

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Комарова Светлана Юриевна

Должность: Проректор по образовательной деятельности

Дата подписания: 17.09.2024 08:31:32

Уникальный программный ключ:

170b62a2aaba69ca249560a5d2dfa2e1cb0409df5bae3e14ca423f54f1c8e933


Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Омский государственный аграрный университет имени П.А. Столыпина»

Тарский филиал  
Отделение СПО

ППССЗ по специальности 35.02.08 Электрификация и автоматизация сельского хозяйства


СОГЛАСОВАНО

Руководитель ППССЗ

 С.В. Усков  
«11» июня 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ





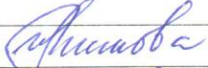
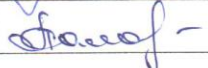
Директор

 А.П. Шевченко  
«11» июня 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
учебной дисциплины

ОГСЭ.06 Физическая культура

Очная форма обучения

Обеспечивающее преподавание дисциплины подразделение	Отделение СПО	
Выпускающее подразделение ППССЗ	Отделение СПО	
Разработчики РПУД (внутренние и внешние):		Н.Н. Ижгурова
Внутренние эксперты:		
Председатель ПЦМК		Ю.Н. Иванова
Заведующий выпускающим отделением СПО		Ю.Н. Иванова
Заместитель директора по ОиНД		Е.В. Юдина
Начальник отдела ООиНД		И.А. Титова
Заведующая библиотекой		С.В. Малашина
<b>Тара 2020</b>		

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	3
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
5. СООТВЕТСТВИЕ СФОРМУЛИРОВАННЫХ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ЕЕ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ СТАНДАРТАМ	20
6. ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	20
7. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ С ЧАСТИЧНЫМ ПРИМЕНЕНИЕМ ЭЛЕКТРОННОГО ОБУЧЕНИЯ И ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ	22
8. ФОРМЫ МЕТОДИЧЕСКИХ ВЗАИМОСВЯЗЕЙ ДИСЦИПЛИНЫ С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ И ПРАКТИКАМИ В СОСТАВЕ ППСЗ	22
9. СОЦИАЛЬНО-ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ ДИСЦИПЛИНЫ	22
10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	23
11. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ (СЕМЕСТРОВАЯ) АТТЕСТАЦИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	25
12. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	26

**1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
ОГСЭ 06 Физическая культура  
**Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 35.02.08 Электрификация и автоматизация сельского хозяйства.

Программа разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО) по специальности 35.02.08 – Электрификация и автоматизация сельского хозяйства, утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 07.05.2014 г. № 457.

**1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** учебная дисциплина «Физическая культура» относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу основной профессиональной образовательной программы.

**1.3. Цели и задачи дисциплины** – требования к результатам освоения дисциплины: содержание программы «ОГСЭ 06. Физическая культура» направлено на достижение следующих целей и задач:

- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

***В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:***

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и само страховки;
- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой.

***В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:***

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- основы здорового образа жизни;
- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности;

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

- максимальной учебной нагрузки обучающегося 328 часов, в том числе:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 164 часа;
- самостоятельной работы обучающегося 164 часа.

**При распределении часов на самостоятельную внеаудиторную работу** обучающихся учитывается сложность изучаемой темы и количество часов, отведённых на данную тему, на аудиторных занятиях.

**Разделение на теоретическое и практическое обучение выполнено** с учётом требований ФГОС к знаниям, умениям и навыкам обучающихся.

**Вариативная часть сформирована** на основании запросов работодателей.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>328</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) по очной форме обучения</b>	<b>164</b>
в том числе:	
– практические занятия	<b>164</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) по очно-заочной форме обучения</b>	Не предусмотрена
в том числе:	
– практические занятия	
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) по заочной форме обучения</b>	Не предусмотрена
в том числе:	
– практические занятия	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего) по очной форме обучения</b>	<b>164</b>
в том числе:	
– консультации	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего) по очно-заочной форме обучения</b>	Не предусмотрена
в том числе:	
– консультации	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего) по очно-заочной форме обучения</b>	Не предусмотрена
в том числе:	
– консультации	
<b>Форма итоговой аттестации – дифференцированный зачет – 8 семестр, зачёт- 3, 7 семестр.</b>	

### 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

#### 2.2.1. Тематический план и содержание учебной дисциплины по очной форме обучения:

№ п/п	Наименование разделов, тем и содержание учебного материала	Объем часов	Уровень освоения *
1	2	3	4

