МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Забайкальский государственный университет»

(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра физического воспитания

**УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

**для студентов заочной формы обучения**

**по дисциплине «**Технологии физкультурно-спортивной деятельности**»**

для направления подготовки (специальности) 44.04.01 Педагогическое образование, Магистерская программа «Образование в области физической культуры и спорта»

код и наименование направления подготовки (специальности)

Направленность ОП уровень магистратуры

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных(ые) единиц(ы), 144 часа.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Виды занятий | Распределение по семестрам | Всего часов |
| 4семестр | ----семестр | ----семестр |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Общая трудоемкость | 144 |  |  | 144 |
| Аудиторные занятия, в т.ч.: | 12 |  |  | 12 |
| лекционные (ЛК) | 6 |  |  | 6 |
| практические (семинарские) (ПЗ, СЗ) | 6 |  |  | 6 |
| лабораторные (ЛР) | - |  |  | - |
| Самостоятельная работа студентов (СРС) | 96 |  |  | 96 |
| Форма промежуточной аттестации в семестре\* | 36экзамен |  |  | 36экзамен |
| Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП) | - |  |  |  |

**Краткое содержание курса**

**1 модуль. Теоретические основы технологий базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. Теоретические основы технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре**

- закономерности тренировочного процесса и его построения в базовых видах технологий физкультурно-спортивной деятельности;

- теоретико-методические особенности построения занятий базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности;

- особенности обучения и совершенствования техники двигательных действий в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;

- особенности методики воспитания физических качеств и развития двигательных способностей в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;

- проектирование технологий базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;

- научные проблемы технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре;

- классификация технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре;

- характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре;

- проектирование технологий физкультурно-спортивной деятельности в условиях инклюзивного образовательного процесса;

- психолого-педагогические технологии в образовательном процессе лиц с особыми образовательными потребностями.

**2 модуль. Методические основы технологий базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. Методические основы технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре**

- технологии базовых видов физкультурно-спортивной деятельности: спортивные игры;

- технологии базовых видов физкультурно-спортивной деятельности: легкая атлетика;

- технологии базовых видов физкультурно-спортивной деятельности: гимнастика;

- технологии базовых видов физкультурно-спортивной деятельности: плавание;

- технологии физкультурно-спортивной деятельности: гимнастика для лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивные игры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- технологии физкультурно-спортивной деятельности: плавание для лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- технологии физкультурно-спортивной деятельности: коррекционно-развивающие подвижные игры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- технологии физкультурно-спортивной деятельности: нетрадиционные оздоровительные технологии;

- технологии физкультурно-спортивной деятельности: профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности.

**Оценочные средства текущего контроля успеваемости**

**Темы для выступления с презентацией / устного сообщения с представлением тезисов на семинарских занятиях:**

1. Теоретические основы технологий базовых видов физкультурно-спортивной деятельности:

- психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и формирования двигательных умений и навыков занимающихся;

- основы теории образовательной, воспитательной, развивающей (тренировочной) деятельности, их особенности в процессе реализации мероприятий в различных видах физкультурно-спортивной деятельности;

- закономерности тренировочного процесса и его построения в базовых видах технологий физкультурно-спортивной деятельности;

- теоретико-методические особенности построения занятий базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности;

- особенности обучения и совершенствования техники двигательных действий в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;

- особенности методики воспитания физических качеств и развития двигательных способностей в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности.

2. Теоретические основы технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре:

- актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической подготовленности;

- технологии планирования различных форм занятий с учетом видов физкультурно-спортивной деятельности;

- научные проблемы технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре;

- классификация технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре;

- характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.

**Тест для проведения промежуточного тестирования «Теоретические основы технологий базовых видов физкультурно-спортивной деятельности и технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре»**

Вариант – I

Инструкция: выполнение заданий вопросов предполагает выбор одного правильного ответа из предложенных к каждому заданию ответов. Буквенное обозначение ответа необходимо обвести кружком.

1. Основными средствами воздействия на занимающихся являются:

а) медико-биологические факторы;

б) физические упражнения;

 в) психологические факторы.

2. Важным этапом построения технологии физкультурно-спортивной деятельности является:

а) построение классификации упражнений;

б) совокупность задач;

в) взаимосвязь средств и методов.

