

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

1.1 Область применения программы

Программа Производственной практики является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности СПО 49.02.01 «Физическая культура» Екатеринбург. Рабочая программа МДК может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки по специальности 49.02.01 «Физическая культура»).

Применение данной программы направлено на формирование элементов основных видов профессиональной деятельности (ВПД) в части освоения соответствующих общих (ОК) и профессиональных компетенций (ПК):

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

1.2. Место производственной практики в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Производственная практика проводится при освоении обучающимися профессиональных компетенций в рамках профессионального модуля ПМ.01

«Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта

1.3. Цели и задачи– требования к результатам освоения производственной практики:

Целью производственной практики является приобретение практического опыта организации и проведения образовательного процесса по физической культуре.

В результате прохождения производственной практики обучающийся должен:

иметь практический опыт:

анализа и учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;

определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий;

применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;

проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;

наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;

тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;

собственного спортивного совершенствования;

ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;

уметь:

- использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью

спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;

- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;

- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;

- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;

- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;

- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;

- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;

- использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;

- осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня;

знать:

- историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;

- основы организации соревновательной деятельности систему соревнований в избранном виде спорта;

- теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;

- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта;

- теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;
- методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;
- организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;
- теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;
- систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;
- мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена;
- способы и приемы страховки и самостраховки в избранном виде спорта;
- методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;
- виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;
- разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта.

1.4. Организация производственной практики.

Производственная практика осуществляется концентрированно.

Направление студентов на практику производится на основе приказа по учебному заведению. Составляется перечень организаций, с которыми КЭМ ИИПО РГПУ заключил долгосрочные договоры об организации и проведении практики в соответствии с образовательной программой среднего профессионального образования.

Практика проводится на базе общеобразовательных школ, детских садов, детских домов Свердловской области и других организациях, направление деятельности которых соответствует профилю подготовки.

Организация, выбираемая студентом для прохождения практики (база практики) должна обладать минимально необходимым материально-техническим обеспечением: спортивный зал, стадион, игровые площадки, укомплектованные спортивным инвентарем.

Ответственность за организацию и проведение практики в целом, обеспечение единого методического руководства и координацию деятельности всех лиц, причастных к работе с практикантами, возлагается на руководителя практики, назначаемого из числа наиболее опытных преподавателей. Общее организационно-методическое руководство деятельности практикантов в каждой базовой школе (спортивной школе) осуществляют преподаватели, тренеры - преподаватели учебного заведения, назначаемые по рекомендации руководителя практики. Педагог базовой школы (спортивной школы) по прохождению практики выполняет функции методиста по предмету "Физическая культура" и специфическим вопросам внеклассной работы.

Функции руководителей практики

Руководитель практики руководствуется «Положением об организации и проведении практик студентов, обучающихся по основным образовательным программам высшего и среднего профессионального образования на основе ФГОС» от 11.08.2014г. № 976, обеспечивает и выполняет следующие виды работы:

- подбирает базовые школы для практики;
- обеспечивает планирование и организацию практики;
- разрабатывает инструктивно-методическую документацию практики студентов;
- составляет указание о распределении студентов по базам практики;
- проводит итоговые конференции студентов по практике;
- выборочно посещает базовые школы, уроки и внеклассные мероприятия, проводимые практикантами;

- изучает состояние дел в базовых школах, принимает меры к устранению недостатков в организации практики и руководстве деятельностью студентов;
- изучает отчетную документацию практикантов, организует проведение общих итогов по практике;
- вносит предложения по совершенствованию педагогической практики, участвует в обсуждении соответствующих вопросов на заседаниях педсовета и методсовета.