	<b>Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности</b>	<b>14</b>	
<b>3-8 семестр</b>			
<b>Тема №1.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
<b>Общая физическая подготовка</b>	Теоретические сведения. Физические качества и способности человека и основы методики их воспитания. Средства, методы, принципы воспитания быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей. Возрастная динамика развития физических качеств и способностей. Взаимосвязь в развитии физических качеств и возможности направленного воспитания отдельных качеств. Особенности физической и функциональной подготовленности. Двигательные действия. Построения, перестроения, различные виды ходьбы, комплексы обще - развивающих упражнений, в том числе, в парах, с предметами. Подвижные игры.	В начале каждого занятия.	<b>1</b>
	<b>Тематика практических занятий</b>		
	-Выполнение построений, перестроений, различных видов ходьбы, беговых и прыжковых упражнений, комплексов общеразвивающих упражнений, в том числе, в парах, с предметами.  Подвижные игры различной интенсивности	<b>10</b>	<b>2</b>
	<b>Самостоятельная работа обучающихся**</b>		
	- Выполнение различных комплексов физических упражнений в процессе самостоятельных занятий.	<b>4</b>	
<b>3-8 семестр</b>			
<b>Тема №2. Лёгкая атлетика.</b>	<b>Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности</b>	<b>292</b>	
	<b>Тематика практических занятий</b>		
	1. На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий.  2. На каждом занятии планируется сообщение теоретических сведений, предусмотренных настоящей программой.  3. На каждом занятии планируется решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей:	<b>34</b>	<b>2</b>

	<p>-воспитание быстроты в процессе занятий лёгкой атлетикой.</p> <p>-воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий лёгкой атлетикой.</p> <p>-воспитание выносливости в процессе занятий лёгкой атлетикой.</p> <p>-воспитание координации движений в процессе занятий лёгкой атлетикой.</p>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся**</b>		
	Закрепление и совершенствование техники изучаемых двигательных действий в процессе самостоятельных занятий.	<b>39</b>	
	<b>3-8 семестр</b>		
<b>ТемаN3. Спортивные игры</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	-		
	<b>Тематика практических занятий</b>		
	<p>1. Волейбол. 2. Баскетбол. 3.Футбол4. Гандбол</p> <p>1.На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию техники двигательных действий.</p> <p>2.На каждом занятии планируется сообщение теоретических сведений, предусмотренных настоящей программой.</p> <p>3.На каждом занятии планируется решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей:</p> <p>-воспитание быстроты в процессе занятий.</p> <p>-воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий.</p> <p>-воспитание выносливости в процессе занятий.</p> <p>-воспитание координации движений в процессе занятий.</p>	<b>34</b>	<b>2</b>
	<b>Самостоятельная работа обучающихся**</b>		
	Совершенствование техники и тактики спортивных игр в процессе самостоятельных занятий.	<b>39</b>	<b>1</b>
<b>Тема N4. Атлетическая</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	-		

гимнастика.	<b>Тематика практических занятий</b>		
	<p>Особенности составления комплексов атлетической гимнастики в зависимости от решаемых задач.</p> <p>Особенности использования атлетической гимнастики как средства физической подготовки к службе в армии.</p> <p>1. На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию основных элементов техники выполнения упражнений на тренажёрах, с отягощениями.</p> <p>2. На каждом занятии планируется сообщение теоретических сведений, предусмотренных настоящей программой.</p> <p>3. На каждом занятии планируется решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей через выполнение комплексов атлетической гимнастики с направленным влиянием на развитие определённых мышечных групп:</p> <p>- воспитание силовых способностей в ходе занятий атлетической гимнастикой;</p> <p>- воспитание силовой выносливости в процессе занятий атлетической гимнастикой;</p> <p>- воспитание скоростно-силовых способностей в процессе занятий атлетической гимнастикой; - воспитание гибкости через включение специальных комплексов упражнений.</p> <p>4. Каждым студентом обязательно проводится самостоятельная разработка содержания и проведение занятия или фрагмента занятия по изучаемому виду (видам) аэробики.</p>	34	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся**</b>		
	Выполнение изучаемых двигательных действий, их комбинаций в процессе самостоятельных занятий.	39	
Тема N5. Лыжная подготовка.	<b>Содержание учебного материала</b>		
	-		
	<b>Тематика практических занятий</b>		
	Одновременные бесшажный, одношажный, двушажный классический ход и попеременные лыжные ходы. Полу коньковый и коньковый ход. Передвижение по пересечённой местности. Повороты, торможения, прохождение спусков,	34	2

