



Министерство образования, науки и молодежи
Республики Крым
Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение Республики Крым
«Романовский колледж индустрии гостеприимства»



**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОГСЭ.05 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Специальность 43.02.07 Сервис по химической обработке изделий

г. Симферополь, 2022

Фонд оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО) по специальности 43.02.07 Сервис по химической обработке изделий , входящей в укрупненную группу направлений специальностей 43.00.00. Сервис и туризм.

Разработчик: Волков А.В., преподаватель ГБПОУ РК «РКИГ».

РАССМОТРЕНО на заседании ЦМК общепрофессиональных дисциплин

Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Председатель ЦМК общепрофессиональных дисциплин _____ В.В. Ярцева

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по УПР

_____ Е.Ш. Булаш

«__» _____ 20__ г.

СОДЕРЖАНИЕ

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	стр. 4
1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УМЕНИЙ И ЗНАНИЙ	7
2.1. ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ	9
3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	13
3.1. ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ	13
4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	17

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Результатом освоения учебной дисциплины является готовность обучающегося к овладению знаний и умений, обусловленных общими и профессиональными компетенциями, формирующиеся в процессе освоения ППСЗ в целом.

Формой промежуточной аттестации по учебной дисциплине ОГСЭ.04 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА», и подтверждение соответствия по специальности 43.02.07 Сервис по химической обработке изделий

1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ:

В результате изучения учебной дисциплины ОП.07 Физическая культура / Адаптивная физическая культура и подтверждение соответствия по специальности 43.02.07 Сервис по химической обработке изделий, обучающийся должен:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 02, ОК 03, ОК 06, ОК09	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);	ЛР 1
Гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности	ЛР 2
Готовность к служению Отечеству, его защите	ЛР 3
Сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире	ЛР 4
Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности	ЛР 5
Толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям	ЛР 6

Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности	ЛР 7
Нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей	ЛР 8
Готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности	ЛР 9
Эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений	ЛР 10
Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков	ЛР 11
Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь	ЛР 12

2. ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УМЕНИЙ И ЗНАНИЙ

Основной целью оценки теоретического курса по учебной дисциплине ОГСЭ.05 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА», и подтверждение соответствия по специальности 43.02.07 Сервис по химической обработке изделий является оценка умений и знаний.

Оценка освоения умений и знаний учебной дисциплины осуществляется на основе следующих показателей оценки результата:

Приобретенный практический опыт, освоенные умения и знания	Результат обучения	Основные показатели оценки результата	Наименование раздела, темы, подтемы	Уровень усвоения	Наименование КОС	
					Текущий контроль	Промежуточный контроль
1	2	3	4	5	6	7
Умения использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; Знания о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном	ОК 02, ОК 03, ОК 06, ОК09	Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью.	Раздел 1. Научно-методические основы формирования физической культуры личности	1-2	Фронтальный опрос	Дифференцированный зачет
			Тема 1.1 Общекультурное и социальное значение физической культуры.	1-2	Фронтальный опрос, устный опрос, комплексные	Дифференцированный зачет
			Тема 1.2 Здоровый образ жизни.	1-2	упражнения.	Дифференцированный зачет
	ОК 02, ОК 03, ОК 06, ОК09	Полнота ответов, точность формулировок, не менее 75%	Раздел 2. Учебно – практические основы формирования физической		Фронтальный опрос; Техника выполнен	Дифференцированный зачет

и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.	правильных ответов. Правильное выполнение демонстрируемых студентом комплексов физических упражнений для развития: быстроты, выносливости, силы, гибкости и координационных способностей. Адекватность применения профессиональной терминологии. Правильность, полнота выполнения заданий, точность формулировок, соответствие требованиям, оптимальность выбора способов действий, методов, техник, последовательностей действий и т.д. Точность оценки, самооценки выполнения	культуры личности.		ия упражнений на практических занятиях; Устный опрос; Контрольный норматив; Комплексные упражнения.	
		Тема 2.1 Легкая атлетика.	2-3		Дифференцированный зачет
		Тема 2.2. Спортивные игры. Волейбол.	2-3		Дифференцированный зачет
		Тема 2.3. Спортивные игры. Баскетбол.	2-3		Дифференцированный зачет
		Тема 2.4. Спортивные игры. Настольный теннис.	2-3		Дифференцированный зачет
		Тема 2.5. Гимнастика.	2-3		Дифференцированный зачет
		Тема 2.6. Кроссовая подготовка.	2-3		Дифференцированный зачет
		Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)			Дифференцированный зачет
		Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов Туризм	2-3		Дифференцированный зачет