Директор базовой школы или его заместитель отвечает за:

- обеспечение условий успешной реализации программы педагогической практики студентов;
- знакомит работников с требованиями к обеспечению условий проведения практики студентов, распределяет функции руководства деятельностью практикантов между работниками с учетом профессиональной компетенции педагогов и требований программы практики;
- контролирует и координирует работу должностных лиц по обеспечению организационно-методического руководства и созданию нормальных условий для прохождения студентами практики, обеспечивая единую направленность усилий на качественное решение соответствующих задач;
- знакомит студентов с системой, условиями и состоянием учебно-воспитательной работы в школе, наиболее актуальными вопросами ее организации, основными функциями административных лиц школы, ролью педагогического совета, родительского комитета в организации и повышении качества работы по физическому воспитанию учащихся;
- просматривает отдельные мероприятия, проводимые практикантами, и принимает участие в их обсуждении;
- отвечает совместно с руководителем практики за качественное выполнение программы практики по разделам работы по физическому воспитанию обучающихся;
- знакомит студентов с основными задачами, содержанием, формами работы по физическому воспитанию учащихся школы, условиями ее проведения;

-определяет совместно с руководителем практики конкретные задания для каждого практиканта по учебной и внеклассной работе. Консультирует студентов по всем вопросам работы по физическому воспитанию, оказывает непосредственную помощь в организации и проведении ими различных форм работы;

- несет ответственность за обеспечение техники безопасности студентами на занятиях;

- участвует в подведении итогов практики, обсуждении и оценке работы практикантов, оформлении совместно с классным руководителем характеристик студентов.

Права и обязанности студентов-практикантов.

Студент-практикант имеет право:

- обращаться к руководителю практики от базы практики для разрешения различных вопросов возникающих в ходе практики;

- вносить предложения по вопросам организации проведения практики;

- в период практики работать в библиотеке или с литературой научно-методического фонда колледжа для успешного выполнения программы практики и подготовки отчета по практике.

Студент-практикант обязан:

- подчиняться правилам внутреннего распорядка учебного заведения, распоряжениям администрации и руководителю практики, быть для всех обучающихся образцом организованности, дисциплинированности, вежливости, трудолюбия, заботиться об охране и укреплении здоровья детей;

- своевременно и качественно выполнять все виды работ, предусмотренных программой практики, тщательно готовиться к проведению уроков и внеклассных мероприятий;

- активно участвовать в просмотре, разборе, обсуждении и оценке проводимых другими практикантами уроков, физкультурно-оздоровительных, спортивных и воспитательных мероприятий;

- участвовать в собраниях и методических занятиях, проводимых руководителем практики;

- систематически вести дневник педагогических наблюдений, подробно фиксируя, анализируя и оценивая собственные действия и действия коллег-практикантов, в том числе и при посещении других базовых школ;

- в установленные сроки отчитываться за проделанную работу, предъявляя руководителю практики отчетную документацию.

При систематическом невыполнении изложенных обязанностей студент может быть отстранен от прохождения практики. В итоговой оценке за практику учитываются объем и качество выполнения практикантом работы по всем разделам программы практики, его активность и самостоятельность в решении педагогических задач, в отношении к практике (трудовая дисциплина), своевременность и качество оформления отчетной (зачетной) документации. Если студент получил неудовлетворительную оценку, прохождение практики ему не засчитывается и вопрос дальнейшего его обучения решается педагогическим советом колледжа.

По окончании производственной практики студент предоставляет руководителю практики от учебного заведения для зачета практики следующие документы:

1. Дневник (отчет) практики, разработанный КЭМ, заполняется в установленном порядке (ежедневные краткие сведениями о проделанной работе, заверенные руководителем практики).

2. Производственная характеристика о выполнении производственной практики студента, подписанная руководителем организации, руководителем практики от предприятия и заверенная печатью предприятия. В характеристике анализируется качество выполнения студентами учебной практики, полученные умения и навыки, приводится перечень выполненных работ, организаторские способности студента, состояние трудовой и производственной дисциплины, исполнительность, инициатива. В конце делается вывод о подготовленности студента к будущей профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта. Выставляется рекомендуемая оценка.

3. Отчет по учебной практике.

В отчете по учебной практике студент должен показать свои знания и умения в соответствии с рабочей программой, полученные в ходе обучения и прохождения практики.

Оценка результатов учебной и внеклассной работы.

В итоговой оценке учитываются: степень эффективности проведенной студентом учебно-воспитательной деятельности, методическая работа, активность студента, его отношение к педагогической профессии, детям, школе, качество отчетной документации.