	<p>подъемов и неровностей в лыжном спорте.</p> <p>1. На каждом занятии планируется решение задачи по разучиванию, закреплению и совершенствованию основных элементов техники изучаемого вида спорта.</p> <p>2. На каждом занятии планируется сообщение теоретических сведений, предусмотренных настоящей программой.</p> <p>3. На каждом занятии планируется решение задач по сопряжённому воспитанию двигательных качеств и способностей на основе использования средств изучаемого вида спорта: -воспитание выносливости в процессе занятий изучаемым видом спорта;</p> <p>- воспитание координации движений в процессе занятий изучаемым видом спорта;</p> <p>- воспитание скоростно-силовых способностей в процессе занятий изучаемым видом спорта; - воспитание гибкости в процессе занятий изучаемым видом спорта.</p> <p>4. Каждым студентом обязательно проводится самостоятельная разработка содержания и проведение занятия или фрагмента занятия по изучаемому виду спорта.</p>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся**</b>		
	Катание на лыжах/коньках в свободное время.	<b>39</b>	
	<b>Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)</b>	<b>22</b>	
<b>3-8 семестр</b>			
<b>Тема №6. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	-		
	<b>Тематика практических занятий</b>		
	<p>Значение психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности. Социально экономическая обусловленность необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности.</p> <p>Средства, методы и методика формирования устойчивости к профессиональным заболеваниям.</p> <p>1. Разучивание, закрепление и совершенствование профессионально значимых двигательных действий.</p> <p>2. Формирование профессионально значимых</p>	<b>10</b>	<b>2</b>



	физических качеств.  3. Самостоятельное проведение студентом комплексов профессионально-прикладной физической культуры в режиме дня специалиста.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся**</b>		
	Выполнение комплексов упражнений, повышающих работоспособность в избранной профессиональной деятельности в течение дня, в ходе педагогической практики, в свободное время	<b>4</b>	
<b>Тема N7. Военно-прикладная физическая подготовка.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>Тематика практических занятий</b>		
	Строевая, физическая, огневая подготовка. Строевая подготовка. Строевые приёмы, навыки чёткого и слаженного выполнения совместных действий в строю. Физическая подготовка.  Основные приёмы борьбы (самбо, дзюдо, рукопашный бой): стойки, падения, само страховка, захваты, броски, подсечки, подхваты, подножки, болевые и удушающие приёмы, приёмы защиты, тактика борьбы.  Физическая подготовка. Основные приёмы борьбы (самбо, дзюдо, рукопашный бой): стойки, падения, само страховка, захваты, броски, подсечки, подхваты, подножки, болевые и удушающие приёмы, приёмы защиты, тактика борьбы	<b>8</b>	<b>2</b>
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>164</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>328</b>	

\*Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:  
1 - ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);  
2 - репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);  
3 - продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

\*\* В содержание самостоятельной работы кроме тематики рефератов могут входить другие виды самостоятельной работы по усмотрению преподавателя (проекты, индивидуальные и/или групповые задания, эссе и т.д.) Содержание самостоятельной работы обучающихся: выполнение домашнего задания, решение задач, выполнение практического задания, проектное задание, актуализация теоретического материала, подготовка к текущему тестированию, работа с учебным кейсом, и др.

Примечание: Фонды оценочных средств профессионального модуля представлены отдельным документом.

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебной дисциплины «ОГСЭ 06 Физическая культура» входят:

-рабочая программа  
-ФОС

-стенды

-электронная литература

Реализация программы дисциплины предполагает наличие учебного кабинета

Спортивный зал,

Стрелковый тир

открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий.

#### Оборудование учебного кабинета:

1) Спортивный зал:

Комплект игровой баскетбольный,

сетка баскетбольная – 2 шт.,

сетка волейбольная,

сетка футбольная,

мяч баскетбольный – 5 шт.,

мяч волейбольный – 2 шт.,

мяч футбольный – 2 шт.,

форма волейбольная - 9 комплектов,

секундомер – 4 шт.,

гантель Starfit разборная обрeзиненная DB-702 5 кг – 4 шт.,

гантель Starfit разборная пластиковая DB-701 15,5 кг – 4 шт.,

гантель виниловая DB-101 1 кг – 4 шт.,

гантель виниловая DB-101 3 кг – 4 шт.,

диск для штанги MB Varmell 10 кг – 4 шт.,

диск для штанги MB Varmell 2,5 кг – 4 шт.,

диск для штанги MB Varmell 20 кг – 4 шт.,

диск для штанги MB Varmell 5 кг – 4 шт.,

тренажер спортивный (резинки) - 2 шт.,

штатив,

набор настольного тенниса – 2шт.,

скакалка 2,5 м, - 20 шт.,

скакалка 3 м. – 20 шт.,

коврик "Турист" 1800x600x8мм,

мат гимнастический – 5 шт.,

медицинбол 1 кг – 7 шт.,

весы электронные платформенные,

гири – 2 шт.,

набор для бадминтона

аптечка первой помощи;

2) Стрелковый тир:

Макет пистолета Макарова,

макет автомата Калашникова,

пневматическое ружье,

тренажер для стрельбы СКАТТ

#### 3.2. Перечень литературы, рекомендуемой для изучения дисциплины

Автор, наименование, выходные данные	Доступ
1	2
<b>3.2.1. Основная литература</b>	
Кузнецов В.С. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. - М.: КНОРУС, 2016. - 256 с. – Режим доступа: <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785406047545.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785406047545.html</a>	<a href="http://www.studentlibrary.ru/">http://www.studentlibrary.ru/</a>
Здоровье и физическая культура студента [Электронный ресурс]: учеб. пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2014. – 336 с. - Режим доступа: <a href="http://znanium.com/bookread2.php?book=432358">http://znanium.com/bookread2.php?book=432358</a>	<a href="http://znanium.com/">http://znanium.com/</a>

Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [Электронный ресурс]: от 04.12.2007 N 329-ФЗ : с изм. и доп.	<a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a>
3.2.2. Дополнительная литература	

### 3.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «интернет» и локальных сетей университета, необходимых для освоения дисциплины

3.3.1. Удаленные электронные сетевые учебные ресурсы временного доступа, сформированные на основании прямых договоров с правообладателями (электронные библиотечные системы - ЭБС), информационные справочные системы		
Наименование	Доступ	
Кузнецов В.С. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. - М.: КНОРУС, 2016. - 256 с. – Режим доступа: <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785406047545.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785406047545.html</a>	Режим доступа: для авториз. пользователей.	
Здоровье и физическая культура студента [Электронный ресурс]: учеб.пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2014. – 336 с. - Режим доступа: <a href="http://znanium.com/bookread2.php?book=432358">http://znanium.com/bookread2.php?book=432358</a>	Режим доступа: для авториз. пользователей.	
3.3.2. Электронные сетевые учебные ресурсы открытого доступа:		
3.3.3. Электронные учебные и учебно-методические ресурсы, подготовленные в университете:		
Автор(ы)	Наименование	Доступ

### 3.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

3.4.1. Учебно-методическая литература		
Автор, наименование, выходные данные	Доступ	
3.4.2. Учебно-методические разработки на правах рукописи		
Автор(ы)	Наименование	Доступ

### 3.5. Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

3.5.1. Программные продукты, необходимые для реализации учебного процесса		
Наименование программного продукта (ПП)	Доступ	Виды учебных занятий и работ, в которых используется данный продукт

3.5.2. Информационные справочные системы, необходимые для реализации учебного процесса		
Наименование справочной системы	Доступ	Виды учебных занятий и работ, в которых используется данная система
3.5.3. Специализированные помещения и оборудование, используемые в рамках информатизации учебного процесса		
Наименование	Характеристика	Примечание
3.5.4. Информационно-образовательные системы (ЭИОС)		
Наименование ЭИОС	Доступ	Виды учебных занятий и работ, в которых используется данная система
ЭИОС ОмГАУ	Авторизованный пользователь	Тестирование

**4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОГСЭ 06Физическая культура**

Таблица 4.1. Описание показателей, критериев и шкал оценивания и этапов формирования компетенций в рамках практики

Шифр и название компетенции	Этапы формирования компетенций в рамках дисциплины	Показатель оценивания – знания, умения, навыки (владения)	Уровни сформированности компетенций				Формы и средства контроля формирования компетенций
			компетенция не сформирована	минимальный	средний	высокий	
			Шкала оценивания				
			2	3	4	5	
					<p><i>Оценка «неудовлетворительно»</i> говорит о том, что обучающийся не знает значительной части материала по дисциплине, допускает существенные ошибки в ответах, не может решить практические задачи или решает их с затруднениями.</p>	<p><i>Оценку «удовлетворительно»</i> получает обучающийся, который имеет знания только основного материала, но не усвоил его детали, испытывает затруднения при решении практических задач. В ответах на поставленные вопросы обучающимся допущены неточности, даны недостаточно</p>	

				правильные формулировки, нарушена последовательность в изложении программного материала.	владеть определенными навыками и приемами их выполнения.	отвечая на дополнительные вопросы. Обучающийся должен свободно справляться с поставленными задачами, правильно обосновывать принятые решения.	
Критерии оценивания							
ОК 2 Организовать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	ПФ	Знает перечень типовых методов и способов выполнения профессиональных задач, критерии оценки эффективности и качества выполнения профессиональных задач	Не знает перечень типовых методов и способов выполнения профессиональных задач, критерии оценки эффективности и качества выполнения профессиональных задач	Знает несколько типовых методов и способов выполнения профессиональных задач, критериев оценки эффективности и качества выполнения профессиональных задач	Знает основные методы и способы выполнения профессиональных задач, критерии оценки эффективности и качества выполнения профессиональных задач	Знает основные и дополнительные методы и способы выполнения профессиональных задач, критерии оценки эффективности и качества выполнения профессиональных задач	Итоговый тест Промежуточная аттестация
		Умеет организовывать собственную	Не умеет организовывать собственную деятельность,	Поверхностно организует собственную деятельность,	Свободно организует собственную деятельность,	В совершенстве организует собственную деятельность,	

