

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВОЛЖСКИЙ ИНСТИТУТ ЭКОНОМИКИ, ПЕДАГОГИКИ И ПРАВА»

Волжский социально-педагогический колледж

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины

«Физическая культура»
(ред. от 26.05.2026)

Специальность:
38.02.07 Банковское дело

Уровень образования:
среднее профессиональное образование

Квалификация выпускника:
Специалист банковского дела

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями, Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования утвержденного Приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 N 413 и Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.07 Банковское дело, утвержденного Приказом Минобрнауки/Минпросвещения России от 14.11.2023 N 856, Примерной рабочей программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным бюджетным образовательным учреждением дополнительного профессионального образования «Институт развития профессионального образования, утвержденной на заседании Совета по оценке содержания и качества примерных рабочих программ общеобразовательного и социально-гуманитарного циклов среднего профессионального образования, протокол № 14 от 30.11.2022 г.

Составители рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины:

_____ Черникова И.А., преподаватель
(подпись)

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины утверждена в составе комплекта документов образовательной программы Приказом ректора ВИЭПП N_____ от «__» _____ 20__ г.

Структура рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины

- 1 Общая характеристика рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины
- 2 Объем, структура и содержание общеобразовательной учебной дисциплины
- 3 Условия реализации рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины

1 Общая характеристика рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины

1.1 Область применения рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 38.02.07 Банковское дело

1.2 Цель освоения общеобразовательной учебной дисциплины

Цель освоения общеобразовательной учебной дисциплины – формировать: понимание влияния оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; умения владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности для сохранения высокой работоспособности; навыки двигательных действий базовых видов спорта и использовать их в самостоятельных занятиях.

1.3 Место общеобразовательной учебной дисциплины в структуре образовательной программы

Общеобразовательная учебная дисциплина «Физическая культура» - общеобразовательная базовая дисциплина учебного цикла «Общеобразовательный цикл» структуры программы подготовки специалистов среднего звена.

Освоение общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» предполагает наличие у обучающихся знаний и умений, полученных по образовательной программе основного общего образования.

1.4 Планируемые результаты обучения по общеобразовательной учебной дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Перечень компетенций	Планируемые результаты освоения общеобразовательной учебной дисциплины	
	общие	предметные
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности; - овладение универсальными коммуникативными действиями: б) совместная деятельность: - понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы; - принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников	- уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО); - владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владеть основными способами

Перечень компетенций	Планируемые результаты освоения общеобразовательной учебной дисциплины	
	общие	предметные
	обсуждать результаты совместной работы; - координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; - осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным Овладение универсальными регулятивными действиями: г) принятие себя и других людей: - принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности; - признавать свое право и право других людей на ошибки; - развивать способность понимать мир с позиции другого человека	самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; - владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - наличие мотивации к обучению и личностному развитию; В части физического воспитания: - сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью; - потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; - активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью; Овладение универсальными	- уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО); - владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных

Перечень компетенций	Планируемые результаты освоения общеобразовательной учебной дисциплины	
	общие	предметные
	регулятивными действиями: а) самоорганизация: -- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений; - давать оценку новым ситуациям; - расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений; - делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение; - оценивать приобретенный опыт; - способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень	показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; - владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; - владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере; - иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости)
ПК 1.1 Осуществлять расчетно-кассовое обслуживание клиентов	-знает как составить профессиограмму выбранной профессии/специальности, заполнив таблицу; разработать конспект производственной /или профилактической гимнастики; разработать конспект профессионально-прикладной физической подготовки. -умеет составить таблицу профессиограммы; форму конспекта для производственной и профилактической гимнастики; форму конспекта профессионально-прикладной физической подготовки.	-имеет базовые знания как составить профессиограмму выбранной профессии/специальности, заполнив таблицу; разработать конспект производственной /или профилактической гимнастики; разработать конспект профессионально-прикладной физической подготовки. -умеет составить таблицу профессиограммы; форму конспекта для производственной и профилактической гимнастики; форму конспекта профессионально-прикладной физической подготовки. - владеет техническими приемами

