Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
"Вятский государственный агротехнологический университет"

УТВЕРЖДАЮ

Декан экономического факультета

_____ Т.Б. Шиврина

"15" апреля 2021 г.

Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **физического воспитания**

Учебный план 09.03.03 Прикладная информатика
направленность (профиль) программы бакалавриата "Прикладная информатика и бизнес-анализ в АПК"

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 328
в том числе:
аудиторные занятия 328
самостоятельная работа 0

Виды контроля в семестрах:
зачеты 2, 3, 4, 5, 6

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		Итого	
Недель	19		18		17		18		15			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	72	72	72	72	54	54	72	72	58	58	328	328
Итого ауд.	72	72	72	72	54	54	72	72	58	58	328	328
Контактная работа	72	72	72	72	54	54	72	72	58	58	328	328
Итого	72	72	72	72	54	54	72	72	58	58	328	328

Киров 2021

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 4285BD6BEB8900E0BFFD5A2C6C4531B6
Владелец: Симбирских Елена Сергеевна
Действителен: с 25.05.2023 до 17.08.2024

Программу составил(и):

к.п.н., доцент кафедры физического воспитания, Поперeков Владислав Сергеевич

Рецензент(ы):

Старший преподаватель кафедры физического воспитания, Краева Екатерина Владимировна

Рабочая программа дисциплины

Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 09.03.03 Прикладная информатика (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 922)

составлена на основании Учебного плана:

09.03.03 Прикладная информатика
направленность (профиль) программы бакалавриата "Прикладная информатика и бизнес-анализ в АПК"

одобренного и утвержденного Ученым советом университета от 15.04.2021 протокол № 5.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена учебно-методической комиссией

экономического факультета Протокол № 6/1/2020-21 от "15"апреля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры

физического воспитания

Протокол № 8 от "15"апреля 2021 г.

Зав. кафедрой _____к.т.н, доцент Новиков Константин Владимирович

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2022-2023 учебном году на заседании кафедры

физического воспитания

Протокол от "__" _____ 2022 г. № __

Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры

физического воспитания

Протокол от "__" _____ 2023 г. № __

Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры

физического воспитания

Протокол от "__" _____ 2024 г. № __

Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры

физического воспитания

Протокол от "__" _____ 2025 г. № __

Зав. кафедрой _____

1. ЦЕЛЬ (ЦЕЛИ) ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	раскрыть теоретические аспекты и практическую сторону правил составления отчетности и ведения учета в составлении с МСФО.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	
Цикл (раздел) ОПОП:	Б1.О.ДВ.01
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Обучающийся должен обладать индикаторами достижения компетенций, полученными при изучении следующих дисциплин: Физическая культура и спорт.
2.2	**Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Государственная итоговая аттестация

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-7.1	Выбирает и применяет методы и средства физической культуры с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности
УК-7.2	Соблюдает нормы здорового образа жизни и физической подготовки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-7.3	Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	**Знать:**
3.1.1	нормы здорового образа жизни, методы и средства физической культуры с учетом физиологических особенностей организма для лиц с ограниченными возможностями здоровья
3.2	**Уметь:**
3.2.1	подбирать и применять нормы здорового образа жизни, методы и средства физической культуры с учетом физиологических особенностей организма для лиц с ограниченными возможностями здоровья
3.3	**Иметь навыки и (или) опыт деятельности (Владеть):**
3.3.1	владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и навыками применения норм здорового образа жизни, методов и средств физической культуры с учетом физиологических особенностей организма для лиц с ограниченными возможностями здоровья

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции (индикаторы)	Литература	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Практический						
1.1	Подвижные и настольные игры с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья /Пр/	2	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	0	
1.2	Подвижные адаптивные занятия на основе принципов здоровьесбережения /Пр/	2	20	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.3	Шашки, шахматы /Пр/	2	18	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.4	Подготовка к зачету /Пр/	2	8	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.5	Подвижные и настольные игры с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья /Пр/	2	8	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.6	Подвижные адаптивные занятия на основе принципов здоровьесбережения /Пр/	2	8	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.7	Шашки, шахматы /Пр/	3	8	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2 Э1 Э2 Э3	0	