		<p>деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество</p>	<p>выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество</p>	<p>выбирает типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, не умеет оценивать их эффективность и качество</p>	<p>выбирает типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, не умеет оценивать их эффективность и качество</p>	<p>выбирает типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, умеет оценивать их эффективность и качество</p>	
		<p>Владеет навыками организации собственной деятельности, выбора типовых методов и способов выполнения профессиональных задач, оценки их эффективности и качества</p>	<p>Не владеет навыками организации собственной деятельности, выбора типовых методов и способов выполнения профессиональных задач, оценки их эффективности и качества</p>	<p>Поверхностно владеет навыками организации собственной деятельности, выбора типовых методов и способов выполнения профессиональных задач, оценки их эффективности и качества</p>	<p>Свободно владеет навыками организации собственной деятельности, выбора типовых методов и способов выполнения профессиональных задач, оценки их эффективности и качества</p>	<p>В совершенстве владеет навыками организации собственной деятельности, выбора типовых методов и способов выполнения профессиональных задач, оценки их эффективности и качества</p>	
<p>ОК 3Принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях и</p>	<p>ПФ</p>	<p>Знает как принимать решения в стандартных и не стандартных</p>	<p>Не знает как принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях</p>	<p>Частично знает как принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях</p>	<p>Знает как принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях и нести за них</p>	<p>В совершенстве знает как принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях и нести</p>	<p>Итоговый тест  Промежуточная аттестация</p>

нести за них ответственно сть		ситуациях			ответственность	за них ответственность	
	ПФ	Умеет принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях и нести за них ответственность	Не умеет принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях и нести за них ответственность	Поверхностно умеет принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях	Свободно умеет принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях	В совершенстве умеет принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях и нести за них ответственность	
	ПФ	Владеет знанием как принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях и нести за них ответственность	Не владеет знанием как принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях	Поверхностно владеет знаниями как принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях и нести за них ответственность	Свободно владеет знанием как принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях	В совершенстве владеет знанием как принимать решения в стандартных и не стандартных ситуациях и нести за них ответственность	
ОК 6 Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством	ПФ	Знает как работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителям	Не знает как работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями	Знает как работать в коллективе и команде	Частично знает как работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями	В совершенстве знает как работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством,	Итоговый тест Промежуточная аттестация



,потребителя ми		и				потребителями	
	Пф	Умеет работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителям и	Не умеет работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями	Умеет работать в коллективе и команде	Свободно может работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями	В совершенстве умеет работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями	
	Пф	Владеет навыками работы в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителям и	Не владеет навыками работы в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями	Владеет навыками работы в коллективе и команде	Свободно может работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями	В совершенстве владеет навыками работы в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями	

## **5. СООТВЕТСТВИЕ СФОРМУЛИРОВАННЫХ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ЕЕ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ СТАНДАРТАМ**

В соответствии с реализацией основных требований законодательства РФ в области внедрения профессиональных стандартов, в университете идет регулярная работа по актуализации основных образовательных программ с учетом принимаемых профессиональных стандартов по направлению установления соответствия ФГОС, ОП И ПС и сопряжения их разделов, а также по актуализации ОП в соответствии с требованиями рынка труда.

## **6. ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Организационно – педагогическое, психолого-педагогическое, медицинское, оздоровительное сопровождение, материальная и социальная поддержка обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется в соответствии с программой индивидуальной реабилитации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, разрабатываемой для конкретного обучающегося.

Обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся, оценочные средства для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на дифференцированном зачете.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены университетом или могут использоваться собственные технические средства.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

а) инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, в форме аудиозаписи, устно с использованием услуг сурдопереводчика);

б) доступная форма представления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме аудиозаписи, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода);

в) доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, в форме аудиозаписи, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов (на основе личного заявления обучающегося).