		Соответствие требованиям инструкций, регламентов Рациональность действий и т.д.	Тема 3.2. Военно – прикладная физическая подготовка	2-3	Фронтальный опрос; Техника выполнения упражнений на практических занятиях; Устный опрос;	Дифференцированный зачет
--	--	--	--	-----	--	--------------------------

2.1. ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ

Комплект тестовых заданий

Примеры вопросов для устного опроса:

1. Способность человека выполнять упражнения с большой амплитудой это:
 - а) гибкость;
 - б) растяжение;
 - в) стройность.
2. Способность быстро усваивать сложно координационные, точные движения и перестраивать свою деятельность в зависимости от условий это:
 - а) ловкость;
 - б) быстрота;
 - в) натиск.
3. Назовите основные физические качества человека:
 - а) скорость, быстрота, сила, гибкость;
 - б) выносливость, быстрота, сила, гибкость, ловкость;
 - в) выносливость, скорость, сила, гибкость, координация.
4. Назовите элементы здорового образа жизни:
 - а) двигательный режим, закаливание, личная и общественная гигиена;
 - б) рациональное питание, гигиена труда и отдыха, гармонизация психоэмоциональных отношений в коллективе;
 - в) все перечисленное.
5. Укажите, что понимается под закаливанием:
 - а) купание в холодной воде и хождение босиком;
 - б) приспособление организма к воздействию внешней среды;
 - в) сочетание воздушных и солнечных ванн с гимнастикой и подвижными играми.
6. Страховка при занятиях физической культурой, обеспечивает:
 - а) безопасность занимающихся;
 - б) лучшее выполнение упражнений;
 - в) рациональное использование инвентаря.
7. Первая помощь при обморожении:
 - а) растереть обмороженное место снегом;
 - б) растереть обмороженное место мягкой тканью;
 - в) приложить тепло к обмороженному месту.
8. Отметьте вид физической подготовки, который обеспечивает наибольший эффект, нацеленный на оздоровление:
 - а) регулярные занятия оздоровительными физическими упражнениями на свежем воздухе;
 - б) аэробика;
 - в) альпинизм;
 - г) велосипедный спорт.
9. Назовите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект для развития гибкости:
 - а) акробатика;
 - б) тяжелая атлетика;
 - в) гребля;
 - г) современное пятиборье.

10. Отметьте вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект для развития силы:
- самбо;
 - баскетбол;
 - бокс;
 - тяжелая атлетика.
11. Отметьте вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект для развития скоростных способностей:
- борьба;
 - бег на короткие дистанции;
 - бег на средние дистанции;
 - бадминтон.
12. Отметьте вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект для развития координационных способностей:
- плавание;
 - гимнастика;
 - стрельба;
 - лыжный спорт.
13. Здоровый образ жизни - это способ жизнедеятельности направленный на .
- развитие физических качеств;
 - поддержание высокой работоспособности;
 - сохранение и улучшение здоровья;
 - подготовку к профессиональной деятельности.
14. Величина нагрузки физических упражнений обусловлена:
- сочетанием объема и интенсивности двигательных действий;
 - степенью преодолеваемых при их выполнении трудностей;
 - утомлением, возникающим в результате их выполнения;
 - частотой сердечных сокращений.

ТЕСТЫ

ДЛЯ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ (ДЕВУШКИ)

№ п/п	Вид упражнений	Семестр	Оценка		
			5	4	3
1	Бег 100 м (сек.)	1	16,4	17,5	18,2
		2	15,6	16,4	17,3
		3	14,8	15,6	16,4
2	Бег 500 м (сек)	1	1,55	2,05	2,15
		2	1,50	2,00	2,10

		3	1,45	1,55	2,05
3	Бег 2000 м (сек)	1	11,00	11,50	12,30
		2	10,55	11,45	12,25
		3	10,50	11,40	12,20
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	1	175	160	150
		2	180	170	160
		3	185	175	165
5	Прыжки со скалкой (раз/мин)	1	135	125	120
		2	140	130	125
		3	145	135	130
6	Подъем туловища из положения лежа на спине (раз/ мин) (подъем ног до $\angle 90^0$ в висе на гимнастической стенке (кол-во))	1	40(12)	35(10)	30 (8)
		2	42(14)	37(12)	32(10)
		3	45(15)	40(13)	35(11)
7	Челночный бег 4x9 метров (сек)	1	11.8	12.0	12.5
		2	11.1	11.5	11.8
		3	10.2	10.5	11.1
8	Наклон туловища вперед из положения сидя (см)	1	20	17	14
		2	20	17	14
		3	20	17	14
9	Сгибание рук в упоре лежа на гимнастической скамейке, лёжа на полу (кол-во) (подтягивания в висе лежа на низкой перекладине)	1	12(12)	10 (9)	7 (6)
		2	14(15)	12(12)	8 (9)
		3	15(20)	13(15)	9 (12)