1.8	Подготовка к зачету /Пр/	3	20	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.9	Подвижные и настольные игры с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья /Пр/	3	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.10	Подвижные адаптивные занятия на основе принципов здоровьесбережения /Пр/	3	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.11	Шашки, шахматы /Пр/	3	8	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.12	Подготовка к зачету /Пр/	3	8	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.13	Подвижные и настольные игры с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья /Пр/	3	8	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.14	Подвижные адаптивные занятия на основе принципов здоровьесбережения /Пр/	4	6	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.15	Шашки, шахматы /Пр/	4	12	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.16	Подготовка к зачету /Пр/	4	4	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.17	Подвижные и настольные игры с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья /Пр/	4	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.18	Подвижные адаптивные занятия на основе принципов здоровьесбережения /Пр/	4	8	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.19	Шашки, шахматы /Пр/	4	8	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.20	Подготовка к зачету /Пр/	4	6	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.21	Подвижные и настольные игры с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья /Пр/	5	18	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.22	Подвижные адаптивные занятия на основе принципов здоровьесбережения /Пр/	5	20	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.23	Шашки, шахматы /Пр/	5	20	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.24	Подготовка к зачету /Пр/	5	14	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.25	Подвижные и настольные игры с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья /Пр/	6	20	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	

1.26	Подвижные адаптивные занятия на основе принципов здоровьесбережения /Пр/	6	20	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.27	Шашки, шахматы /Пр/	6	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.2Л2.2 Э1 Э2 Э3	0	
1.28	Подготовка к зачету /Пр/	6	8	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	0	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Рабочая программа дисциплины обеспечена фондом оценочных средств для проведения промежуточной аттестации. Содержание фонда оценочных средств представлено в Приложении 1.

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

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство,
Л1.1	Ловягина, А.Е.	Психология физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : Учебник и практикум для академического бакалавриата Режим доступа: https://urait.ru/bcode/433223	Юрайт, 2019
Л1.2	Письменский И.А., Аллянов Ю.Н.	Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник для вузов Режим доступа: https://urait.ru/bcode/469114	Москва : Издательство Юрайт, 2021

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство,
Л2.1	Бишаева А.А.	Профессионально-оздоровительная физическая культура студента [Электронный ресурс]: Учебное пособие Режим доступа: https://book.ru/book/931237	М.: КноРус, 2019
Л2.2	Виленский М.Я., Горшков А.Г.	Физическая культура и здоровый образ жизни студента [Электронный ресурс]: Учебное пособие Режим доступа: https://book.ru/book/930222	М.: КноРус, 2019

6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство,
Л3.1	А.В. Пономарев, О.О. Малышева, А.А. Бусыгина	Методические указания по подготовке к зачету для студентов специальной медицинской группы и освобождённых от практических занятий [Электронный ресурс]: Учебное пособие Режим доступа: http://46.183.163.35/MarcWeb2/Found.asp	Вятская ГСХА, 2016
Л3.2	А.В. Пономарев, А.А. Бусыгина, Е.В. Краева	Подвижные игры на учебных занятиях в вузе [Электронный ресурс]: метод. рекомендации Режим доступа: http://46.183.163.35/MarcWeb2/Found.asp	Вятская ГСХА, 2019
Л3.3	А.А. Бусыгина	Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для самостоятельной работы обучающихся Режим доступа: http://46.183.163.35/MarcWeb2/Default.asp	Вятская ГСХА, 2019

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Физическая культура [Электронный ресурс]: [Виртуальная обучающая среда] - Электрон.дан. и прогр.-Киров, СДО ФГБОУ ВО Вятская ГСХА [201-].- режим доступа: http://sdo.vgsha.info
Э2	Министерство спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.minsport.gov.ru/ . - Загл. с экрана.
Э3	Научная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://elibrary.ru/defaultx.asp - Загл. с экрана

6.3. Перечень информационных технологий

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Операционная система семейства Windows (Windows Vista Business AO NL, MS Win Prof 7 AO NL, Win Prof 7 AOL NL, Win Home Bas 7 AOL NL LGG, Win Starter 7 AO NL LGG, Win SL 8 AOL NL LGG, Win Prof 8 AOL NL, Win Home 10 All Languages Online Product Key License)

6.3.1.2	Приложения Office (MS Office Prof Plus 2007 AO NL, MS Office Prof Plus 2010 AO NL, MS Office 2013 OL NL, MS OfficeStd 2016 RUS OLP NL Acdmc)
6.3.1.3	Антивирусное ПО Kaspersky Endpoint Security
6.3.1.4	Free Commander 2009/02b
6.3.1.5	Google Chrome 39/0/21/71/65
6.3.1.6	Opera 26/0/1656/24
6.3.1.7	Adobe Reader XI 11/0/09
6.3.1.8	Гарант Аэро
6.3.2 Перечень информационных справочных систем и современных профессиональных баз данных	
6.3.2.1	Информационная справочная система: КонсультантПлюс
6.3.2.2	Информационная справочная система: Гарант Аэро
6.3.2.3	Профессиональная база данных: Научная электронная библиотека elibrary.ru Режим доступа: http://elibrary.ru/defaultx.asp
6.3.2.4	Профессиональная база данных: Электронный каталог ФГБОУ ВО Вятский ГАТУ Режим доступа http://46.183.163.35/MarcWeb2

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) представлено в Приложении 3 РПД.