Перечень компетенций	Планируемые результаты освоения общеобразовательной учебной дисциплины	
	общие	предметные
		как составить профессиограмму выбранной профессии/специальности, заполнив таблицу; разработать конспект производственной /или профилактической гимнастики; разработать конспект профессионально-прикладной физической подготовки. - умеет на основе типовых примеров составить таблицу профессиограммы; форму конспекта для производственной и профилактической гимнастики; форму конспекта профессионально-прикладной физической подготовки -владеет на основе современных технологий как составить профессиограмму выбранной профессии/специальности, заполнив таблицу; разработать конспект производственной /или профилактической гимнастики; разработать конспект профессионально-прикладной физической подготовки. -умеет самостоятельно составить таблицу профессиограммы; форму конспекта для производственной и профилактической гимнастики; форму конспекта профессионально-прикладной физической подготовки.

2 Объем, структура и содержание общеобразовательной учебной дисциплины

Объем общеобразовательной учебной дисциплины составляет 78 академических часов.

Очная форма обучения

Объем обязательных аудиторных занятий – 78 часов, в том числе по видам учебной деятельности:

практические занятия – 78 часов.

В объем учебной деятельности обучающихся по общеобразовательной учебной дисциплине включаются индивидуальные и групповые консультации.

Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет.

Структура и содержание общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура»

Очная форма обучения

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	в форме практической подготовки	
осенний семестр					
Раздел 1 Основы теории физической культуры					1,2,3
Тема 1 Система физического воспитания в России	Практические занятия:	2	2		
	1 Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни. Требования к технике безопасности на занятиях физическими упражнениями разной направленности.	2			
Тема 2 Здоровьесберегающие основы в физическом воспитании	Практические занятия:	2			
	1 Основы здорового образа жизни. Двигательная активность, профилактика курения, алкоголизма, наркомании. Режим учебной деятельности, активный отдых, рациональное питание, закаливание.	2			
Раздел 2 Легкая атлетика					1,2,3
Тема 3 Бег на короткие дистанции	Практические занятия:	2			
	1 Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	2			
Тема 4 Прыжок в длину с разбега и преодоление искусственных и естественных препятствий	Практические занятия:	4	2		
	1 Совершенствование техники прыжка в длину с разбега и преодоление искусственных и естественных препятствий.	4			
Раздел 3 Гимнастика и прикладная физическая подготовка					1,2,3

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	в форме практической подготовки	
Тема 5 Строевые упражнения и приемы	Практические занятия:	2	2		
	1 Совершенствование строевых упражнений и приемов.				
Тема 6 Общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и аэробика	Практические занятия:	4			
	1 Совершенствование техники выполнения общеразвивающих упражнений, ритмической гимнастики и аэробики.	4			
Тема 7 Упражнения атлетической гимнастики и приемы защиты и самообороны.	Практические занятия:	2			
	1 Совершенствование техники выполнения упражнений атлетической гимнастики и приемов защиты и самообороны.	2			
Раздел 4 Профессионально-ориентированное содержание					
Тема 8	Практические занятия:	4			
Составить профессиограмму выбранной профессии/специальности	1 Заполнить таблицу профессиограммы				
Тема 9	Практические занятия:	4			
Разработать конспект производственной /или профилактической гимнастики	1 Форма конспекта для производственной и профилактической гимнастики				
Тема 10	Практические занятия:	4			