«Отлично» ставится студенту, который:

- выполнил в срок и на высоком уровне весь намеченный план, требуемый программой объем работы и сдал отчетную документацию;

- обнаружил умения правильно определить и эффективно осуществлять основные образовательные и воспитательные задачи, способы их решения с учетом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся;

- проявил в работе самостоятельность, творческий подход, педагогический такт;

- проводил уроки и внеклассные мероприятия на высоком научном и организационно-методическом уровне;

- применял различные методы обучения и приемы активизации учащихся;

«Хорошо» ставится студенту, который:

- выполнил план (программу) практики, сдал в срок отчетную документацию;

- показал знания и умение определять и решать образовательно-воспитательные задачи;

- проявлял инициативу в работе, однако в проведении отдельных видов воспитательной работы допускал незначительные ошибки;

- недостаточно эффективно использовал отдельные методические приемы, допускал незначительные ошибки в построении и проведении занятий.

«Удовлетворительно» ставится студенту, который:

- полностью выполнил план, намеченный на период практики, сдал отчетную документацию, но не в отведенные для этого сроки;

- в реализации образовательно-воспитательных задач допускал ошибки;
- недостаточно эффективно применял теоретические знания, методы приемы обучения;
- слабо активизировал познавательную деятельность учащихся, не всегда мог установить контакт с ними;
- допускал ошибки в планировании и проведении занятий, при анализе занятий не видел своих ошибок;
- не учитывал в достаточной степени возрастные и индивидуальные особенности учащихся.

«Неудовлетворительно» ставится студенту, который:

- не выполнил план (программу) практики, не сдал отчетную документацию;
- обнаружил слабые знания, неумение применять теоретические знания для определения и реализации образовательно-воспитательных задач;
- при изложении учебного материала допускал серьезные ошибки;
- не обеспечивал дисциплину на занятиях, не смог установить правильные взаимоотношения с учащимися и организовать их деятельность;
- недобросовестно относился к своей работе.

Перечень заданий для прохождения производственной практики:

1. Знакомство с администрацией, преподавателями, классными руководителями, воспитателями учебных заведений.
2. Знакомство с системой учебно-воспитательной работы школы.
3. Изучить школьную документацию.
4. Изучить годовой план-график прохождения учебного материала.
5. Составить поурочно-тематический план для закрепленных классов.
6. Изучить организацию внеурочной деятельности по физической культуре.
7. Составить отчетную документацию о проведённом внеклассном спортивном мероприятии (положение, заявки, протоколы, сводная таблица, отчёт).

8. Подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь по физкультурно-оздоровительной работе с детьми школьного (дошкольного) возраста.

9. Использовать различные методы и формы организации физкультурных занятий и мероприятий с школьниками (дошкольниками), строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности детей.

10. Овладеть технологией обучения двигательным действиям и методикой развития физических качеств школьников (дошкольников).

11. Установить педагогически целесообразные взаимоотношения с детьми школьного (дошкольного) возраста.

1.5. Рекомендуемое количество часов на освоение программы производственной практики:

Количество часов на освоение практики: 4 недели (144 часа)

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

2.1. Объем производственной практики и виды работ.

Виды учебной практики	Объем часов
1.Максимальная учебная нагрузка (всего)	144
В том числе:	
1.1 практические занятия	144
Итоговая аттестация	Дифференцированный зачет

2.2. Содержание практики определено цикловой комиссией специальности 49.02.01 Физическая культура в соответствии с требованиями ФГОС СПО, содержанием ОПОП СПО и планируемыми результатами обучения при прохождении практики.

