

Департамент образования и науки Костромской области
ОГБПОУ «Костромской автодорожный колледж»

Рассмотрено
На заседании МК
21.04.2025
Председатель МК

Утверждаю

Зам директора по УПР

**Фонд контрольно-оценочных средств
для проведения текущего контроля знаний**

СГ.04 «Физическая культура»

для профессии **23.01.06 «Машинист дорожных и строительных
машин»**

Кострома, 2025

Общие положения

Контрольно-оценочные средства (КОС) предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура. КОС включает материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета.

Задачи и условия формирования комплекта контрольно-оценочных средств:

- контроль и управление процессом приобретения студентами необходимых знаний, умений и навыков, определенных в стандартах по соответствующему направлению подготовки;
- контроль (с помощью набора оценочных средств) и управление (с помощью элементов обратной связи) достижением целей обучения;

КОС состоит из следующих разделов:

- раздел «Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств», характеризующий область применения и нормативные основания разработки КОС; сводные сведения об объектах оценивания, показателях и критериях оценивания, типах заданий; формах аттестации;
- раздел «Комплект контрольно-оценочных средств», структура которого позволяет разрабатывать и комплектовать разные типы заданий для обучающихся и пакет экзаменатора в соответствии с указанными в паспорте областью применения и объектами оценивания.

I. Паспорт комплекта оценочных средств

1.1. Область применения комплекта оценочных средств

Комплект оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета разработан:

- на основе утвержденной рабочей программы по дисциплине «Физическая культура» в соответствии с Рекомендациями по реализации образовательной программы среднего общего образования в образовательных учреждениях среднего профессионального образования в соответствии с ФГОС;
- примерной программы учебной дисциплины «Физическая культура» ФИРПО
- положением о текущем контроле знаний и промежуточной аттестации обучающихся в ОГБПОУ КАДК
- учебного плана ОГБПОУ КАДК по профессии среднего профессионального образования Изучение дисциплины Физическая культура завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации студентов в процессе освоения рабочей программы по физической культуре на базе основного общего образования.

В результате контроля и оценки по дисциплине осуществляется комплексная проверка общих компетенций ОК 8 «Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности».

2. Сводные данные об объектах оценивания, показателях и критериях оценивания, типах заданий; формах аттестации

Результаты освоения (объекты оценивания)	Основные показатели оценки результата и их критерии	Тип задания; № задания	Форма аттестации (в соответствии с
---	---	---------------------------	---

			учебным планом)
уметь: -использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	экспертная оценка на практических занятиях, экспертная оценка внеаудиторной самостоятельной работы, индивидуальный подход в оценке выполнения зачетного норматива.	выполнение зачетного норматива.	зачет, дифференцированный зачет
- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;	экспертная оценка на практических занятиях, экспертная оценка внеаудиторной самостоятельной работы, индивидуальный подход в оценке выполнения зачетного норматива	выполнение зачетного норматива.	зачет, дифференцированный зачет
знать: -о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	экспертная оценка на практических занятиях, индивидуальный опрос, экспертная оценка внеаудиторной самостоятельной работы	самостоятельная работа с литературными и источниками, защита рефератов	зачет, дифференцированный зачет
-основы здорового образа жизни	экспертная оценка на практических занятиях, индивидуальный опрос, экспертная оценка внеаудиторной самостоятельной работы	самостоятельная работа с литературными и источниками, защита рефератов	зачет, дифференцированный зачет

3. Комплект оценочных средств

3.1. Задания для проведения дифференцированного зачета

КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ (16-17 лет)

№ п/ п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень подготовки					
				Юноши			Девушки		
				высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
1	Скоростные	Бег 100 м, сек	17-19	14,2 и выше	14,5	15,0	17,0	17,6	18,0
2	Координационные	Челночный бег 10×10 м, сек	17-18	27,0	28,0	29,0	29,0	31,0	33,0
3	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	17-18	240 и выше	220	200	200 и выше	180-190	160
4	Выносливость	Бег 1000 м (юн.) Бег 500 м(дев),минуты	17-18	3,40	3,55	4,10	2,00	2,10	2,20
5	Силовые	Подтягивание, раз	17-18	12	10	8	18	15	12
		Поднимание туловища из положения лежа, за 30 сек	17-18	30 и выше	27	25	27	25	23
		Подъем переворотом, раз	17-18	4	3	2			
		Сгибание и разгибание рук, раз	17-18	12	10	7	12	10	8
		Комплексно-силовое упр., раз	17-18	46	42	38			

**КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ (17-18 лет)**

№ п / п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст , лет	Уровень подготовки					
				Юноши			Девушки		
				высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
1	Скоростные	Бег 100 м, сек	18-19	13,9 и выше	14,2	14,5	16,8	17,4	17,8
2	Координационные	Челночный бег 10×10 м, сек	18-19	26,0	27,0	28,0	28,0 .	30,0	32,0
3	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	18-19	250 и выше	230	210	210 и выше	190-200	170
4	Выносливость	Бег 1000 м (юн.) Бег 500 м(дев),минуты	18-19	3,30	3,45	4,00	 1,50	 2,00	 2,10
5	Силовые	Подтягивание, раз	18-19	14	11	9	20	18	15
		Поднимание туловища из положения лежа, за 1 мин.	18-19	40 и выше	35	30	30	27	25
		Подъем переворотом, раз	18-19	5	4	3			
		Сгибание и разгибание рук, раз	18-19	15	12	10	14	12	10
		Комплексно-силовое упр., раз	18-19	48	44	40			

**КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ (18-19 лет)**

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень подготовки					
				Юноши			Девушки		
				высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
1	Скоростные	Бег 100 м, сек	19-20	13,7 и выше	14,0	14,3	16,5	17,0	17,5
2	Координационн ые	Челночный бег 10×10 м, сек	19-20	25,0	26,0	27,0	27,0 .	29,0	31,0
3	Скоростно- силовые	Прыжки в длину с места, см	19-20	260 и выше	240	220	220 и выше	200-210	180
4	Выносливость	Бег 1000 м (юн.) Бег 500 м(дев),минуты	19-20	3,20	3,35	3,50	 1,45	 1,55	 2,05
5	Силовые	Подтягивание, раз	19-20	16	12	10	22	20	18
		Поднимание туловища из положения лежа, за 1 мин.	19-20	45 и выше	40	35	33	30	28
		Подъем переворотом, раз	19-20	6	5	4			
		Сгибание и разгибание рук, раз	19-20	18	15	12	16	14	12
		Комплексно-силовое упр., раз	19-20	52	48	44			

3.2.Контрольные тестовые задания:

ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНОШЕЙ ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

Тесты по разделу «Легкая атлетика» и «Профессионально-прикладная физическая подготовка»	оценка	результаты		
		2 курс	3 курс	4 курс
1. Бег 1000 м (мин, с)	5	3,40	3,30	3,20
	4	3,55	3,45	3,35
	3	4,10	4,00	3,50
2. Бег 100 м (сек)	5	14,2	13,9	13,7
	4	14,5	14,2	14,0
	3	15,0	14,5	14,3
3. Прыжок в длину с места (см)	5	240	250	260
	4	220	230	240
	2	200	210	220
4. Координационный тест — челночный бег 10×10 м (с)	5	27,0	26,0	25,0
	4	28,0	27,0	26,0
	3	29,0	28,0	27,0
5. Силовой тест — подтягивание на высокой перекладине (количество раз)	5	12	14	16
	4	10	12	14
	3	8	10	12
6. Силовой тест - сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)	5	12	15	18
	4	10	12	15
	3	7	10	12
7. Комплексно-силовое упражнение (кол- во раз за 1 мин)	5	48	52	56
	4	44	48	52
	3	40	44	48
8. Прохождение полосы препятствий (мин) (каждый год полоса усложняется на 1-2 элемента)	5	1,20	1,20	1,20
	4	1,30	1,30	1,30
	3	1,40	1,40	1,40
9. Поднимание туловища из положения лежа, за 1 мин	5	35	40	45
	4	30	35	40
	3	25	30	35

Тесты по разделу «Волейбол»: (юноши)

- передача мяча двумя руками сверху над собой и в паре через сетку – 15-20 раз;
- прием мяча двумя руками снизу над собой и в паре через сетку – 15-20 раз;
- верхняя прямая и нижняя прямая подача через сетку по зонам задней и передней линии – по 2 подачи в каждую зону;
- нападающий удар из 4, 2 и 3 зон с набрасывания мяча – визуальная оценка выполнения технического приёма;
- блокирование в 4, 2 и 3 зонах набрасываемого мяча - визуальная оценка выполнения технического приёма;
- учебно-тренировочная игра – визуальная оценка взаимодействия партнёров на площадке в процессе игры, тактической подготовки, судейских навыков.