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	в форме практической подготовки	
Разработать конспект профессионально-прикладной физической подготовки	1 Форма конспекта профессионально-прикладной физической подготовки				
	Дифференцированный зачёт	2			
Итого за семестр		32	6		
весенний семестр					
Раздел 5 Основы теории физической культуры					1,2,3
Тема 11 Самоконтроль при проведении занятия по физической культуре	Практические занятия:	2	2		
	1 Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки: использование методов стандартов, антропометрических индексов, функциональных проб, упражнений (тестов) для оценки физического развития, физической подготовленности.	2			
	Практические занятия:	2			
Тема 12 Адаптация к физическим нагрузкам после перенесенного заболевания	1Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания. Контроль (тестирование) состояния здоровья двигательных качеств, которые необходимы в профессиональной деятельности.	2			
Раздел 6 Спортивные игры - волейбол					1,2,3
Тема 13 Стойки и перемещения волейболиста. Прием и передача мяча сверху двумя руками	Практические занятия:	2			
	1Совершенствование техники стоек и перемещений волейболиста. Прием и передача мяча сверху двумя руками.				
Тема 14	Практические занятия:	2			

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	в форме практической подготовки	
Прием и передача мяча снизу двумя руками	1 Совершенствование техники приема и передачи мяча снизу двумя руками.	2			
Тема 15	Практические занятия:	2			
Подачи мяча	1 Совершенствование техники подачи мяча.	2			
Тема 16	Практические занятия:	2	2		
Нападающий удар. Тактика игры в нападении	1 Совершенствование техники нападающего удара и тактика игры в нападении.				
Тема 17	Практические занятия:	2			
Одиночное и групповое блокирование. Тактика игры в защите	1 Совершенствование техники одиночное и групповое блокирование. Тактика игры в защите.				
Раздел 7 Спортивные игры - баскетбол					1,2,3
Тема 18	Практические занятия:	2	2		
Передвижения и остановки. Ловля и передача мяча	1 Совершенствование техники передвижений и остановок. Ловля и передача мяча.	2			
Тема 19	Практические занятия:	2	2		
Ведение мяча	1 Совершенствование техники ведения мяча.	2			
Тема 20	Практические занятия:	2			
Броски мяча в корзину	1 Совершенствование в технике бросков мяча в корзину с различных дистанций.	2			
Тема 21	Практические занятия:	2			
Техника защиты	1 Совершенствование техники и тактики защиты.	2			
Тема 22	Практические занятия:	2			
Техника нападения	1 Совершенствование техники нападения.				
Раздел 8					1,2,3
Гимнастика и					

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	в форме практической подготовки	
прикладная физическая подготовка					
Тема 23	Практические занятия:	2			
Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний	1 Совершенствование упражнений для профилактики профессиональных заболеваний.	2			
Раздел 9 Легкая атлетика					
Тема 24	Практические занятия:	2	2		
Бег на средние и длинные дистанции	1 Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции.				
Тема 25	Практические занятия:	2			
Метание в цель и на дальность	1 Совершенствование техники метания в цель и на дальность.	2			
Раздел 10					
Профессионально-ориентированное содержание					
Тема 26	Практические занятия:	4			
Составить профессиограмму выбранной профессии/специальности	1 Заполнить таблицу профессиограммы				
Тема 27	Практические занятия:	4			
Разработать конспект производственной или профилактической гимнастики	1 Форма конспекта для производственной и профилактической гимнастики				
Тема 28	Практические занятия:	6			
Разработать конспект профессионально-физической подготовки	1 Форма конспекта профессионально-прикладной физической подготовки				

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	в форме практической подготовки	
прикладной физической подготовки					
	Дифференцированный зачёт	2			
Итого за семестр		46	10		
Итого		78	16		

Структура и содержание общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» (Адаптивная физическая культура)
Очная форма обучения

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	по дуальному обучению	
осенний семестр					
Раздел 1 Основы теории физической культуры					1,2,3
Тема 1 Система физического воспитания в России	Практические занятия: 1 Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни. Требования к технике безопасности на занятиях физическими упражнениями разной направленности.	2			
Тема 2 Здоровьесберегающие основы в физическом воспитании	Практические занятия: 1 Основы здорового образа жизни. Двигательная активность, профилактика курения, алкоголизма, наркомании. Режим учебной деятельности, активный отдых, рациональное питание, закаливание.	2			
Раздел 2 Легкая атлетика					1,2,3
Тема 3 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике	Практические занятия: 1 Определение уровня физического развития, функциональной и физической подготовленности.	2			
	Практические занятия: 2 Обучение ведению и проверка дневника самоконтроля за физическим развитием, физической подготовленностью и состоянием здоровья.	2	2		
Тема 4 Обучение и	Практические занятия: 1 Работа рук, ног в ходьбе и беге.	10			
		2	2		