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

Освоение дисциплины проводится в форме аудиторных занятий и внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся.
При проведении аудиторных занятий предусмотрено применение следующих инновационных форм учебных занятий, развивающих у обучающихся навыки командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерские качества: творческие задания; дискуссия; обсуждение и разрешение проблем. Количество часов занятий в интерактивных формах определено учебным планом.
Практическая подготовка при реализации дисциплины организуется путем проведения практических занятий, предусматривающих участие обучающихся в выполнении отдельных элементов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью
Внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в следующих формах:
•□самостоятельное изучение теоретического материала (тем дисциплины);
•□подготовка к лабораторным, практическим, семинарским занятиям;
подготовка к мероприятиям текущего контроля;
•□подготовка к промежуточной аттестации.
1. Самостоятельное изучение тем дисциплины.
Для работы необходимо ознакомиться с учебным планом дисциплины и установить, какое количество часов отведено учебным планом в целом на изучение дисциплины, на аудиторную работу с преподавателем на практических (семинарских) занятиях, а также на самостоятельную работу. С целью оптимальной самоорганизации необходимо сопоставить эту информацию с графиком занятий и выявить наиболее затратные по времени и объему темы, чтобы заранее определить для себя периоды объемных заданий. Целесообразно начать работу с изучения теоретического материала, основных терминов и понятий курса и с письменных ответов на индивидуальные и тестовые задания.
2. Подготовка к практическим занятиям.
Цель практических занятий заключается в развитии у обучающихся навыков, знаний и умений по физической культуре. При проведении практических занятий предусмотрено применение следующих инновационных форм учебных занятий, развивающих у обучающихся навыки командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерские качества: творческие задания; работа в малых группах; изучение и закрепление нового материала; разбор конкретных ситуаций. В ходе подготовки к практическому занятию обучающимся необходимо иметь спортивную форму.
В практическом разделе систематизирован материал для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Спортивно-ориентированная программа состоит из проблемно-тематических модулей по видам спорта. Практический раздел программы реализуется на практических занятиях в учебных группах. Этот раздел предусматривает как обучение занимающихся новым двигательным действиям, так и воспитанию физических качеств с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья.
3. Подготовка к мероприятиям текущего контроля.
В конце изучения каждой темы может проводиться тематическая контрольная работа, которая является средством текущего контроля оценки знаний. Подготовка к ней заключается в повторении пройденного материала и повторном решении заданий, которые рассматривались на занятиях, а также в выполнении заданий для самостоятельной работы.
4. Подготовка к промежуточной аттестации.
Подготовка к зачёту является заключительным этапом изучения дисциплины и является средством промежуточного контроля. Подготовка к зачёту предполагает изучение конспектов лекций, рекомендуемой литературы и других источников, повторение материалов практических занятий. В процессе подготовки к зачёту выявляются вопросы, по которым нет уверенности в ответе либо ответ обучающемуся не ясен.Выполнение практического раздела рабочей программы с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья.
Зачетная работа (тест) с учетом индивидуальных психофизических возможностей (устно или письменно). Критерием

успешности освоения учебного материала является экспертная оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения обязательных учебных занятий и выполнения зачетной заботы.

Приложение 1

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту:
Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья

Направление подготовки 09.03.03 Прикладная информатика
Направленность (профиль) программы бакалавриата «Прикладная информатика и бизнес-анализ в АПК»
Квалификация бакалавр

1. Описание назначения и состава фонда оценочных средств

Настоящий фонд оценочных средств (ФОС) входит в состав рабочей программы дисциплины **«Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья»** и предназначен для оценки планируемых результатов обучения – сформированности индикаторов достижения компетенций и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций (п.2) в процессе изучения данной дисциплины.

ФОС включает в себя оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации в форме зачета.