2.2 Тематический план и содержание учебной практики ПП 01.01

Наименование разделов и тем	Содержание практики	Объем часов
1	2	3
Раздел 1.	Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов.	
Тема 1.1 Введение	Содержание учебного материала: Ознакомление обучающихся с целью, задачами учебной практики, нормативными документами.	3
Тема 1.2 Меры безопасности и профилактика травматизма.	Содержание учебного материала: Разбор основных положений инструкции по технике безопасности при занятиях ИВС. Организация и проведение инструктажа по технике безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий. Анализ и решение проблемных ситуаций.	6
Тема 1.3 Спортивные сооружения и материально-техническое обеспечение.	Содержание учебного материала: Требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю. Использование стандартного и нестандартного инвентаря и оборудования. Правила эксплуатации.	6
Тема 1.4 Основы спортивной тренировки.	Содержание учебного материала: Определение цели и задач учебно-тренировочных занятий. Выбор средств и методов спортивной тренировки в зависимости от конкретных целей и задач. Проведение тренировочных занятий. Значение пульсометрии. Методика ее проведения. Оценка состояния спортивной формы на основе данных педагогического и врачебного контроля. Сбор информации по заданной тематике. Поиск и решение проблемных ситуаций. Самостоятельные тренировочные занятия.	21

Тема 1.5 Основы техники ИВС	<p>Содержание учебного материала: Задачи, средства технической подготовки. Общая и специальная техническая подготовка. Особенности специальной технической подготовки в различных периодах макроцикла. Совершенствование техники по ИВС. Составление и запись комплексов упражнений и тренировочных заданий. Самостоятельные тренировочные занятия.</p>	6
Тема 1.6 Основы обучения технике	<p>Содержание учебного материала: Разбор методики обучения технике двигательного действия. Подготовка и проведение фрагмента УТЗ с задачей: обучение отдельному способу двигательного действия (по заданию преподавателя). Самоанализ и анализ проведенного фрагмента УТЗ. Разбор и обсуждение типичных ошибок, допускаемых занимающимися в процессе обучения технике. Разбор и обсуждение индивидуальных ошибок, допускаемых занимающимися, в процессе обучения технике Подготовка и проведение фрагмента УТЗ с задачей: обучение отдельному способу двигательного действия (по заданию преподавателя). Самоанализ и анализ проведенного УТЗ. Сбор информации по заданной тематике. Поиск и решение проблемных ситуаций. Самостоятельные тренировочные занятия.</p>	21
Тема 1.7 Физическая подготовка в ИВС.	<p>Содержание учебного материала: Разбор и запись комплексов упражнений для развития физических качеств с учетом вида спорта и подготовленности спортсменов. Составление и запись тренировочных заданий. Разбор и запись комплексов упражнений для развития физических качеств с учетом вида спорта и подготовленности спортсменов. Сбор информации по заданной тематике. Поиск и решение проблемных ситуаций. Самостоятельные тренировочные занятия</p>	21
Тема 1.8 Тактическая подготовка в ИВС.	<p>Содержание учебного материала: Использование тактики, тактического мышления в ИВС Общая и специальная тактическая подготовка. Тактическое мышление. Средства и методы развития и совершенствования тактического мышления. Составление тактических планов для выступления в соревнованиях. Контроль за уровнем тактической подготовленности в ИВС.</p>	9

	Сбор информации по заданной тематике. Поиск и решение проблемных ситуаций. Самостоятельные тренировочные занятия.	
Тема 1.9 Психологическая подготовка в ИВС	Содержание учебного материала: Оценка и самооценка предстартового состояния спортсмена. Способы регуляции и саморегуляции предстартового состояния спортсмена. Разработка анкеты для выявления мотивов (уровня мотивации) занятий ИВС Разработка рекомендаций по формированию мотивации и состязательной нацеленности спортсмена. Оценка состояния психической готовности спортсменов к соревнованиям. Сбор информации по заданной тематике Самостоятельные тренировочные занятия.	6
Тема 1.10 Организация и методика проведения учебно-тренировочных занятий.	Содержание учебного материала: Разбор структуры и содержания учебно-тренировочного занятия на основе примерного плана-конспекта. Разработка фрагмента конспекта УТЗ в соответствии с задачей УТЗ. Проведения учебно-тренировочных занятий Анализ содержания плана-конспекта УТЗ. Сбор информации по заданной тематике	18
Тема 1.11 Планирование, контроль и учет подготовки спортсменов.	Содержание учебного материала: Дневник самоконтроля. Правила заполнения. Анализ данных дневника самоконтроля на конкретном примере. Разбор и анализ микроциклов разных типов. Составление примерных планов микроциклов Составление отчета спортсмена о тренировочной и соревновательной деятельности за определенный период. Составление примерного плана на макроцикл. Заполнение тренером журнала учета УТЗ. Написание отчетов по результатам проведения педагогического контроля. Сбор информации по заданной тематике	9
Тема 1.12 Спортивный отбор в ИВС.	Содержание учебного материала: Разбор примерных диагностических карт. Диагностика спортивной предрасположенности. Организация и проведение тестирования (контрольных испытаний). Принятие решения по результатам тестирования. Диагностика спортивной предрасположенности. Разработка конспектов (или фрагментов), планов учебно-тренировочных занятий и учебно-тренировочного процесса.	6