ТЕСТЫ

ДЛЯ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ
ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ (ЮНОШИ)

№ п/п	Вид упражнений	Семестр	Оценка		
			5	4	3
1	Бег 100 м (сек.)	1	14.0	14.05	14.3
		2	13.9	14.03	14.4
		3	13.2	13.9	14.4
2	Бег 500 м (сек)	1	1.30	1.40	1.47
		2	1,30	1.40	1.47
		3	1,30	1,40	1.47
3	Бег 3000 м (мин.)	1	13,25	13,50	14.00
		2	12.50	13.0	13,30
		3	12.0	13.05	14.30
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	1	230	215	200
		2	235	230	215
		3	240	235	230
5	Прыжки со скалкой (раз в 30``)	1	75	70	65
		2	80	75	70
		3	85	80	75
6	Подъем туловища из положения лежа на спине (раз/мин)	1	35	30	25
		2	40	35	30
		3	45	40	35
7	Отжимания в упоре лежа (кол-во)	1	35	30	25
		2	40	35	30
		3	45	40	35
8	Подтягивания в висе на перекладине (кол-во)	1	12	10	8
		2	14	12	10
		3	16	14	12
9	Челночный бег 4х9 метров (сек)	1	10.5	10.8	11.0
		2	9.7	10.2	10.5
		3	8.8	9.2	9.7
10	Наклон туловища вперед из положения сидя (см)	1	19	21	25
		2	13	16	19
		3	19	16	13

3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

Контрольно-оценочные материалы для промежуточной аттестации предназначены для контроля и оценки результатов по учебной дисциплине ОГСЭ.05 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА», и подтверждение соответствия по специальности 43.02.14 «ГОСТИНИЧНОЕ ДЕЛО».

3.1. ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ

Дифференцированный зачет

Темы рефератов итогового контроля:

1. Физическая культура в системе общекультурных ценностей.
2. Физическая культура в СПО.
3. История возникновения и развития Олимпийских игр.
4. Контроль, самоконтроль в занятиях физической культурой и спортом. Профилактика травматизма.
5. Утренняя гигиеническая гимнастика и ее значение. Комплекс утренней гигиенической гимнастики.
6. Здоровый образ жизни студентов.

ТЕСТЫ

ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ СТУДЕНТОВ
ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ (ДЕВУШКИ)

№ п/п	Вид упражнений	Семестр	Оценка		
			5	4	3
1	Бег 100 м (сек.)	1	16,4	17,5	18,2
		2	15,6	16,4	17,3
		3	14,8	15,6	16,4
2	Бег 500 м (сек)	1	1,55	2,05	2,15
		2	1,50	2,00	2,10
		3	1,45	1,55	2,05
3	Бег 2000 м (сек)	1	11,00	11,50	12,30
		2	10,55	11,45	12,25
		3	10,50	11,40	12,20
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	1	175	160	150
		2	180	170	160

		3	185	175	165
5	Прыжки со скалкой (раз/мин)	1	135	125	120
		2	140	130	125
		3	145	135	130
6	Подъем туловища из положения лежа на спине (раз/ мин) (подъем ног до $\angle 90^0$ в висе на гимнастической стенке (кол-во))	1	40(12)	35(10)	30 (8)
		2	42(14)	37(12)	32(10)
		3	45(15)	40(13)	35(11)
7	Челночный бег 4х9 метров (сек)	1	11.8	12.0	12.5
		2	11.1	11.5	11.8
		3	10.2	10.5	11.1
8	Наклон туловища вперед из положения сидя (см)	1	20	17	14
		2	20	17	14
		3	20	17	14
9	Сгибание рук в упоре лежа на гимнастической скамейке, лёжа на полу (кол-во) (подтягивания в висе лежа на низкой перекладине)	1	12(12)	10 (9)	7 (6)
		2	14(15)	12(12)	8 (9)
		3	15(20)	13(15)	9 (12)

ТЕСТЫ

ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ СТУДЕНТОВ
ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ (ЮНОШИ)

№ п/п	Вид упражнений	Семестр	Оценка
----------	----------------	---------	--------