ФОС разработан на основании:

- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 09.03.03 Прикладная информатика (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 922);
- основной профессиональной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 09.03.03 Прикладная информатика направленности (профилю) программы бакалавриата «Прикладная информатика и бизнес-анализ в АПК»;
- Положения «О формировании фонда оценочных средств для промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования».

2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7).

Код формируемой компетенции	**Этапы формирования компетенции в процессе освоения образовательной программы**		
	Начальный этап	**Основной этап**	**Заключительный этап**
УК-7	• Физическая культура и спорт	• Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: Спортивные и подвижные игры • Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: Общая физическая подготовка • Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья	• Подготовка к государственной итоговой аттестации

3. Планируемые результаты освоения образовательной программы по дисциплине, выраженные через компетенции и индикаторы их достижений, описание шкал оценивания

Код и наименование формируемых компетенций	**Код и наименование индикатора достижения формируемой компетенции**		**Наименование контролируемых разделов и тем**	**Наименование оценочного средства промежуточной аттестации**
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1	Выбирает и применяет методы и средства физической культуры с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности	Раздел 4 рабочей программы дисциплины	Тестовые вопросы к зачету
	УК-7.2	Соблюдает нормы здорового образа жизни и физической подготовки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		
	УК-7.3	Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности		

Для оценки сформированности соответствующих компетенций по дисциплине **«Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья»** при проведении промежуточной аттестации в форме зачета применяется следующая шкала оценивания:

№	Критерии оценивания	Шкала оценивания	
		не зачтено	зачтено
		Описание показателя	
1	Полнота знаний теоретического контролируемого материала	Низкий уровень усвоения материала. Продемонстрировано незнание значительной части учебного материала – менее 60% правильных ответов	Продемонстрированы знания основного учебного материала – не менее 60% правильных ответов
2	Работа в течение семестра, наличие задолженности по текущему контролю успеваемости.	Имеются значительные пропуски занятий, задолженность по текущему контролю знаний	Активная работа, задолженность отсутствует

4. 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

Теоретические вопросы по дисциплине «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья» для промежуточной аттестации в форме зачета

1. Физическая культура: определение, результат деятельности в физической культуре, совокупность ценностей, представляющих физическую культуру.
2. Компоненты физической культуры:
3. Структура физической культуры личности.
4. Операциональный компонент физической культуры личности.
5. Мотивационно-ценностный компонент физической культуры личности.
6. Практико-деятельностный компонент физической культуры личности.
7. Система мотивов в области компонент физической культуры личности.
8. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре.
9. Уровни проявления компонент физической культуры личности.
10. Социальные функции компонент физической культуры личности в университете.
11. Гомеостаз.
12. Организм.
13. Почему кости детей более эластичны и упруги?
14. Посредством чего кости скелета соединяются между собой?
15. К какому виду мускулатуры относятся скелетные мышцы?
16. Сколько мышц насчитывается у человека?
17. Какие волокна мышц обладают более быстрой сократительной способностью?
18. На что расщепляется гликоген при анаэробных процессах образования энергии?
19. Что образуется при окислении углеводов и жиров?
20. Какой процесс энергообразования обладает большими возможностями во времени?
21. Что такое здоровье.
22. Факторы, определяющие здоровый образ жизни.
23. Режим труда и отдыха.
24. Режим сна.
25. Активная мышечная деятельность.
26. Закаливание организма.
27. Гигиенические основы здорового образа жизни.
28. Профилактика вредных привычек.
29. Рациональное питание.
30. Принципы закаливания.
31. Что такое утомление, переутомление, усталость?
32. Противоречия учебной деятельности студента?
33. Что составляет основу работоспособности студента?
34. Факторы влияющие на суточную работоспособность учащихся?
35. Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы, ее определяющие?
36. Периодичность ритмических процессов в организме?

