

# **АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

## **1 Цели и задачи изучения дисциплины**

### **Цель освоения дисциплины**

- Целью освоения дисциплины «Методика обучения физической культуре» является:
- формирование готовности к реализации методик обучения в области физической культуры и спорта, как базы для развития универсальных компетенций и основы для развития профессиональных компетенций;
  - научного мировоззрения;
  - прикладной и практической направленности обучения физической культуре;
  - привычки обосновывать высказываемые суждения.

### **1.2 Задачи дисциплины**

Изучение дисциплины «Методика обучения физической культуре» направлена на формирование у студентов следующей компетенции: ОПК-1 готовностью сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности; ПК-1 готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов; ПК-2 способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики; ПК-7 способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности;

ПК - 11 готовностью использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования; ПК-12 способностью руководить учебно-исследовательской деятельностью обучающихся. В соответствии с этим ставятся следующие задачи дисциплины.

1. Ознакомление с различными подходами к построению общей дидактики и теории физического воспитания в содержании преподавания предмета «физическая культура» в образовательных учреждениях.

2. Формирование умений к обучению школьников физической культуре по любой из альтернативных программ.

3. Формирование исследовательских умений и творческого подхода к решению методических вопросов.

4. Формирование умения и навыков самостоятельного анализа процесса обучения, исследования методологических проблем.

5. Стимулирование самостоятельной деятельности по освоению практических умений проведения учебной и воспитательной работы на уровне современной школы.

6. Стимулирование самостоятельной, деятельности по освоению содержания дисциплины и формированию необходимых компетенций.

### **1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Методика обучения физической культуре» относится к вариативной части блока 1 дисциплины (модули).

Для освоения дисциплины «Методика обучения физической культуре» используются знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Педагогика», «Психология», «Анатомия», «Физиология», «Биохимия», «Теория и методика физического воспитания».

Освоение данной дисциплины является основой для последующего прохождения производственной практики, подготовки к итоговой государственной аттестации.

## 1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-1 готовностью сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности;

ПК-1 готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов;

ПК-2 способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики;

ПК-7 способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности;

ПК - 11 готовностью использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования;

ПК-12 способностью руководить учебно-исследовательской деятельностью обучающихся.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	ОПК-1	готовностью сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности	– роль и место физической культуры и спорта в обеспечении здоровья нации и содействии социально-экономическому развитию общества; – основные закономерности теории физического воспитания.	– выявлять позитивные и негативные стороны своей педагогической деятельности в каждом из технологических циклов, и их причины; – обосновать содержание предмета для конкретного образовательного учреждения;	– методикой анализа учебного материала по физической культуре с точки зрения программного содержания, дидактических целей, возможностей воспитания и развития учащихся; – методикой отбора оптимальных методических приёмов, организационных форм работы и средств обучения в соответствии с целями обучения;

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
2.	ПК-1	готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов	<p>– сущность образовательно-инструктивной, оздоровительно-рекреативной и воспитательно-развивающей направленности содержания и методов преподавания предмета в их взаимосвязи и единстве;</p> <p>– цель, задачи и содержание школьной физической культуры как элемента педагогической системы учебного предмета.</p>	<p>– разрабатывать документы перспективного (годового), оперативного (семестр, четверть) и текущего программирования;</p> <p>– обеспечить взаимосвязь обучения и развития двигательных качеств на уроке;</p>	<p>– методикой оценки результативности учебно-воспитательного процесса по итогам циклов технологии преподавания предмета;</p> <p>– методикой формирования мотивации учащихся на уроке физической культуры и во внеклассной деятельности.</p>
3	ПК-2	способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики;	<p>– эффективные средства и методы предупреждения и исправления ошибок техники выполнения изучающего двигательного действия;</p> <p>– специфику содержания образования по предмету «Физическая культура»;</p> <p>– Знает способы профессионального самопознания и саморазвития</p>	<p>– находить эффективные средства и методы предупреждения и исправления ошибок техники выполнения изучающего двигательного действия;</p> <p>- использовать разнообразные формы организации, методы и приёмы обучения в деятельности учителя.</p> <p>– проектировать образовательный процесс с использованием</p>	<p>– методикой выявления типичных ошибок, установления причин их возникновения ;</p> <p>– навыками использования средств физической культуры для решения поставленных задач на уроке физической культуры и во внеклассной деятельности.</p> <p>– способами подбора оптимальных</p>