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

В филиале ведется планомерная работа по созданию безбарьерной среды и повышению уровня доступности зданий и сооружений потребностям категорий инвалидов и лиц с ОВЗ: с

нарушением зрения; с нарушением слуха; с ограничением двигательных функций. Обеспечение доступности объектов филиала подтверждается Паспортами доступности на объекты социальной инфраструктуры и услуги в приоритетных сферах жизнедеятельности инвалидов и других маломобильных групп населения, расположенные на территории Тарского филиала ФГБОУ ВО Омский ГАУ:

в учебных корпусах (ул. Тюменская, 18 Литер А и ул. Черемуховая, 9 Литер А, А1) установлены входные пандусы; пути движения к помещениям внутри зданий для слабовидящих оборудованы тактильной плиткой, мнемосхемой; лекционная аудитория оборудована портативной индукционной системой (аудитория № 112); выделены стоянки автотранспортных средств для инвалидов, информация о филиале размещена на информационной табличке, выполненной рельефно-точечным шрифтом Брайля; на первом этаже имеется специально оборудованная санитарно-гигиеническая комната;

в общежитии (ул. 3-я Сосновая, дом 11) оборудован отдельный вход и установлен входной пандус; пути движения к помещениям внутри зданий для слабовидящих оборудованы тактильной плиткой, мнемосхемой; выделены стоянки автотранспортных средств для инвалидов; информация о филиале размещена на информационной табличке, выполненной рельефно-точечным шрифтом Брайля; организовано помещение для проживания и специально оборудованная санитарно-гигиеническая комната.

В библиотеке Тарского филиала ФГБОУ ВО Омский ГАУ для обеспечения равного доступа к информации для обучающихся с нарушениями зрения на компьютерах установлена программа NVDA, которая позволяет работать на компьютере и в интернете. Программа читает все, что находится на экране с помощью встроенного синтезатора речи. Программа установлена в читальном зале библиотеки на 1 ПК, оборудованном наушниками.

**МТБ для самостоятельной работы обучающихся с нарушением зрения  
в библиотеке Тарского филиала**

Читальный зал библиотеки Тарского филиала	1 рабочее место:  компьютер, наушники, программа  экранного доступа NVDA, стол, стул.	г. Тара, ул. Черемуховая, 9,  учебный корпус,  ауд. 107
---	---	---

В электронно-библиотечных системах, доступ к которым в вузе осуществляется на договорной основе, предусмотрены специальные возможности для инклюзивного образования:

- ЭБС Znanium.com - адаптивная версия сайта для слабовидящих;
- ЭБС «Консультант студента» - озвучка книг и увеличение шрифта;

ЭБС издательства «Лань» - мобильное приложение с синтезатором речи для незрячих студентов. Используя синтезатор речи в мобильном приложении, незрячие студенты могут: осуществлять навигацию по каталогу; осуществлять переход внутри книги по предложениям, абзацам и главам; слушать озвученные книги на мобильном устройстве; регулировать скорость воспроизведения речи.

**7. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ С ЧАСТИЧНЫМ ПРИМЕНЕНИЕМ ЭЛЕКТРОННОГО ОБУЧЕНИЯ И ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

При реализации программы дисциплины могут применяться электронное обучение и дистанционные образовательные технологии.

В случае применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, обучающимся обеспечивается доступ к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, состав которых определяется в рабочей программе, кроме того, при реализации программы с использованием информационно-образовательной среды «ОмГАУ- Moodle», дисциплина обеспечивается полнокомплектным ЭУМК.

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья электронное обучение и дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах. Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечиваются печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

## **8. ФОРМЫ МЕТОДИЧЕСКИХ ВЗАИМОСВЯЗЕЙ ДИСЦИПЛИНЫ С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ И ПРАКТИКАМИ В СОСТАВЕ ППСЗ**

В рамках методической работы применяются следующие формы методических взаимосвязей:

- учёт содержания предшествующих дисциплин при формировании рабочей программы последующей дисциплины,
- согласование рабочей программы предшествующей дисциплины ведущим преподавателем последующей дисциплины;
- совместное обсуждение ведущими преподавателями предшествующей и последующей дисциплин результатов входного тестирования по последующей дисциплине;
- участие ведущего преподавателя последующей дисциплины в процедуре приёма зачета/экзамена по предыдущей.

## **9. СОЦИАЛЬНО-ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ ДИСЦИПЛИНЫ**

В условиях созданной вузом социокультурной среды в результате изучения дисциплины: формируются мировоззрение и ценностные ориентации обучающихся; интеллектуальные умения, научное мышление; способность использовать полученные ранее знания, умения, навыки, развитие творческих начал.

Воспитательные задачи реализуются в процессе общения преподавателя с обучающимися, в использовании активных методов обучения, побуждающих обучающихся проявить себя в совместной деятельности, принять оценочное решение. Коллективные виды деятельности способствуют приобретению навыков работы в коллективе, умения управления коллективом. Самостоятельная работа способствует выработке у обучающихся способности принимать решение и навыков самоконтроля.