Тесты по разделу «Баскетбол»: (юноши)

- техника ведения и передачи мяча в парах – визуальная оценка выполнения технического приёма;
- ведение по дуге – два шага – бросок - визуальная оценка выполнения технического приёма;
- упражнение с ведением мяча правой и левой рукой, техникой выполнения двух шагов, броском в корзину - визуальная оценка выполнения технических приёмов;
- штрафные броски – 10 бросков - % попаданий не ниже 30;
- броски с различных расстояний по дуге (7 точек) – по 3 броска с каждой точки - % попаданий не ниже 30;
- 3-очковые броски – 10 бросков - % попаданий не ниже 30;
- учебно-тренировочная игра – визуальная оценка взаимодействия партнёров на площадке в процессе игры, тактической подготовки, судейских навыков.

Тесты по разделу «Атлетическая гимнастика, гимнастика, гиревой спорт (юноши)»:

- выполнение акробатической комбинации - визуальная оценка выполнения технических элементов акробатики;
- выполнение упражнения на параллельных брусьях - визуальная оценка выполнения технических элементов;
- выполнение опорного прыжка через гимнастического козла и гимнастического коня - визуальная оценка выполнения технических элементов;
- прыжки через гимнастическую скакалку – 120-160 раз за минуту;
- выполнение упражнений на перекладине - визуальная оценка выполнения технических элементов.

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

- Уметь определить уровень собственного здоровья по тестам.
- Уметь составить и провести с группой комплексы упражнений утренней и производственной гимнастики.
- Овладеть элементами техники движений релаксационных, беговых, прыжковых.
- Уметь составить комплексы физических упражнений для восстановления работоспособности после умственного и физического утомления.
- Уметь применять на практике приемы массажа и самомассажа.
- Овладеть техникой спортивных игр по одному из избранных видов.
- Повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (терренкур, кроссовая подготовка).
- Овладеть системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений.
- Знать состояние своего здоровья, уметь составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности.
- Уметь определить индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями. Знать основные принципы, методы и факторы ее регуляции.
- Уметь выполнять упражнения:
 - сгибание и выпрямление рук в упоре лежа (для девушек — руки на опоре высотой до 50 см);
 - подтягивание на перекладине (юноши);
 - поднятие туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (девушки);
 - прыжки в длину с места;
 - бег 100 м;
 - бег: юноши — 1000 м, девушки — 500 м (без учета времени);

3.3ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ И ПРЕЗЕНТАЦИЙ ДЛЯ 2 КУРСОВ

1. Методологические принципы физического воспитания.
 - сознательности и активности;
 - наглядности;
 - доступности;
 - систематичности;
 - динамичности
2. Методы физического воспитания.
 - регламентированного упражнения;
 - игровой;
 - соревновательный;
 - словесные и сенсорные
3. Общие основы обучения движениям. Этапы обучения движениям.
 - ознакомление, первичное заучивание;
 - формирование умения;
 - формирование двигательного навыка
4. Общие положения воспитательных качеств.
 - воспитание силы;
 - воспитание быстроты;
 - воспитание выносливости;
 - воспитание ловкости;
 - воспитание гибкости
- 5.Формирование психических качеств личности в процессе физического воспитания.
6. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.
7. Специальная физическая подготовка.
8. Спортивная подготовка, ее цели и задачи.
9. Структура подготовленности спортсмена.
 - техническая подготовка;
 - физическая подготовка;
 - тактическая подготовка;
 - психическая подготовка
10. Профессионально-прикладная физическая подготовка как разновидность специальной физической подготовки.
11. Интенсивность физических нагрузок.
12. Самоконтроль за физическим развитием и функциональным состоянием организма.
13. Энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности.
14. Значение мышечной релаксации.
15. Возможность и условия коррекции двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте.
16. Формы занятий физическими упражнениями.

17. Построение и структура учебно-тренировочного занятия.
18. Общая и моторная плотность занятия.
19. Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.
20. Формирование мотивов и организация занятий физическими упражнениями.
21. Формы самостоятельных занятий.
22. Содержание самостоятельных занятий (бег, аэробика, плавание,...)
23. Возрастные особенности содержания занятий.
24. Особенности самостоятельных занятий для женщин.
25. Расчет часов самостоятельных занятий.

4.Критерии оценивания знаний и умений студентов по дисциплине «Физическая культура».

1. Оценка письменных работ обучающихся

Отметкой «5» ответ оценивается, если:

- выполнены все требования к написанию и защите реферата, доклада, сообщения;
- обозначена проблема и обоснована её актуальность;
- сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция;
- сформулированы выводы, тема раскрыта полностью;
- выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению;
- даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Отметка «4» ставится в следующих случаях:

- основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала, отсутствует логическая последовательность в суждениях;
- не выдержан объём реферата, имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Отметка «3» ставится, если

- имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности, тема освещена лишь частично, допущены фактические ошибки содержания реферата или при ответе на дополнительные вопросы, во время защиты отсутствует вывод.