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
				современных технологий, соответствующих общим и специфическим закономерностям и особенностям возрастного развития личности.	методических приёмов, организационными формами работы в соответствии с целями обучения, содержанием учебного материала и возрастными особенностями школьников.
4	ПК-7	способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности;	– методы и средства регулирования физической нагрузки на уроках физической культуры. – закономерности психического развития и особенности их проявления в учебном процессе в разные возрастные периоды.	– активизировать деятельность учащихся на уроке; – осуществлять педагогический процесс в различных возрастных группах и различных типах образовательных учреждений.	– методикой оценки результативности учебно-воспитательного процесса по итогам циклов преподавания предмета; – методикой реализации индивидуального подхода к учащимся на уроке.
5	ПК-11	– готовностью использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования	– основы информационно-технологического обеспечения учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура» в учреждениях общего, среднего профессионального и высшего образования различных типов.	– использовать элементы исследовательской работы в процессе преподавания данного предмета;	– способами ориентации в профессиональных источниках информации (журналы, сайты, образовательные порталы и т. д.)

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
6	ПК-12	способностью руководить учебно-исследовательской деятельностью обучающихся	<ul style="list-style-type: none"> <li>– принципы и подходы к построению, многообразию профессионально-образовательных программ;</li> <li>– структуру научно-методических основ данной дисциплины;</li> <li>– возрастные закономерности развития двигательных качеств и формирования двигательных навыков, их дифференцирование по половой принадлежности учащихся;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять контрольные функции в процессе урока после завершения изучения темы (раздела), четверти (семестра) и учебного года;</li> <li>– учитывать физическую подготовленность и уровень здоровья занимающихся.</li> <li>– использовать теоретические знания для генерации новых идей в области развития образования.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– методикой разработки и проведения педагогических наблюдений;</li> <li>– методикой построения индивидуальных программ оздоровления и развития занимающихся, обеспечивающих полноценную реализацию их двигательных способностей.</li> <li>– способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды образовательного учреждения, региона, области, страны.</li> </ul>

## 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 8 зач.ед. (288 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице (для студентов ЗФО).

Вид учебной работы	Всего часов	курсы			
		3		4	
		5	6	7	8
<b>Контактная работа, в том числе</b>					
В том числе:					
Занятия лекционного типа	16	4		12	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	30	6	6	4	14

Лабораторные занятия						
Иная контактная работа						
Курсовая работа (КР)		14				14
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,8		0,2	0,3	0,3
<b>Самостоятельная работа, в том числе</b>						
Курсовая работа (подготовка и написание)		20				20
Проработка учебного (теоретического) материала		83		20	43	20
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений)		73		22	30	21
Подготовка к текущему контролю		30		10	10	10
<b>Контроль</b>						
Подготовка к зачету		3,8		3,8		
Подготовка к экзамену		17,4			8,7	8,7
Общая трудоемкость	час.	288	10	62	108	108
	в том числе контактная работа	60,8	10	6,2	16,3	28,3
	зач. ед.	8	2		6	

## 2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы дисциплины, изучаемые в 5, 6,7, 8 семестре (заочная форма)

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов			
			Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			ЛК	ПЗ	ЛР	
1	2	3	4	5	6	7
3 курс						
1	Место и значение предмета физическая культура в содержании общего и профессионального образования. Дидактические процессы в предмете физическая культура	4	2	2		
2	Виды деятельности учителя в системе физического воспитания в образовательных учреждениях. Общие и частные методики преподавания предмета физическая культура	6	2	4		
	Итого		4	6		
1	Педагогический контроль в технологии учебно-воспитательного процесса	16		6		10
2	Физическая культура в средних специальных учебных заведениях	10				10

3	Особенности физического воспитание студенческой молодежи	10				10
4	Место физической культуры в организации трудовой деятельности взрослого населения	22				22
	Итого:			6		52
4 курс						
1	Массовые физкультурно-спортивные мероприятия. Нетрадиционные виды физических упражнений.	26	4	2		20
2	Применение здоровьесберегающих технологий на уроках физической культуры.	22	2			20
3	Оздоровительная физическая культура. Направления и виды.	22	2			20
4	Планирование и учет работы по физическому воспитанию с различными группами населения.	29	4	2		23
	Итого		12	4		83
5 курс						
1	Методика проведения физкультурно-массовых и спортивных мероприятий в школе	12		2		10
2	Технология дифференцированного физкультурного образования.	12		2		10
3	Физкультурно-оздоровительные системы	12		2		10
4	Методика обучения двигательным действиям в детских дошкольных учреждениях.	12		2		10
5	Физическое воспитание детей младшего школьного возраста	12		2		10
6	Физическое воспитание детей среднего и старшего школьного возраста	12		2		10
7	Документы планирования в общеобразовательной школе.	13		2		11
	Итого:			14		71

Примечание: ЛК – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СР – самостоятельная работа.