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	по дуальному обучению	
совершенствование техники оздоровительной ходьбы, оздоровительного бега	2 Подбор индивидуальной дозировки в ходьбе, беге, чередовании бега с ходьбой.	2			
	3 Обучение правильному дыханию. Упражнения для восстановления дыхания при физических нагрузках.	2			
	4 Специальные беговые упражнения.	2	2		
	5 Непрерывный бег, переменный бег, повторный бег.	2			
	Тема 5	4			
Обучение и совершенствование техники, метания снаряда на дальность и в цель.	Практические занятия:	4			
	1 Метание гранаты (мяча) – стоя, с колена, лежа.	2			
	2 Метание гранаты (мяча): разбег, финальное усилие (бросок), торможение.	1	2		
	3 Броски набивного мяча из различных исходных положений.	1			
Раздел 3 Игры					
Тема 6 Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм	Практические занятия:	8			
	1 Сущность игры и правила соревнований. Судейство игры: жесты	2			
	2 Правила соревнований: сущность игры, регламент игры, размер площадки, название линий. Функции судейской бригады.	2	2		
	3 Определение уровня физического развития, функциональной и физической подготовленности.	2			
	4 Обучение ведению и проверка дневника самоконтроля за физическим развитием, физической подготовленностью и состоянием здоровья.	2	2		
	Дифференцированный зачёт	2			
Итого за семестр		32	12		
весенний семестр					
Раздел 4 Основы теории					1,2,3

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	по дуальному обучению	
физической культуры					
Тема 7 Самоконтроль при проведении занятия по физической культуре	Практические занятия: 1 Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки: использование методов стандартов, антропометрических индексов, функциональных проб, упражнений (тестов) для оценки физического развития, физической подготовленности.	2			
	Практические занятия:	2			
Тема 8 Адаптация к физическим нагрузкам после перенесенного заболевания	1 Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания. Контроль (тестирование) состояния здоровья двигательных качеств, которые необходимы в профессиональной деятельности.				
Раздел 5 Игры					1,2,3
Тема 9 Обучение и совершенствование техники подвижных игр и эстафет.	Практические занятия:	2			
	1 Подвижные игры и эстафеты с предметами и без предметов, с простейшими способами передвижения малой подвижности.	1	2		
	2 Игры на внимание. Коррекционно-развивающие игры.	1	2		
Тема 10 Обучение элементам техники спортивных игр и их совершенствование	Практические занятия:	2			
	1 Элементы спортивных игр (адаптивные формы): волейбол, баскетбол, бадминтон, настольный теннис и другие.				
	Практические занятия:	2			
	1 Спортивные игры малой подвижности и по упрощенным правилам.				
Раздел 6 Гимнастика					1,2,3

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	по дуальному обучению	
Тема 11 Обучение и совершенствование техники выполнения общеразвивающих упражнений	Практические занятия:	14			
	1 Общеразвивающие упражнения (ОРУ) корригирующей и оздоровительной направленности.	2			
	2 Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.	2	2		
	3 Комплексы оздоровительной и коррекционной гимнастики с учетом индивидуальных медицинских показаний.	2			
	4 Комплексы упражнений для профилактики утомления в режиме учебного дня (физкультминутки, физкультпаузы, гимнастика для глаз и дыхательная гимнастика), комплексы утренней и производственной гимнастики.	1			
	5 Упражнения для коррекции осанки и плоскостопия.	1			
	6 Корригирующие, ассиметричные упражнения.	1			
	7 Упражнения на мелкую моторику.	1			
	8 Упражнения на релаксацию.	2	2		
	9 Упражнения в равновесии.	2			
Тема 12 Оздоровительные системы	Практические занятия:	12			
	1 Суставная гимнастика.	2	2		
	2 Стретчинг.	2			
	3 Йога.	2			
	4 Пилатес.	2	2		
	5 Обучение элементам самомассажа.	2			
	6 Обучение отбору и составлению в определенной последовательности упражнений для индивидуальных занятий оздоровительной физической культурой, правилам дозировки физической нагрузки по показателям функционального состояния организма (по частоте сердечных сокращений и показателям текущего самочувствия).	2			