37. Заболеваемость в процессе обучения и ее профилактика.
38. Основные причины изменения состояния студентов в учебном году и факторы, ее определяющие.
39. Профилактика умственного перенапряжения.
40. Что влияет на повышение работоспособности студента в учебном процессе?
41. Характеристика и разновидности умственного труда, его отличительные особенности.
42. Влияние умственного труда на организм – острое и хроническое.
43. Умственное утомление и усталость.
44. Умственное переутомление, его признаки и причины.
45. Основа умственной работоспособности и факторы ее определяющие.
46. Изменения состояния работоспособности в течение трудового дня. Периоды работы.
47. Взаимовлияние режима трудовой деятельности и биоритмов человека.
48. Физиологические особенности процессов восстановления.
49. Сущность активного отдыха. Назначение пауз для отдыха в течение умственной работы.
50. Условия эффективной организации умственного труда. Их содержание.
51. Методические принципы физического воспитания.
52. Методы физического воспитания.
53. Физические качества.
54. Формирование психических качеств личности в процессе физического воспитания.
55. Формирование психических качеств личности в процессе физического воспитания.
56. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.
57. Специальная физическая подготовка.
58. Методы спортивной тренировки.
59. Методы развития выносливости.
60. Методы развития силы.
61. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий.
62. Формы и содержание самостоятельных занятий.
63. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности.
64. Характер содержания занятий в зависимости от возраста.
65. Особенности самостоятельных занятий для женщин, планирование и управление самостоятельными занятиями.
66. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста.
67. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности.
68. Гигиена самостоятельных занятий.
69. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.
70. Участие в спортивных соревнованиях.
71. Характеристика массового спорта.
72. характеристика спорта высших достижений.
73. Характеристика системы физических упражнений.
74. Что такое спорт. Цель спорта.
75. Классификация видов спорта.
76. Системы физических упражнений, характеристика систем.
77. Древние Олимпийские игры. Когда начало проведения и в каком городе.
78. Кто является родоначальником современных Олимпийских игр, в каком году они состоялись впервые.
79. Зимние Олимпийские игры. Когда и где впервые проведены.
80. Способы передвижения на лыжах.
81. Цель и задачи массового спорта.
82. Физическое воспитание как основная форма развития физических (двигательных) качеств, овладение жизненно важными двигательными навыками и необходимыми физкультурными занятиями.
83. Краткая характеристика основных физических качеств человека.
84. Методы подготовки, используемые в спортивной тренировке?
85. Средства физической культуры, средства спортивной подготовки.
86. В чем состоят особенности общей физической подготовки (ОФП) и специальной (СФП), их характеристика, взаимосвязи и различия.
87. Формы контроля за эффективностью учебно-тренировочных занятий.
88. Охарактеризуйте субъективные и объективные показатели самоконтроля?
89. Какую информацию о состоянии организма во время занятий физическими упражнениями студент может собрать при помощи самоконтроля?
90. Какие существуют виды диагностики?
91. На что направлен и что включает в себя врачебный контроль?
92. Каково содержание педагогического контроля?
93. С помощью каких основных показателей можно оценить уровень функционального состояния и тренированности?
94. Как оценить физическое состояние при помощи тестирования и контрольных нормативов?

95. Антропометрические признаки физического развития. Рост, вес, окружность грудной клетки, ручная динамометрия. Методика определения артериального давления.
96. Частота и ритмичность сердечных сокращений в покое и после нагрузки.
97. Пробы с задержкой дыхания (проба Штанге).
98. Понятие и значение ППФП.
99. Структура ППФП.
100. На формирование чего направлена ППФП.
101. Есть ли взаимосвязь между процессом физического воспитания в вузе и ППФП. Если есть – обосновать.
102. Перечислить необходимые условия для успешной реализации задач ППФП.
103. Факторы, определяющие содержание ППФП (примеры).
104. Направленность ППФП (общие и специальные требования).
105. Специальные психофизические требования к специальности, по которой обучается студент (конкретизировать).
106. Производственная гимнастика, как составная часть ППФП, формы занятий производственной гимнастикой.
107. Оказание первой помощи при: обмороке, тепловом ударе, шоке, переломах, вывихах.
108. Основы здорового образа жизни, оздоровительная физическая культура молодежи.
109. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов учебных заведений гражданской авиации.
110. Физическая культура для работников умственного труда.
111. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов.
112. Физические качества спортсменов.
113. Спорт и профессионально-прикладная физическая подготовка как средство повышения работоспособности.
114. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) будущих специалистов.
115. Социально-экономические факторы, определяющие необходимость и общую направленность ППФП.
116. Труд диспетчера управления воздушным движением.
117. Формы и средства профессионально-прикладной физической подготовки.

Типовые тестовые задания по дисциплине «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья» для промежуточной аттестации в форме зачета

1. От чего прежде всего зависит здоровье человека (УК-7)**?**
а. состояние окружающей среды
б. деятельности учреждений здравоохранения
в. наследственности
г. образа жизни

2. Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на (УК-7)**?**
а. развитие физических качеств людей.
б. сохранение и улучшение здоровья людей.
в. подготовку к профессиональной деятельности.
г. поддержание высокой работоспособности людей.