### 2.3 Примерная тематика курсовых работ

1. Особенности развития силовых способностей у девушек
2. Формирование и развитие у школьников убежденности в необходимости вести здоровый образ жизни
3. Развитие скоростных способностей с использованием подвижных игр у девочек 10-12 лет
4. Здоровьесбережение на уроках физической культуры
5. Развитие силовых способностей у мальчиков старшего школьного возраста на уроках физической культуры

6. Воспитание выносливости у старших школьников на уроках физкультуры с использованием средств легкой атлетики
7. Атлетическая гимнастика в системе физического воспитания школьников старших классов
8. Реализация компетентностного подхода в обучении физической культуре
9. Особенности внеклассной работы по физической культуре
10. Организация внеклассной работы школьников (на примере секции по виду спорта)
11. Разработка технологии профилактики нарушений осанки у девочек 10-12 лет с использованием специальных коррегирующих упражнений
12. Особенности развития физических качеств у школьников среднего возраста
13. Уроки инновационного типа в работе современного учителя физической культуры
14. Воспитание выносливости у младших школьников с использованием подвижных игр
15. Проблемная ситуация на уроке физической культуры
16. Подвижные игры как средство развития координационных способностей у младших школьников
17. Формирование творческой личности при обучении физической культуре
18. Активизация познавательного интереса к физической культуре у школьников
19. Дидактическая игра на уроке физической культуры
20. Активные методы обучения на уроке современного учителя физической культуры
21. Информационные технологии в обучении физическим упражнениям
22. Технология проектного обучения на занятиях в спортивных секциях
23. Воспитание положительной мотивации к физической активности на занятиях боевыми искусствами у мальчиков 10-12 лет
24. Обоснование комплексного подхода в формировании здорового образа жизни у школьников начальных классов
25. Плавание как средство развития физических качеств
26. Развитие двигательных координационных способностей на уроках физической культуры в начальной школе
27. Исследование влияния занятий плаванием на физическое состояние юношей 16-18 лет
28. Комплексный подход к формированию культуры здоровья у девочек 10-12 лет.
29. Значение игрового метода в аспекте повышения эффективности урока физической культуры у школьников начальных классов.
30. Контроль за уровнем здоровья девочек старших классов на занятиях физической культурой.
31. Физическое воспитание мальчиков и девочек на занятиях по плаванию.
32. Развитие гибкости у девочек 10-12 лет через использование специальных упражнений в бассейне.
33. Музыкально-двигательные упражнения как средство оптимизации урока физической культуры у девочек 8-10 лет.

### **3. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.**

#### **3.1 Основная литература:**

- 1 Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции : учебное пособие / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева ; Министерство образования и науки



Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2016. - 144 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1921-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577>

2 Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 1 : учеб. пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 254 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-06116-1. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/D2E3E9A5-E683-4609-9653-602ABA119B96](http://www.biblio-online.ru/book/D2E3E9A5-E683-4609-9653-602ABA119B96).

3 Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 2 : учеб. пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 441 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-06125-3. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/B710FE0C-F98A-4335-9E04-36853F3A955E](http://www.biblio-online.ru/book/B710FE0C-F98A-4335-9E04-36853F3A955E).

4 Физическая культура : учебник / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. - Красноярск : СФУ, 2017. - 612 с. : ил. - Библиогр.: с. 608 - 609. - ISBN 978-5-7638-3640-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151>

### **3.2 Дополнительная литература:**

1 Башта, Л.Ю. Теоретические и практические основы двигательной рекреации [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.Ю. Башта ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики гимнастики и режиссуры. - Омск : Издательство СибГУФК, 2015. - 132 с. : табл. ; - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459406>.

2 Волейбол. Баскетбол. Гандбол: Организация и проведение соревнований по спортивным играм [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина, В.Ф. Кириченко ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 136 с. : ил., схем., табл. - Библиогр.: с. 128-130. ; То же. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429370>.