3. Методика проведения занятий по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности с обучающимися различных возрастных групп зависит от:

а) равномерного развития органов и систем организма обучающихся;

б) характера воздействий на организм различных игр и игровых упражнений;

в) последовательности выполнения физических упражнений.

4. В классификацию упражнений в адаптивной физической культуре по различным признакам входит:

а) классификация по базовым видам двигательной деятельности;

б) классификация по интенсивности выполняемой занимающимися нагрузки;

в) классификация по видам спорта.

5. К технологиям базовых видов физкультурно-спортивной деятельности относятся:

а) технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивное ориентирование;

б) технологии физкультурно-спортивной деятельности: дыхательная гимнастика;

в) профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности.

6. Дозировка отдельных физических упражнений определяется следующими факторами (необходимо исключить лишний):

а) сопряженным развитием физических качеств;

б) степенью сложности заданий; в) методами организации обучающихся.

7. Первым этапом в построении технологий физкультурно-спортивной деятельности является:

а) постановка задач;

б) педагогическая диагностика;

в) целеполагание.

8. Направленное изменение в уровне развития одной способности влечет за собой изменения в уровне развития другой и называется:

а) обратимость показателей развития способностей;

б) перенос физических способностей;

в) зависимость развития способностей.

9. На сколько групп подразделяются профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности:

а) две;

 б) пять;

в) три.

10. Основу двигательных способностей человека составляют:

а) психодинамические задатки;

б) физические качества;

в) двигательные умения.

11. Возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий промежуток времени, называются:

а) двигательной реакцией;

б) скоростными способностями;

в) скоростно-силовыми способностями.

12. Какой этап не входит в структуру обучения техники двигательных действий и развития физических качеств:

а) этап создания предпосылок, ознакомления с двигательным действием и физическим качеством;

б) этап подготовительного обучения;

) этап разучивания техники двигательного действия.

13. Новые технические действия или сложные по координации движения на занятиях по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности выполняются:

а) в первой половине основной части;

) в конце подготовительной части;

в) во второй половине основной части.

14. Общеразвивающие упражнения, применяемые на занятиях по адаптивной физической культуре, способствуют:

а) освоению техники двигательного действия;

б) развитию физических способностей, необходимых в обучении двигательных действий;

в) подготовке организма обучающегося к предстоящей основной деятельности.

15. При планировании и проведении учебных занятий по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности основное внимание уделяется:

а) получению необходимых теоретических знаний;

б) значению физической культуры для укрепления здоровья обучающихся; в) усвоению навыков и умений по технике выполнения двигательных действий.

**3.2. Оценочные средства промежуточной аттестации**

Перечень практических заданий с проблемными ситуациями (для оценки умений):

**Тема «Методические особенности обучения и совершенствования техники двигательных действий в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности (базовый вид физкультурно-спортивной деятельности - волейбол)»**

Проблемная ситуация - методика обучения технике блокирования нападающих ударов в волейболе.

Одной из важнейших методических проблем в обучении технике блокирования нападающих ударов является проблема согласованности движений рук двойного блока. Задачей тренировочных занятий является формирование двигательного навыка одновременного выноса рук при блокировании на одной высоте, для этого необходимо выпрыгивать на одинаковую высоту. Для решения данной задачи тренер применял следующие средства и методы: 1) основные средства – передвижения двух игроков, выполняющих блокирование, вдоль сетки, с одновременным выпрыгиванием на каждый третий шаг и выносом рук на блокирование; 2) метод сопряженных воздействий, интервально-серийный. Проведя повторное тестирование, тренер обнаружил, что у волейболистов наблюдается прирост скоростно-силовых способностей, при этом качественная основа выполнения блокирования не улучшилась.

Задание 1. Определите методическую ошибку тренера.

Задание 2. Устраните ошибки, обнаруженные Вами в данной методике. Дайте обоснование правильности своего ответа.

**Тема «Методические особенности обучения и совершенствования техники двигательных действий в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности (базовый вид физкультурно-спортивной деятельности - баскетбол)»**

Проблемная ситуация - методика совершенствования техники передач мяча во взаимосвязи с развитием скоростно-силовых способностей.