Раздел, тема дисциплины	Содержание общеобразовательной учебной дисциплины по видам учебной деятельности	Объем (в академ. часах)			Уровень освоения
		всего	в том числе:		
			в интерактивной форме	по дуальному обучению	
Раздел 7 Общая физическая подготовка					1,2,3
Тема 13 Комплексы упражнений на развитие физических качеств	Практические занятия:	8			
	1 Комплекс общеразвивающих упражнений на развитие физического качества – силы.	2			
	2 Комплекс общеразвивающих упражнений на развитие физического качества – выносливости.	2			
	3 Комплекс общеразвивающих упражнений на развитие физического качества ловкости и гибкости.	2			
	4 Комплекс общеразвивающих упражнений на развитие физического качества - быстроты.	2			
	Дифференцированный зачёт	2			
Итого за семестр		46	12		
Итого		78	24		

3 Условия реализации рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины

3.1 Оценочные и методические материалы по общеобразовательной учебной дисциплины

Оценочные и методические материалы общеобразовательной учебной дисциплины приведены в Приложении 1 к рабочей программе общеобразовательной учебной дисциплины, доступ к которым открыт на официальном сайте института.

3.2 Фонд оценочных средств по общеобразовательной учебной дисциплины

Фонд оценочных средств по текущему контролю успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации приведены в Приложении 2 к рабочей программе общеобразовательной учебной дисциплины, доступ к которым открыт на официальном сайте института.

3.3 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения общеобразовательной учебной дисциплины

Основная учебная литература

1. Болманенкова, Т. А. Основы физического воспитания : учебное пособие : [12+] / Т. А. Болманенкова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 236 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=571983>. – Библиогр.: с. 218-221. – ISBN 978-5-4499-0197-2. – DOI 10.23681/571983. – Текст : электронный.

2. Коровин, С.С. Физическая культура. Ценности. Личность: учебное пособие для обучающихся системы среднего профессионального образования и обучающихся — бакалавров высшего образования : [12+] / С.С. Коровин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 199 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=570992>. – Библиогр.: с. 193-195. – ISBN 978-5-4499-0428-7. – DOI 10.23681/570992. – Текст : электронный.

3. Шеенко, Е.И. Физическая культура человека (основные понятия и ценности) : учебное пособие : [12+] / Е.И. Шеенко, Б.Г. Толистинов, И.А. Халев ; Алтайский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 81 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=597370>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-1472-9. – Текст : электронный.

Дополнительная учебная литература

1. Нахаева, Е. М. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Е. М. Нахаева, Н. В. Минина. – Минск : РИПО, 2022. – 204 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=697643> (дата обращения: 11.05.2023). – Библиогр.: с. 195-196. – ISBN 978-985-895-009-5. – Текст : электронный.

2. Гигиена физического воспитания и спорта : практикум : [16+] / сост. Е. В. Волынская, С. А. Коробова ; Липецкий государственный педагогический университет им. П. П. Семенова-Тян-Шанского. – Липецк : Липецкий государственный педагогический университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2021. – 72 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=693667> (дата обращения: 11.05.2023). – Библиогр.: с. 58. – Текст : электронный.

Нормативно-правовые акты

1. Российская Федерация. Законы. О физической культуре и спорте в Российской Федерации: Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ. – Текст: электронный //

Некоммерческие интернет-версии системы КонсультантПлюс. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/.

2. Российская Федерация. Законы. Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации: Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ. – Текст: электронный // Некоммерческие интернет-версии системы КонсультантПлюс. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_121895/.