Отметка «2» ставится, если

- тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.
- реферат студентом не представлен.

Преподаватель может повысить отметку за оригинальный и полный ответ на вопрос, предложенные обучающемуся дополнительно после выполнения им каких-либо других заданий.

2. Оценка устных ответов обучающихся

Отметкой «5» ответ оценивается, если обучающийся:

- полно раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой и учебником; изложил материал грамотным языком, точно используя терминологию; продемонстрировал знание теории ранее изученных сопутствующих тем; отвечал самостоятельно, без наводящих вопросов преподавателя; возможны одна – две неточности

при освещении второстепенных вопросов или в выкладках, которые обучающийся легко исправил после замечания преподавателя.

Отметкой «4» ответ оценивается, если

-удовлетворяет в основном требованиям на оценку «5», но при этом имеет некоторые из недостатков: в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа;

-допущены один, два недочета при освещении основного содержания ответа, исправленные после замечания преподавателя;

-допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов или в выкладках, легко исправленные после замечания преподавателя.

Отметка «3» ставится в следующих случаях:

неполно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для усвоения программного материала (определены «Требованиями к физической подготовке студентов» в настоящей программе по физической культуре);

при достаточном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность основных умений и навыков.

Отметка «2» ставится в следующих случаях:

не раскрыто основное содержание учебного материала;

обнаружено незнание обучающимся большей или наиболее важной части учебного материала;

допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов преподавателя.

3. Тестовые задания оцениваются исходя из следующих критериев:

- за 50-65% набранных баллов выставляется **оценка 3**;
- за 66-85% набранных баллов выставляется **оценка 4**;
- за 86-100% набранных баллов выставляется **оценка 5**.

1. Критерии оценки практических заданий

Для студентов второго курса .

1. Методы оценки и коррекции осанки и телосложения.
2. Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития.
3. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы).
4. Методика проведения учебно-тренировочного занятия.
5. Методика индивидуального подхода и применение средств для направленного развития отдельных физических качеств.
6. Методы самооценки специальной физической и спортивной подготовленности по видам спорта. Основы методики организации судейства по избранному виду спорта.

Для студентов третьего и четвертого курсов

1. Методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые при занятиях физической культурой и спортом.
2. Средства и методы мышечной релаксации в спорте.
3. Методика самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки.

4.Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда.

5.На учебно-тренировочных занятиях студенты должны овладеть знаниями и практическими умениями по выполнению требований государственного стандарта по предмету «Физическая культура».

2. Критерии оценивания физических упражнений

1.Обязательными видами физических упражнений, осваиваемых студентами по физической культуре, являются отдельные дисциплины:

✓ легкая атлетика (бег 100 м – мужчины, женщины; бег 2000 м – женщины; бег 3000 м – мужчины);

✓ силовая гимнастика (подтягивание в висе на перекладине, из виса поднимание ног до касания перекладины, сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях, поднимание и опускание туловища лёжа на полу - женщины);

✓ спортивные игры, лыжные гонки, упражнения профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП)

1. Контрольные тесты и зачетные нормативы студенты сдают с учетом особенностей обучения в учебном отделении (основное, специальное медицинское отделение, лечебная физическая культура (ЛФК))

2. В каждом семестре студентам планируется не более пяти контрольных тестов, которые выполняются в соответствии с правилами данного вида спорта.

3. Студенты, пропустившие учебные занятия (и не прошедшие необходимую подготовку) допускаются к тестированию только после соответствующей подготовки.

4. В случае пропуска занятий по уважительной причине студенты могут быть освобождены от выполнения отдельных тестов.

5. Студенты, освобожденные на длительный срок, сдают зачет по теоретическому и методическому разделам программы и готовят реферат.

6. Студенты специального учебного отделения выполняют контрольные тесты с учетом показаний и противопоказаний в зависимости от характера и степени отклонения в состоянии здоровья.

Для студентов всех учебных отделений 1-4 курсов основным критерием положительной оценки при получении зачета должно быть улучшение показателей тестов в процессе всего периода обучения с учетом индивидуальных особенностей каждого студента.

Условием дифференцированного зачета для студентов четвертого курса является выполнение тестов по общей физической и профессионально-прикладной физической подготовке не ниже, чем на «удовлетворительно».