Одной из важнейших методических проблем в совершенствовании техники передач мяча является проблема скорости и точности выполнения передач мяча, особенно в движении. Задачей тренировочных занятий является совершенствование передач мяча в движении с одновременным развитием скоростно-силовых способностей верхнего плечевого пояса и нижних конечностей. Для решения данной задачи тренер применял следующие средства и методы: 1) скоростные передачи мяча в стену со сменой положения ног в разноименной стойке баскетболиста; 2) метод сопряженных воздействий, интервально-серийный.

Задание: 1) найдите пути улучшения показателей скоростно-силовых способностей;

2) определите, какими еще средствами и методами, можно еще воспользоваться тренеру для улучшения показателей скоростно-силовых способностей и точности передач мяча. Дайте обоснование правильности вашего ответа.

**Тема «Методические особенности обучения и совершенствования техники двигательных действий детей с нарушением слуха (вид физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре - баскетбол)»**

Проблемная ситуация - методика обучения технике передвижений в защите детей с нарушением слуха. Одной из важнейших методических проблем в обучении технике передвижений в защите детей с нарушением слуха является проблема согласованности движений рук и ног, связанная с отклонениями в двигательной сфере. Задачей тренировочных занятий является формирование двигательного навыка в согласованности движений рук и ног, развитие координационных способностей.

Для решения данной задачи тренер применял следующие средства и методы: 1) основные средства – комплекс подготовительных и подводящих упражнений направленного воздействия на различные функции анализаторов; 2) расчленено-конструктивный, сопряженных воздействий. Проведя повторное тестирование, тренер обнаружил, что у детей с нарушением слуха показатели координационных способностей находятся на низком уровне, наблюдается рассогласование движений рук и ног.

Задание 1. Определите методическую ошибку тренера.

Задание 2. Устраните ошибки, обнаруженные Вами в данной методике. Дайте обоснование правильности своего ответа.

**Проекты – групповые практико-ориентированные задания**

**(для оценки навыков и опыта деятельности):**

1. Практико-ориентированное задание по теме «Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре».

Цель проекта – разработка технологии физкультурно-спортивной деятельности для детей с нарушением слуха. Задачи проекта: 1. Выявление социально-значимой проблемы. 2. Формирование состава проектной группы. 3. Распределение обязанностей в группе. 4. Выполнение практической части проекта (разработка модели). 5. Презентация проекта. 6. Оценка работы проектной группы.

Для разработки технологии физкультурно-спортивной деятельности для детей с нарушением слуха необходимо:

1. Определить объем нагрузки для детей с нарушением слуха в соответствие с их возрастными особенностями и отклонениями в двигательной сфере.

2. Определить содержание тренировочного процесса детей с нарушением слуха, направленного на обучение и совершенствование технике двигательных действий.

3. Определить содержание тренировочного процесса детей с нарушением слуха, направленного на воспитание физических качеств и развитие двигательных способностей.

4. Определить средства, которые будут использованы в обучении и совершенствовании техники двигательных действий у детей с нарушением слуха.

5. Определить средства, которые будут использованы в воспитании физических качеств и развитии двигательных способностей у детей с нарушением слуха.

6. Определить методы, используемые у детей с нарушением слуха в обучении и совершенствовании техники двигательных действий.

7. Определить методы, используемые у детей с нарушением слуха в воспитании физических качеств и развитии двигательных способностей.

8. Распределить последовательность использования средств и методов в тренировочных занятиях каждого микроцикла.

**2. Практико-ориентированное задание по теме «Технологии базовых видов физкультурно-спортивной деятельности (вид спорта - баскетбол)».**

Цель проекта – разработка технологии физкультурно-спортивной деятельности по виду спорта баскетбол на внеурочных занятиях.

Задачи проекта:

1. Выявление социально-значимой проблемы (низкая степень обученности школьников двигательным действиям по баскетболу).

2. Формирование состава проектной группы.

3. Распределение обязанностей в группе.

4. Выполнение практической части проекта (разработка модели).

5. Презентация проекта.

6. Оценка работы проектной группы.

Для разработки технологии физкультурно-спортивной деятельности по виду спорта баскетбол необходимо:

1. Определить объем нагрузки для школьников в соответствие с их возрастными особенностями.

2. Определить содержание тренировочного процесса, направленного на обучение и совершенствование технике двигательных действий.