3. Какие упражнения являются малоэффективными для формирования телосложения (УК-7)**?**
а. способствующие повышению быстроты движений.
б. способствующие снижению веса тела.
в. объединенные в форме круговой тренировки.
г. способствующие увеличению мышечной массы.

4. Как называется состояние организма, дающее человеку возможность в максимальной степени реализовать свою генетическую программу в условиях конкретного социокультурного бытия человека (УК-7)
а. закаленностью.
б. конституцией (биотипом).
в. здоровьем.
г. работоспособностью.

5. Как обозначается в сложно-координационных видах спорта - последовательное сочетание элементов в композиционно оправданном порядке (УК-7)**?**
а. последовательностью упражнения.
б. сочетанием элементов.
в. набором элементов.
г. комбинацией.

6. К**ак принято обозначать процесс, происходящий в организме человека после прекращения работы и заключающийся в постепенном переходе физиологических и биохимических функций не только к исходному состоянию, но и к повышению работоспособности** (УК-7)**?**

а. восстановление.
б. тренированность.
в. отдых.
г. функциональный рост.

7.Что является конечной целью и сущностью спорта (УК-7)**?**

а. физическое совершенствование человека, реализуемое в условиях соревновательной деятельности.
б. совершенствование двигательных умений и навыков занимающихся.
в. выявление, сравнение и сопоставление человеческих возможностей.
г. развитие физических (двигательных) способностей в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся.

8. На **какие периоды делится годичный цикл спортивной тренировки** (УК-7)**?**

а. втягивающий, базовый, восстановительный.
б. подготовительный, соревновательный, переходный.
в. тренировочный, основной, соревновательный.
г. осенний, зимний, весенний, летний.

9. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности для занятий физической культурой распределяются на следующие медицинские группы (УК-7)**:**

а. слабую, среднюю, сильную.
б. оздоровительную, физкультурную, спортивную.
в. без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья.
г. основную, подготовительную, специальную.

10. Как обозначается свойство опорно-двигательного аппарата, обусловливающее возможность выполнения движений с большой амплитудой (УК-7)**?**

а. гибкость.
б. ловкость.
в. быстрота.
г. реакция.

11. Как называются физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата (УК-7)**?**

а. подводящими.
б. корригирующими.
в. имитационными.
г. общеразвивающими.

12. Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку, является (УК-7)**:**

а. время выполнения двигательного действия.
б. продолжительность сна.
в. коэффициент выносливости.
г.величина частоты сердечных сокращений.

13. Способность, как можно дольше удерживать достигнутую максимальную скорость, называется. (УК-7)**..**

а. скоростным индексом.
б. скоростной выносливостью.
в. коэффициентом проявления скоростных способностей.
г. абсолютным запасом скорости.

14. Отличительными признаками двигательного умения не являются (УК-7)**:**

а. нестабильность, неустойчивость, излишние мышечные затраты.
б. слитность, автоматизированность, экономичность.
в. системность в движениях, автоматизированность, вариативность.
г. стабильность, экономичность, вариативность.

15. Принципом, предусматривающим оптимальное соответствие задач, средств и методов физического воспитания возможностям занимающихся, является (УК-7)**:**

а. принцип сознательности и активности.
б. принцип доступности и индивидуализации.
в. принцип научности.
г. принцип связи теории с практикой.

16. Регулярные занятия физическими упражнениями способствуют повышению работоспособности, потому что.. (УК-7)**.**

а. человек, занимающийся физическими упражнениями медленнее утомляется и быстрее восстанавливается.
б. во время занятий выполняются двигательные действия, стимулирующие развитие силы и выносливости.
в. достигаемое при этом утомление активизирует процессы восстановления и адаптации к повышающимся нагрузкам.

г. человек, занимающийся физическими упражнениями способен выполнить больший объем физической работы.

17. Развитию вестибулярной устойчивости способствуют…(УК-7)

а. челночный бег.

б. подвижные игры.

в. прыжки через скакалку.

г. упражнения «на равновесие».

18. Главным отличием физических упражнений от других видов двигательной активности является то, что они…(УК-7)

а. представляют собой игровую деятельность

б. создают развивающий эффект.

в. не ориентированы на производство материальных ценностей

г. строго регламентированы.

19. Универсальным источником энергии во всех живых организмах является. (УК-7)**..**

а. аденозинтрифосфорная кислота.

б. аденозиндифосфорная кислота.

в. аденозинмонофосфорная кислота.

г. молочная кислота.

20. Назовите компонент физической культуры, раскрывающий психофизические способности человека на предельных уровнях (УК-7)**.**

а. физическая рекреация.