Тема 1.13 Спортивное совершенствование в ИВС	Содержание учебного материала: Разбор структуры и содержания учебно-тренировочного занятия, направленного на спортивное совершенствование в ИВС	3
Тема 1.14 Основы занятий фитнесом	Содержание учебного материала: Разбор структуры и содержания учебно-тренировочного занятия фитнесом. Проведение учебно-тренировочных занятий.	3
	Оформление отчета практики	6
	ИТОГО:	144

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ требует наличия учебного кабинета, спортивного зала, стадиона.

Оборудование учебного кабинета (спортивного зала):

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- спортивное оборудование, спортивный инвентарь.

Технические средства обучения:

- ПК с доступом к сети Интернет;
- программное обеспечение общего и профессионального назначения;
- комплекс учебно-методической документации.

3.2. Информационное обеспечение обучения.

Основная учебная литература:

1. Аверьянов, И. В. Технология спортивной тренировки в избранном виде спорта: игровые виды спорта : электронное пособие / И. В. Аверьянов, Ю. Н. Эртман, В. А. Блинов. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 96 с. — ISBN 978-5-91930-129-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95615.html>

2. Никитушкин, Виктор Григорьевич. Спорт высших достижений: теория и методика : учебное пособие / В. Г. Никитушкин, Ф. П. Суслов. - Электрон. текстовые дан. - Москва : Спорт, 2018. - 317, [1] с. : табл. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74302.html>. - Текст : электронный.

3. Сапожникова, О. В. Фитнес : учебное пособие для СПО / О. В. Сапожникова. — 2-е изд. — Саратов, Екатеринбург : Профобразование, Уральский федеральный университет, 2019. — 141 с. — ISBN 978-5-4488-0493-9, 978-5-7996-2855-0. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/87895.html> - Текст : электронный.

Дополнительная учебная литература:

1. Кукоба, Т. Б. Фитнес-технологии. Курс лекций : учебное пособие / Т. Б. Кукоба. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2020. — 234 с. — ISBN 978-5-4263-0866-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/94691.html> - Текст : электронный.

2. Легкая атлетика с методикой тренировки: учебно-методическое пособие для СПО / составители С. Г. Ермакова, О. Н. Початкова. — Саратов : Профобразование, 2019. — 80 с. — ISBN 978-5-4488-0316-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/86139.html>

3. Махов, Станислав Юрьевич. Управление спортивной тренировкой в избранном виде спорта: дополнительная профессиональная программа [для вузов : Гриф Межрегиональной академии безопасности и выживания] / С. Ю. Махов ; Межрегион. акад. безопасности и выживания. - Электрон. текстовые дан. - Орел : Издательство МАБИВ, 2017. - 27 с. : табл., фот. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/73257.html>. - Текст : электронный.

4. Основы современного фитнеса : учебно-методическое пособие / составители О. С. Коршунова. — Новосибирск : Новосибирский государственный университет экономики и управления «НИНХ», 2018. — 53 с. — ISBN 978-5-7014-0902-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95206.html> - Текст : электронный.

5. Совершенствование спортивного мастерства в избранном виде спорта : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 106 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95427.html>

6. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание: учебное пособие / А. С. Казызаева, О. Б. Галеева, Е. С. Жукова, М. Д. Бакшеев.

— Омск : Си-бирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. — 120 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/74280.html>