3. Определить содержание тренировочного процесса, направленного на воспитание физических качеств и развитие двигательных способностей.

4. Определить средства, которые будут использованы в обучении и совершенствовании техники двигательных действий на внеурочных занятиях.

5. Определить средства, которые будут использованы в воспитании физических качеств и развитии двигательных способностей на внеурочных занятиях.

6. Определить методы, используемые у школьников на внеурочных занятиях по баскетболу в обучении и совершенствовании техники двигательных действий.

7. Определить методы, используемые у школьников на внеурочных занятиях по баскетболу в воспитании физических качеств и развитии двигательных способностей.

8. Распределить последовательность использования средств и методов в тренировочных занятиях каждого микроцикла

**Перечень теоретических вопросов для экзамена:**

1. Теоретико-методические особенности построения занятий базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

2. Особенности обучения и совершенствования техники двигательных действий в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности.

3. Особенности методики воспитания физических качеств и развития двигательных способностей в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности.

4. Проектирование технологий базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.

5. Научные проблемы технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.

6. Классификация технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.

7. Характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.

8. Проектирование технологий физкультурно-спортивной деятельности в условиях инклюзивного образовательного процесса.

9. Психолого-педагогические технологии в образовательном процессе лиц с особыми образовательными потребностями.

10. Методические особенности построения занятий базовыми видами технологий физкультурно-спортивной деятельности.

11. Методические особенности построения занятий технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.

12. Закономерности тренировочного процесса и его построение в базовых видах технологий физкультурно-спортивной деятельности.

13. Методические особенности воспитания физических качеств и развития двигательных способностей на занятиях базовыми видами технологий физкультурно-спортивной деятельности.

14. Методические особенности формирования двигательных умений и навыков на занятиях базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

15. Методические особенности воспитания физических качеств и развития двигательных способностей на занятиях по адаптивной физической культуре

16. Методические особенности формирования двигательных умений и навыков на занятиях по адаптивной физической культуре.

17. Планирование различных форм занятий с учетом видов физкультурно-спортивной деятельности.

18. Средства, используемые в технологиях базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.

19. Методы, используемые в технологиях базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.

20. Средства, используемые в технологиях физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.

21. Методы, используемые в технологиях физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.

22. Методика проведения занятий по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности.

23. Методика проведения занятий по различным видам адаптивной физической культуры.

24. Особенности технологий базовых видов физкультурно-спортивной деятельности: баскетбол.

25. Особенности технологий базовых видов физкультурно-спортивной деятельности: волейбол. 26. Особенности технологий базовых видов физкультурно-спортивной деятельности: футбол.

27. Особенности технологий базовых видов физкультурно-спортивной деятельности: легкая атлетика.

 28. Особенности технологий базовых видов физкультурно-спортивной деятельности: гимнастика.

29. Особенности технологий базовых видов физкультурно-спортивной деятельности: плавание.

30. Особенности технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: гимнастика для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

31. Особенности технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: спортивные игры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

32. Особенности технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: плавание для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

33. Особенности технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: коррекционно-развивающие подвижные игры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

34. Особенности технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: нетрадиционные оздоровительные технологии.

35. Особенности технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности.

 **Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

1. **Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

**1.1. Основная литература\***

**1.1.1 Печатные издания**

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие. - 8-е изд., стер. - Москва: Академия, 2010. - 480 с. - (Высшее проф. образование). - ISBN 978-5-7695-7577-8. (17 шт.)

2. Теория и методика физической культуры: учеб. пособие для студентов вузов / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - Москва: Советский спорт, 2007. - 463 с. - ISBN 978-5-9718-0192-4. (36 шт.)