Через связь с НИРС, осуществляемой во внеучебное время, социально-воспитательный компонент ориентирован на:

- 1) адаптацию и встраивание обучающихся в общественную жизнь ВУЗа, укрепление межличностных связей и уверенности в правильности выбранной профессии;
- 2) проведение систематической и целенаправленной профориентационной работы, формирование творческого, сознательного отношения к труду;
- 3) формирование общекультурных компетенций, укрепление личных и групповых ценностей, общественных ценностей, ценности непрерывного образования;
- 4) гражданско-правовое воспитание личности;
- 5) патриотическое воспитание обучающихся, формирование модели профессиональной этики, культуры экономического мышления, делового общения.

Объединение элементов образовательной и воспитательной составляющей дисциплины способствует формированию общекультурных компетенций выпускников, компетенций социального взаимодействия, самоорганизации и самоуправления, системно-деятельностного характера, создает условия, необходимые для всестороннего развития личности.

## **10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

### **10.1. Организационные требования к учебной работе по дисциплине**

Формы организации учебной деятельности по дисциплине занятия практического типа и выполнение самостоятельных работ.

Занятия практического типа проводятся в виде: учебно – методических, учебно - тренировочных занятий.

В ходе изучения дисциплины обучающемуся необходимо выполнить внеаудиторную работу и аудиторную работу которая состоит из следующих видов работ самостоятельное изучение темы и написание краткого конспекта, написание сообщений, сдача нормативов.

После изучения каждого из разделов проводится рубежный контроль результатов освоения дисциплины обучающимися в виде тестирования и сдачи нормативов. По итогам изучения дисциплины осуществляется аттестация обучающихся в форме дифференцированного зачёта.

Учитывая значимость дисциплины к ее изучению предъявляются следующие организационные требования:

- обязательное посещение студентом всех видов аудиторных занятий;
- качественная самостоятельная работа;
- сдача нормативов;
- сдача тестирования.

### **10.2. Организация и проведение практических занятий по дисциплине**

Рабочей программой предусмотрены занятия практического типа, которые могут проводиться в следующих формах:

- урочные
- внеурочные

Урочные формы - это занятия проводимые преподавателем с постоянным составом занимающихся к ним относятся уроки физической культуры.

Внеурочные формы - это занятия проводимые как специалистами так и самими занимающимися (самостоятельно) с целью активного отдыха, укрепления или восстановления здоровья и т. д.

### **10.3. Организация самостоятельной работы обучающихся**

#### **10.3.1. Самостоятельное изучение тем**

На самостоятельное изучение обучающимся выносятся темы:

- Физическая культура личности.
- Здоровый образ жизни и факторы, его определяющие.
- Питание обменные процессы и развитие человека.
- История зарождения развития олимпийского движения в древней Греции.
- Основы организации двигательного режима.

По итогам изучения данных тем обучающийся готовит: конспект, доклад.

По итогам изучения тем обучающийся готовит сообщение и отвечает на вопросы преподавателя.

<b>Общий алгоритм самостоятельного изучения тем</b>
1) Ознакомиться с рекомендованной учебной литературой и электронными ресурсами по теме (ориентируясь на вопросы для самоконтроля).
2) На этой основе составить развёрнутый план изложения темы
3) Выбрать форму отчетности конспектов (план – конспект, текстуальный конспект, свободный конспект, конспект – схема)/презентация/эссе/доклад
2) Оформить отчётный материал в установленной форме в соответствии методическими рекомендациями
3) Провести самоконтроль освоения темы по вопросам, выданным преподавателем
4) Представить отчётный материал преподавателю по согласованию с ведущим преподавателем
5) Подготовиться к предусмотренному контрольно-оценочному мероприятию по результатам самостоятельного изучения темы
6) Принять участие в указанном мероприятии, пройти рубежное тестирование по разделу на аудиторном занятии и заключительное тестирование в установленное для внеаудиторной работы время
Вопросы для самоконтроля освоения темы - представлены в фондах оценочных средств по дисциплине

#### **Шкала и критерии оценивания**

##### **тем, выносимых на самостоятельное изучение:**

- «зачтено» выставляется обучающемуся, если он ясно, четко, логично и грамотно излагает тему: дает определение основным понятиям с позиции разных авторов, приводит практические примеры по изучаемой теме, четко излагает выводы, соблюдает заданную форму изложения – доклад и презентация;

- «не зачтено» выставляется обучающемуся, если он не соблюдает требуемую форму изложения, не выделяет основные понятия и не представляет практические примеры.

В течение семестра по итогам изучения разделов дисциплины проводится рубежный контроль в виде тестирования.

## Шкала и критерии оценивания

- оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если получено 81% и более правильных ответов.
- оценка «хорошо» - получено от 71 до 80% правильных ответов.
- оценка «удовлетворительно» - получено от 61 до 70% правильных ответов.
- оценка «неудовлетворительно» - получено менее 61% правильных ответов.