3 Егорова, С.А. Организация оздоровительной работы с различными слоями населения [Электронный ресурс]: учебное пособие / С.А. Егорова, В.Г. Петрякова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 92 с. : табл. - Библиогр.: с. 70-72. ; - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457956>

4 Мухина, М.П. Физкультурное образование школьников [Электронный ресурс]: учебное пособие / М.П. Мухина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 399 с. : табл. ; - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429366>

5 Наговицын, Р.С. Формирование физической культуры личности студента в педагогическом пространстве гуманитарного вуза на основе педагогики мобильного обучения [Электронный ресурс]: монография / Р.С. Наговицын ; Министерство образования и науки РФ, Глазовский государственный педагогический институт

имени В.Г. Короленко. - Глазов : Глазовский государственный педагогический институт, 2014. - 332 с. - Библиогр. в кн. ; То же. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458733>

6 Основы обучения технике игры в волейбол [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.А. Гераськин, Б.П. Сокур, И.А. Рогов, Т.А. Колупаева ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 280 с. : схем., табл., ил. - Библиогр.: с. 274-276. ; - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336072>

### 3.3. Периодические издания:

1. Образовательные технологии (г. Москва) – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1395271>

2. Педагогические измерения – URL: <http://dlib.eastview.com/browse/publication/19029/udb/1270>

3. Теория и практика физической культуры – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1358796>

4. Школьные технологии – URL: <http://dlib.eastview.com/browse/publication/18866/udb/1270>

5. Физическая культура и спорт в современном мире [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=50822>

6. Физическая культура, спорт и здоровье [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51351>

7. Физическое воспитание и спортивная тренировка. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51013>

8. Физическое воспитание студентов [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=28661>

## 4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», в том числе современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы, необходимые для освоения дисциплины

1 ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. – URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red).

2 ЭБС издательства «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы] : сайт. – URL: <http://e.lanbook.com>.

3 ЭБС «Юрайт» [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани): учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт. – URL: <https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB>.

4 Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <https://www.monographies.ru/>.

5 Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [5600 журналов, в открытом доступе – 4800] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.

6 Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» / ИД «Первое сентября». – URL: <https://xn--i1abnckbmcl9fb.xn--p1ai/>

7 Социальная сеть работников образования [разделы: Детский сад; Начальная школа; Школа; НПО и СПО; ВУЗ]. – URL: <https://nsportal.ru/>

- 8 Лаборатория педагогического мастерства. – URL: <https://nsportal.ru/lpm>
- 9 Инфоурок : образовательный портал. – URL: <https://infourok.ru/>
- 10 metod-kopilka.ru : библиотека методических материалов для учителя. – URL: <https://www.metod-kopilka.ru/>
- 11 Обучонок. Обучающие программы и исследовательские работы учащихся. – URL: <http://obuchonok.ru/>
- 12 Федеральный центр образовательного законодательства : сайт. – URL: <http://www.lexed.ru>.
- 13 Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования. – URL: <http://www.fgosvo.ru>.
- 14 Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [база данных Российского индекса научного цитирования] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.
- 15 Scopus : международная реферативная и справочная база данных цитирования рецензируемой литературы [научные журналы, книги, материалы конференций] (интерфейс – русскоязычный, публикации – на англ. яз.) : сайт. – URL: <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.
- 16 Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.
- 17 Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.
- 18 Calend.ru. Календарь событий : информационно-справочный ресурс. – URL: <http://www.calend.ru/>.
- 19 Справочно-правовая система «Консультант Плюс» : сайт. – URL: <http://www.consultant.ru> (доступ в локальной сети филиала).
- 20 Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования [дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное] : сайт. – URL: <http://window.edu.ru>.
- 21 Федеральный научный центр физической культуры и спорта. – URL: [http://vniifk.ru/about\\_vniifk.php](http://vniifk.ru/about_vniifk.php)
- 22 Физическая культура и спорт // Министерство спорта Российской Федерации. – URL: <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/>
- 23 Подготовка спортивного резерва // Министерство спорта Российской Федерации. – URL: <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/>
- 24 ГТО. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» : официальный сайт. – URL: <https://user.gto.ru/>
- 25 Takzdorovo.ru. Ты сильнее. Минздрав утверждает! - портал о здоровом образе жизни. Официальный ресурс Министерства здравоохранения Российской Федерации. – URL: <http://www.takzdorovo.ru>

**Автор-составитель Пологова И.В., старший преподаватель кафедры ПППиФК филиала КубГУ в г. Славянске-на-Кубани**