**1.1.2 Издания из ЭБС**

1. Бегидова Т. П. Основы адаптивной физической культуры: Учебное пособие / Бегидова Т.П. - 2-е изд. - Computer data. - М.: Издательство Юрайт, 2017. - 188. - (Университеты России). - ISBN 978-5-534-04932-9: 1000.00. Ссылка на ресурс: <https://www.biblio-online.ru/book/2B7A64A5-0F1A-4365-8987-4E59F8984293>

2. Рипа М. Д. Методы лечебной и адаптивной физической культуры: Учебное пособие / Рипа М.Д., Кулькова И.В. - 2-е изд. - М.: Издательство Юрайт, 2017. - 170. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-04614-4: 1000.00. Ссылка на ресурс: <http://www.biblio-online.ru/book/6ACF9283-89F0-4C2E-9EDF-065251F67E48>

3. Федорова М.Ю. Спортивная тренировка: теория и практика: учеб. пособие. В 2 ч. Ч. 1: Теория спортивной тренировки. - Чита: ЗабГУ, 2014. - 202 с. - ISBN 978-5-9293-1259-5. (27+е)

**1.2. Дополнительная литература\***

**1.2.1 Печатные издания**

1. Гимнастика: учебник / под ред. М. Л. Журавина, Н. К. Меньшикова. - 7-е изд., стер. - Москва: Академия, 2010. - 448 с. - (Высшее проф. образование). - ISBN 978-5-7695-7628-7. (17 шт.)

2. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура: учеб. пособие для высш. и сред. проф. учеб. заведений / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. - Москва: Совет. спорт, 2000. - 240 с. (29 шт)

**1.2.2 Издания из ЭБС**

1. Балашова В.Ф. Теория и организация адаптивной физической культуры: учеб. пособие: учеб. пособие для специальности 032102 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» / В. Ф. Балашова. - Москва: Физическая культура, 2008. - 190, [1] с.: табл. - Рекомендовано учебно-методическим объединением по образованию в области физической культуры и спорта для специальности 032102 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». - Библиогр.: с. 177-178. - ISBN 5-9746-0057-6. Ссылка на ресурс: <http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_cid=25&pl1_id=9167>

2. Рипа М.Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании: Учебное пособие / Рипа М.Д., Кулькова И.В. - 2-е изд. - М.: Издательство Юрайт, 2017. - 170. - (Бакалавр. Академический курс). - ISBN 978-5-534-04612-0. ссылка - <https://www.biblio-online.ru/book/008AC822-B6A1-4642-92E8-AFFFECEBE815> (0+е)

3. Никитушкин В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания: Учебное пособие / Никитушкин В.Г., Чесноков Н.Н., Чернышева Е.Н. - 2-е изд. - М.: Издательство Юрайт, 2017. - 274. - (Университеты России). - ISBN 978-5-534-04401-0. ссылка - <https://www.biblio-online.ru/book/621988AF-9F29-4F87-A79B-E0B2460E33F2> (0+е)

**1.3 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы\***

Каждому студенту предоставляется возможность индивидуального дистанционного доступа из любой точки, в которой имеется Интернет, к информационно-справочным и поисковым системам, электронно-библиотечным системам, с которыми у вуза заключен договор (<https://e.lanbook.com/> Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань»;

<https://www.biblio-online.ru/> Электронно-библиотечная система «Юрайт»; <http://www.studentlibrary.ru/> Электронно-библиотечная система «Консультант студента»;

<http://www.trmost.com/> Электронно-библиотечная система «Троицкий мост»; <https://elibrary.ru/> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Название сайта | Электронный адрес |
| 1 | Сайт Министерства образования РФ | <http://mon.gov.ru/structure/minister/> |
| 2 | Федеральный портал «Российское образование» |  <http://www.edu.ru>  |
| 3 | Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РФ | <http://lib.sportedu.ru> |
| 4 | Вестник спортивной науки(журнал) | [www.vniifk.ru](http://www.vniifk.ru) |
| 5 | Всероссийский НИИ физической культуры и спорта | [www.vniifk.ru](http://www.vniifk.ru) |
| 6 | Теория и практика физическойкультуры (журнал) | <http://tpfk.infosport.ru> |
| 7 | Культура физическая и здоровье(журнал) | [www.delpress.ru](http://www.delpress.ru) |
| 8 | Физическая культура: воспитание, образование, тренировка (журнал) | <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> |
| 9 | «Культура здоровой жизни»(журнал) | <http://kzg.narod.ru> |
| 10 | Физическая культура, спорт – наука и практика (журнал) | <http://kgufkst.ru/kgufk/html/gyr.html>  |

Разработали: Федорова Марина Юрьевна - канд.пед.наук, доцент, заведующий кафедрой физического воспитания; Гильфанова Елена Каусаровна - канд.пед.наук, доцент