлетики в школе: монография	Саратов: Вузовское образование, 2015

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Железняк Ю. Д., Клещев Ю. Н., Чехов О. С.	Подготовка юных волейболистов: учебно-методическое пособие	Москва: Гос. изд-во "Физкультура и спорт", 1967
Л2.2	Рогов И. А., Гераськин А. А., Мишенькина В. Ф., Колупаева Т. А., Леонов Е. А.	Волейбол: Тестовые задания по изучению правил соревнований	Омск: Сибирская государственная академия физической культуры, 2002
Л2.3	Ярошенко Е. В., Стрельченко В. Ф., Кузнецова Л. А.	Баскетбол: 10 ступеней совершенствования: учебно-методическое пособие	Москва Берлин: Директ-Медиа, 2015
Л2.4	Рыбакова Е. В., Голомысова С. Н.	Подвижные игры в тренировке волейболистов: учебно-методическое пособие	Йошкар-Ола: Поволжский государственный технологический университет, 2016
Л2.5	Власова И. А., Мартынова Г. Я.	Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебно-методическое пособие	Челябинск: ЧГАКИ, 2014
Л2.6	Коровин С. С.	Физическая культура. Ценности. Личность: учебное пособие для обучающихся системы среднего профессионального образования и обучающихся — бакалавров высшего образования: учебное пособие	Москва Берлин: Директ-Медиа, 2020
Л2.7	Шалаев О. С., Мишенькина В. Ф., Эртман Ю. Н., Ковыршина Е. Ю.	Подвижные игры: учебное пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019

6.3. Перечень программного обеспечения

6.3.1	OpenOffice
6.4 Перечень информационных справочных систем	
6.4.1	ВФСК ГТО www.gto.ru
6.4.2	Открытая платформа Спортивная Россия https://infosport.ru
6.4.3	ФИЗКУЛЬТУРА-сайт учителей физической культуры https://fizcultura.ucoz.ru
6.4.4	КонсультантПлюс - https://www.consultant.ru/
6.4.5	Гарант.ру - https://www.garant.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения.
-----	--

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.	
--	--