б. физическое воспитание.

в. спорт.

г. физическая реабилитация.

5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания сформированности индикаторов достижения компетенций и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Процедура оценивания сформированности индикаторов достижения компетенций при проведении промежуточной аттестации по дисциплине **«Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья»** проводится в форме зачета.

Порядок организации и проведения промежуточной аттестации обучающегося, форма проведения, процедура сдачи зачета, сроки и иные вопросы определены Положением о порядке организации и проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Процедура оценивания сформированности индикаторов достижения компетенций при проведении зачета по дисциплине **«Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья»** проводится путем письменного или компьютерного тестирования обучающихся:

- обучающемуся выдается вариант письменного или компьютерного теста (система Moodle);
- в определенное время (в среднем 2 минуты на 1 тестовое задание) обучающийся отвечает на 20 вопросов теста, в котором представлены все изучаемые темы дисциплины;
- по результатам ответов на тестовые задания выставляется оценка согласно установленной шкале оценивания;
- для подготовки к зачету рекомендуется использовать лекционный и практический материал по дисциплине, литературные источники, рекомендованные в рабочей программе дисциплины.

Приложение 2

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля успеваемости по дисциплине

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту:
Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья

Направление подготовки 09.03.03 Прикладная информатика
Направленность (профиль) программы бакалавриата «Прикладная информатика и бизнес-анализ в АПК»
Квалификация бакалавр

1. Описание назначения и состава фонда оценочных средств

Настоящий фонд оценочных средств (ФОС) входит в состав рабочей программы дисциплины **«Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья»** и предназначен для оценки планируемых результатов обучения – сформированности индикаторов достижения компетенций и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины.

2. Перечень компетенций, формируемых при изучении дисциплины

- способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7).

3. Банк оценочных средств

Для оценки сформированности индикаторов достижения компетенций и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины **«Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья»** используются следующие оценочные средства:

Код и наименование формируемых компетенций	**Код и наименование индикатора достижения формируемой компетенции**		**Критерии оценивания**	**Наименование контролируемых разделов и/или тем в соответствии с содержанием РПД**	**Наименование оценочного средства текущей аттестации**
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1	Выбирает и применяет методы и средства физической культуры с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности	- Полнота знаний контролируемого материала - Логичность, обоснованность, четкость ответа на вопросы	Раздел 4 рабочей программы дисциплины.	Реферат
	УК-7.2	Соблюдает нормы здорового образа жизни и физической подготовки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
	УК-7.3	Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности			

Реферат

по дисциплине «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту:
Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья»

Текущий контроль в форме написания реферата предназначен для определения уровня оценки сформированности индикаторов достижения компетенций и опыта деятельности в процессе изучения дисциплины обучающихся всех форм обучения.

Результаты текущего контроля оцениваются посредством интегральной (целостной) двухуровневой шкалы:

Шкала оценивания	**Показатели оценивания**
Не зачтено	Низкий уровень теоретических знаний, неспособность применять различные методы исследования.
Зачтено	Демонстрация теоретических знаний существующей проблемы, умение использования различных методов исследования.

Типовые темы для написания реферата
по дисциплине «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья»

1. Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Двигательный режим.
2. Роль лечебной физической культуры (ЛФК) в системе медицинской реабилитации. ЛФК при различных заболеваниях
3. Физическая культура и спорт как социальные феномены. Физическое воспитание в вузе.
4. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта.
5. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования.
6. Физическая культура в жизни студента. Роль физической культуры в укреплении и сохранении здоровья.
7. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие.
8. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
9. Здоровый образ жизни студента. Рациональный режим труда и отдыха.
10. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.
11. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студента в экзаменационный период.
12. Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения упражнениям.
13. Структура учебно-тренировочного занятия.
14. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.
15. Специальная физическая подготовка, ее цели и задачи.
16. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
17. Организация самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий.
18. Самоконтроль в процессе самостоятельных занятий.
19. Спорт, особенности занятий, самоконтроль при занятиях спортом.
20. Массовый спорт и спорт высших достижений. Их цели задачи.
21. История олимпийских игр. Современное Олимпийское движение.
22. История комплекса ГТО и БГТО.
23. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий.
24. Характеристика особенностей воздействия избранного вида спорта (системы физических упражнений) на физическое развитие и физическую подготовленность.
25. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спорта. Самоконтроль, его цели, задачи и методы исследования (стандарты, индексы).
26. Дневник самоконтроля. Субъективные и объективные показатели самоконтроля.
27. Контроль и его виды на занятиях физической культурой и спортом. Развитие физических качеств.
28. Определение уровня физического состояния через нагрузочные тесты
29. Нетрадиционные методики развития двигательных качеств.
30. Профессионально-прикладная физическая подготовка студента.
31. Место ППФП в системе физического воспитания студентов. Основные факторы, определяющие содержание ППФП студентов.
32. ППФП студентов во внеучебное время. Система контроля за ППФП студентов.
33. Повышение устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды средствами ППФП.
34. Характеристика физической нагрузки для различных групп профессий. Понятие «производственная физическая культура», ее цели и задачи.
35. Влияние условий труда и быта специалиста на выбор форм, методов и средств ПФК в рабочее и свободное время.
36. Методика составления комплексов в различных видах производственной гимнастики и определение их места в течение рабочего дня.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания

Процедура оценивания сформированности индикаторов достижения компетенций и опыта деятельности в процессе изучения дисциплиныпри проведении текущего контроля знаний проводится путем написания реферата.

- обучающиеся выбирают определенную тему и представляют к защите реферат на выбранную тему;
- выполнение реферата проводится в аудиториях, отведенных для самостоятельной работы обучающихся, либо в домашних условиях;
- оценка выполнения и защиты реферата проводится посредством интегральной (целостной) двухуровневой шкалы;
- при подготовке реферата обучающимся рекомендуется воспользоваться лекционным и практическим материалом по дисциплине, литературными источниками, рекомендованными в рабочей программе дисциплины.

Приложение 3

ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья

Наименование специальных помещений	Оснащенность специальных помещений
Учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации.	Б339 Обручи гимнастические, мячи волейбольные, скамейки гимнастические, скакалки, сетки заградительные, коврики туристические, столы для настольного тенниса, сетка волейбольная, мячи для настольного тенниса, сетка для настольного тенниса
Малый спортивный зал	Б339 Обручи гимнастические, мячи волейбольные, скамейки гимнастические, скакалки, сетки заградительные, коврики туристические, столы для настольного тенниса, сетка волейбольная, мячи для настольного тенниса, сетка для настольного тенниса
Помещение для самостоятельной работы	Б 202 Компьютер администратора, 11 персональных компьютеров, 3 принтера, видеоувеличитель. Список ПО: Windows, MicrosoftOffice, KasperskyAntivirusи свободно распространяемое программное обеспечение С возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации).

Приложение 4

Перечень
периодических изданий, рекомендуемых по дисциплине
«Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту:
Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья»

Наименование	Наличие доступа
Физическое образование в вузах [Электронный ресурс]: журн. ООО "Издательский дом МФО" (Москва)	Режим доступа: http://pinhe.lebedev.ru, http://pinhe.mephi.ru
Физическая культура, спорт и здоровье [Электронный ресурс]: журн. Марийский государственный университет (Йошкар-Ола)	Режим доступа http://konferencia-virtual.ru
Физическая культура и спорт в современном мире: проблемы и решения [Электронный ресурс]: журн. Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет (Комсомольск-на-Амуре)	Режим доступа: http://www.vgafk.ru/upload/medialibrary/f6f/ZHurnal-FViST-_-211.pdf
Физическое воспитание и спортивная тренировка [Электронный ресурс]: журн. "Волгоградская государственная академия физической культуры" (Волгоград)	Режим доступа: http://www.vgafk.ru/upload/medialibrary/3c3/zhurnal-fvist-_-20-.pdf
Физическое воспитание студентов [Электронный ресурс]: журн. Харьковское областное отделение национального олимпийского комитета Украины (Харьков)	Научная электронная библиотека Режим доступа: https://www.elibrary.ru/title_about.asp?id=28661
Наука и спорт: современные тенденции [Электронный ресурс]: журн. Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма	Эбс «Лань» Режим доступа: https://e.lanbook.com/journal/2632#journal_name
Вестник южно-уральского государственного университета. Серия: образование, здравоохранение, физическая культура [Электронный ресурс]: журн. Национальный исследовательский Южно-Уральский государственный университет	Режим доступа: http://vestnik.susu.ru/edu
Культура физическая и здоровье [Электронный ресурс]: журн. Воронежский государственный педагогический университет	Эбс «Лань» Режим доступа: https://e.lanbook.com/journal/2337#journal_name
Физическая культура, спорт - наука и практика [Электронный ресурс]: журн. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма	Режим доступа: http://journal.kgufkst.ru/