3. Российская Федерация. Постановления. Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО): Постановление Правительства РФ от 11.06.2014 N 540. Текст: электронный // Некоммерческие интернет-версии системы КонсультантПлюс. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_164253/.

4. Российская Федерация. Приказы. Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): Приказ Минспорта РФ от 12.09.2019 N 90. – Текст: электронный // Некоммерческие интернет-версии системы КонсультантПлюс. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_320173/.

Периодическая литература

1. Вестник ВИЭПП: научный журнал / главный редактор Р.Ю. Скоков; учред. и изд. ГБОУ ВИЭПП — Волжский, 2024. - ISSN 2658 – 6886. – Текст : непосредственный

2. Дошкольное воспитание: ежемесячный научно-методический журнал / учредитель и издатель ООО Издательский дом «Воспитание школьника» ; главный редактор Гризик Т. И. ; редакционная коллегия: И. А. Бурлакова [и др.]. – 1928. – Москва, 2021. - Издается один раз в месяц. – ISSN 0012-561X. - Текст : непосредственный.

3.4 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Интернет и информационных технологий, необходимых для освоения общеобразовательной учебной дисциплины

1. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. - Москва, 2000 -. - URL: <https://elibrary.ru>. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

2. ONLINE.VIEPP.RU: сайт / МБОУ «Волжский институт экономики, педагогики и права». – Волжский, 2020 - . – Режим доступа: <https://online.viepp.ru/>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

3. Волжский институт экономики, педагогики и права : сайт / МБОУ «Волжский институт экономики, педагогики и права». – Волжский, 2006. – Обновляется в течение суток. – Режим доступа: <http://www.viepp.ru/>. – Текст : электронный.

4. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов : сайт. - Москва, 2005. - Обновляется в течение суток. – URL: <http://school-collection.edu.ru>. - Текст : электронный.

5. Единое окно доступа к образовательным ресурсам: федеральный портал : сайт. - Москва, 2020. - Обновляется в течение суток. - URL: <http://window.edu.ru>. – Текст : электронный.

6. КиберЛенинка: научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2020. - Обновляется в течение суток. - URL: <https://cyberleninka.ru>. - Текст : электронный.

7. Федеральный портал «Российское образование» : сайт / Учредитель ФГАОУ ДПО ЦРГОП и ИТ. - Москва, 2002. - Обновляется в течение суток. - URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

8. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов : сайт. - Москва, 2020. - Обновляется в течение суток. - URL: <http://fcior.edu.ru>. – Текст : электронный.

9. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» : сайт / Учредитель ИД «Первое сентября». - Москва, 2020. - Обновляется в течение суток. - URL: <http://urok.1sept.ru>. – Текст : электронный.

10. Электронная библиотечная система «Университетская библиотека online» : сайт / Директ-Медиа. - Москва : Директ-Медиа, 2006. - URL: <http://biblioclub.ru>. - Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

Перечень программного обеспечения

1. Сервис «1С: Предприятие 8 для учебных заведений».
2. Microsoft Office Standard 2016.
3. Microsoft Windows 10 Pro.
4. Microsoft Windows Multipoint Server Premium 2012.
5. Microsoft Windows Server - Standard 2012.
6. Microsoft Windows Server Standard Core 2016.
7. Справочная правовая система (СПС) КонсультантПлюс.
8. Microsoft Window 8.1.
9. АИБС «МАРК-SQL» (версия 1.8).

Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. АИБС «МАРК-SQL».
2. Справочная правовая система (СПС) КонсультантПлюс (обновляется постоянно).

3.5 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по общеобразовательной учебной дисциплине

Для освоения общеобразовательной учебной дисциплины практические занятия рекомендуется проводить в спортивном зале и открытом стадионе широкого профиля с элементами полосы препятствий.

Организация образовательной деятельности по общеобразовательной учебной дисциплине посредством электронного обучения осуществляется с применением технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогического работника.

Помещения для выполнения самостоятельной работы обучающихся должны быть оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду института.