### 11. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ (СЕМЕСТРОВАЯ) АТТЕСТАЦИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

<b>11.1. Основные характеристики</b> <b>промежуточной аттестации студентов по итогам изучения дисциплины</b> <b>Для зачета</b>	
<b>Цель промежуточной аттестации -</b>	установление уровня достижения каждым студентом целей и задач обучения по данной дисциплине
<b>Форма промежуточной аттестации -</b>	дифференцированный зачет
<b>Место процедуры получения зачёта в графике учебного процесса</b>	1) участие студента в процедуре получения зачёта осуществляется за счёт учебного времени (трудоемкости), отведённого на изучение дисциплины
	2) процедура проводится в рамках ВАРС, на последней неделе семестра
<b>Основные условия получения студентом зачёта:</b>	1) студент выполнил все виды учебной работы (включая самостоятельную) и отчитался об их выполнении в сроки, установленные графиком учебного процесса по дисциплине; 2) прохождение заключительного тестирования, по результатам освоения дисциплины; 3) Другое. Например, подготовил полноценное учебное портфолио.
<b>Процедура получения зачёта -</b>	представлены в п. 4
<b>Основные критерии достижения соответствующего уровня освоения программы учебной дисциплины</b>	

### 12. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

– представлены отдельным документом

13. Фонд оценочных средств - представлен отдельным документом

ЛИСТ РАССМОТРЕНИЙ И ОДОБРЕНИЙ

Рабочей программы учебной дисциплины  
ОГСЭ.06 Физическая культура в составе ПСССЗ 35.02.08 Электрификация и автоматизация  
сельского хозяйства

1) Рассмотрена и одобрена:

а) На заседании предметно цикловой методической комиссии  
протокол № 6 от 15.05.2020 г.

Председатель ПЦМК  Иванова Ю.Н.

б) На заседании методической комиссии отделения СПО  
протокол № 8 от 11.06.2020 г.

Председатель методической комиссии  Юдина Е.В.

2) Рассмотрена и одобрена внешним экспертом

ООО Тарасибэлектромонтаж, директор  Серебренников В.Н.



**ИЗМЕНЕНИЯ И ДОПОЛНЕНИЯ**  
к рабочей программе дисциплины ОГСЭ.06 Физическая культура  
в составе ППСЗ 35.02.08 Электрификация и автоматизация сельского хозяйства


**Ведомость изменений**

№ п/п	Вид обновлений	Содержание изменений, вносимых в ОПОП	Обоснование изменений
1	Обновление на 2024/25 учебный год	Актуализация списка литературы	Ежегодное обновление

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена на заседании предметно-цикловой методической комиссии, протокол № 6 от « 19 » марта 2024 г.

Председатель ПЦМК  /Иванова Ю.Н./

Одобрена методической комиссией отделения СПО, протокол № 6 от « 26 » марта 2024 г.

Председатель методической комиссии отделения СПО  /Юдина Е.В./



### 3.2. Перечень литературы, рекомендуемой для изучения дисциплины

<i>Основная учебная литература:</i>
Бардамов Г. Б. Физическая культура и спорт : учебник / Г. Б. Бардамов, К. В. Балдаев. — Улан-Удэ : Бурятская ГСХА им. В.Р. Филиппова, 2020. — 405 с. — Текст : электронный. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/226094">https://e.lanbook.com/book/226094</a> — Режим доступа : для авториз. пользователей.
Физическая культура и спорт студентов : учебное пособие / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб [и др.]. — Иркутск, 2020. — 115 с. — Текст : электронный. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/183498">https://e.lanbook.com/book/183498</a> — Режим доступа : для авториз. пользователей.
<i>Дополнительная учебная литература:</i>
Физическая культура и спорт студентов : учебное пособие / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб [и др.]. — Иркутск, 2020. — 115 с. — Текст : электронный. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/183498">https://e.lanbook.com/book/183498</a> — Режим доступа : для авториз. пользователей.
Бомин В. А. Организация занятий физической культурой и спортом студентов : учебное пособие / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб. — Иркутск, 2019. — 322 с. — Текст : электронный. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/133353">https://e.lanbook.com/book/133353</a> — Режим доступа : для авториз. пользователей.
Филиппова Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 197 с. — SBN 978-5-16-015948-5. - Текст : электронный. - URL: <a href="https://znanium.ru/catalog/product/1905554">https://znanium.ru/catalog/product/1905554</a> — Режим доступа : для авториз. пользователей.
Штейнбах В. Л. Краткая олимпийская энциклопедия / автор-составитель В. Л. Штейнбах. - Москва : Олимпия, 2016. - 512 с. - ISBN 978-5-906839-15-2. - Текст : электронный. - URL: <a href="https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839152.html">https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839152.html</a> — Режим доступа : для авториз. пользователей.
Среднее профессиональное образование : теоретический и научно-методический журнал / Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва. - ISSN 1990-679. — Текст : непосредственный.