В исключительных случаях, по представлению преподавателя учебной группы, не выполнившим, отдельные практические зачетные нормативы может быть поставлен семестровый зачет.

1. Это положение может быть использовано только на первых трех семестрах при условии регулярного посещения студентом учебных занятий и при существенных положительных сдвигах в физической подготовленности в зачетных упражнениях.

2. Как отдельные показатели зачетных требований выступают дифференцированные оценки по посещаемости и сдаче теоретического раздела учебной программы. По каждому из них разработана методика оценки показателей.

3. Спортивная подготовка студентов всех учебных отделений определяется по степени усвоения студентами основных разделов подготовки данного вида спорта.

4. В течение всего периода обучения для контроля за динамикой общей физической подготовленности студентов в начале первого семестра (исходный уровень) и в конце каждого года обучения проводится контрольное тестирование всех учебных отделений по единым тестам. Формой текущего и итогового контроля успеваемости студентов по физической культуре являются зачеты.

5. В седьмом семестре зачет дифференцированный.

6. Условием допуска к зачетным упражнениям является регулярность посещения учебных занятий, обеспечивающая физиологически и методически оправданное повышение функциональной и двигательной подготовленности.

Перечень материалов, оборудования и информационных источников, используемых в аттестации: комплект тестовых заданий по количеству обучающихся, комплект бланков ответов по количеству обучающихся.

Перечень рекомендуемых учебных изданий,

Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1.Виленский М.Я. Горшков А.Г. Физическая культура (СПО) Издательство: [Кнорус](#), 2022 г. Серия: [Среднее профессиональное образование](#) Рекомендовано ФГАУ «ФИРО» в качестве учебника

2.В.И.Лях Учебник Физич. культура базов.уровень Издательство: [Просвещение](#), 2023 г. Серия: [Физическое воспитание](#)Подробнее: <https://www.labirint.ru/books/690400/>

3.Матвеев Л Теория и методика физической культуры, учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля Издательство «Физкультура и спорт»,Москва 2021г

Дополнительная литература

№ п/п	наименование	автор	Издательство и год издания
4	Лёгкая атлетика.	Макаров А.М.	М.: Просвещение. 2020. 216 с.
5	Профессионально-оздоровительная физическая культура студента: учеб. пособие. — М., 2020.	Бишаева А.А.	учеб. пособие. — М., 2020
6	Теория физической культуры и спорта. Практические занятия.	Лукьяненко В. П.	М.: Лань, 2024. 116 с.
7	Теория и методика физической культуры и спорта.	Барчуков И.С. М	Учебник. ГРИФ ФИРО (МИНОБРНАУКИ).: Изд-во: Кнорус, 2021. 368 с.

			Соответствует ФГОС СПО 3+.
8	Физическая культура. Учебник для студентов средних профессиональных учебных заведений.	Собянин Ф. И	М.: Феникс, 2020. 221 с
9	Физическая культура	Под ред. Конеевой Е.В. с.	М.: Юрайт, 2024. 610
10	Теория и методика физической культуры и спорта: обучение двигательным действиям.	Гимазов Р. М.	Учебное пособие для вузов, 2-е изд. М.: Лань, 2024. 156 с.
11	Основы адаптивной физической культуры.	Бегидова Т. П.	. М.: Юрайт, 2023. 182
12	Физическая культура.	Аллянов Ю. Н., Письменский И. А.	М.: Юрайт, 2024. 451 с.
13	Методика обучения физической культуре. Гимнастика.	Бурухин С. Ф.	М.: Юрайт, 2020. 174 с.
14	Физическая культура. Учебник,	Бишаева А.А.	Изд. «Академия», 2020
15	Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи.	Кабачков В.А. Полиевский С.А., Буров А.Э	науч.-метод. пособие. — М., 2020.

Интернет-ресурсы

№ п/п	Описание ресурса	Адрес
16	Комплекс упражнений по физической культуре	http://www.kazedu.kz/
17	Физическое воспитание	https://www.labirint.ru/books/690400/
18	Обучение игры в баскетбол. Обучение технике финиша.	http://sport-men.ru/ .
19	Научно-методический журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка»	http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/2

20	Федеральный портал «Российское образование»).	www.edu.ru
21	Журнал «Теория и практика физической культуры».	http://teoriya.ru/ru
22	Журнал «Физическая культура. Всё для учителя!»	http://www.e-osnova.ru/journal/16/archive/
23	Учебно-методические материалы и разработки по физической культуре	https://konspektka.ru/fizkultura/
24	Сайт «ФизкультУра	http://www.fizkult-ura.ru/