			5	4	3
1	Бег 100 м (сек.)	1	14.0	14.05	14.3
		2	13.9	14.03	14.4
		3	13.2	13.9	14.4
2	Бег 500 м (сек)	1	1.30	1.40	1.47
		2	1,30	1.40	1.47
		3	1,30	1,40	1.47
3	Бег 3000 м (мин.)	1	13,25	13,50	14.00
		2	12.50	13.0	13,30
		3	12.0	13.05	14.30
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	1	230	215	200
		2	235	230	215
		3	240	235	230
5	Прыжки со скалкой (раз в 30``)	1	75	70	65
		2	80	75	70
		3	85	80	75
6	Подъем туловища из положения лежа на спине (раз/мин)	1	35	30	25
		2	40	35	30
		3	45	40	35
7	Отжимания в упоре лежа (кол-во)	1	35	30	25
		2	40	35	30
		3	45	40	35
8	Подтягивания в висе на перекладине (кол-во)	1	12	10	8
		2	14	12	10
		3	16	14	12
9	Челночный бег 4х9 метров (сек)	1	10.5	10.8	11.0
		2	9.7	10.2	10.5
		3	8.8	9.2	9.7
10	Наклон туловища вперед из положения сидя (см)	1	19	21	25
		2	13	16	19
		3	19	16	13

Критерии оценки качества выполнения задания:

Оценка «5» - обучающийся демонстрирует полный и разнообразный

комплекс упражнений, направленный на развитие конкретной физической (двигательной) способности, или комплекс упражнений утренней, атлетической или производственной гимнастики, может самостоятельно организовывать место занятия, подобрать инвентарь и применить в конкретных условиях, проконтролировать ход выполнения заданий и оценить его.

Оценка «4» - имеются незначительные ошибки или неточности в осуществлении методико-практической деятельности.

Оценка «3» - допускает грубые ошибки в подборе и демонстрации упражнений, направленных конкретной физической (двигательной) способности. Испытывает затруднения в организации мест занятий, подборе инвентаря. Удовлетворительно контролирует ход и итоги задания.

Оценка «2» - учащийся не владеет умением осуществлять методико-практическую деятельность.

Критерии оценки успеваемости по технике владения двигательными действиями (умениями и навыками)

Оценка «5» - двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.

Оценка «4» - двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

Оценка «3» - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Оценка «2» - двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.

4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Токарь, Е.В. Лечебная физическая культура : учебное пособие для СПО / Е.В. Токарь. – Саратов : Профобразование, 2021. – 76 с. – ISBN 978-5-4488-1142-5. – Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. – URL: <https://profspo.ru/books/105144> (дата обращения: 29.03.2021). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

2. Гигиена физической культуры и спорта : учебно-методическое пособие / составители С.Ю. Махов. – Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. – 84 с. – ISBN 2227-8397. – Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. – URL: <https://profspo.ru/books/95397> (дата обращения: 18.11.2020). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Глазина, Т.А. Лечебная физическая культура : практикум для СПО / Т.А. Глазина, М.И. Кабышева. – Саратов : Профобразование, 2020. – 124 с. – ISBN 978-5-4488-0539-4. – Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. – URL: <https://profspo.ru/books/91886> (дата обращения: 03.09.2020). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

4. Крамской, С.И. Физическая культура для студентов среднего профессионального образования : учебное пособие / С.И. Крамской, Д.Е. Егоров, И.А. Амельченко ; под редакцией С.И. Крамского, Д.Е. Егорова. – Белгород : Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова, ЭБС АСВ, 2020. – 148 с. – ISBN 978-5-361-00782-0. – Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. – URL: <https://profspo.ru/books/106205> (дата обращения: 13.04.2021). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

5. История физической культуры : учебное пособие / составители К.Г. Томилин. – Сочи : Сочинский государственный университет, 2019. – 115 с. – ISBN 2227-8397. – Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. – URL: <https://profspo.ru/books/106568> (дата обращения: 11.05.2021). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

6. Налобина, А.Н. Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта. Реабилитация и профилактика патологий : учебное пособие для СПО / А.Н. Налобина, Т.Н. Федорова. – Саратов : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2019. – 507 с. – ISBN 978-5-4488-0269-0, 978-5-4497-0028-5. – Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. – URL: <https://profspo.ru/books/85498> (дата обращения: 07.09.2020). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

7. Телегин, Р.С. Особенности организации занятий по физической культуре со студентами специальной медицинской группы СПО : учебное пособие / Р.С. Телегин. – Липецк : Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2019. – 67 с. – ISBN 978-5-00175-024-6. – Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. – URL: <https://profspo.ru/books/106250> (дата обращения: 13.04.2021). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

Интернет-ресурсы:

1. www.booksgid.com – Электронная библиотека.
2. www.window.edu.ru – Единое окно доступа к образовательным ресурсам.
3. www.iprbookshop.ru – Электронно-библиотечная система IPRbooks.
4. www.school.edu.ru/default.asp – Российский образовательный портал.

Доступность, качество, эффективность.

5. www.militera.lib.ru – Военная литература.
6. <http://www.rusathletics.com> – Лёгкая атлетика в России.
7. <http://www.basket.ru> – Российская Федерация баскетбола.