Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«ИРКУТСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Факультет среднего профессионального образования

УТВЕРЖДАЮ:
Председатель учебно-методической
комиссии факультета
_____ Н. Д. Пельменёва
«17» 03 2025 г.

ОУП.12 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Рабочая программа учебного предмета общеобразовательной подготовки

Специальность	21.02.12 Технология и техника разведки месторождений полезных ископаемых
Квалификация	Техник – горный мастер
Форма обучения	Очная
Год набора	2025

Составители программы: Константинов Р.В., преподаватель
Макарова В.Н., преподаватель
Жанчипов С.Э., преподаватель

2025 г.

Программа составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 21.02.12 Технология и техника разведки месторождений полезных ископаемых, федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования.

Программу составили:
Константинов Роман Владимирович, преподаватель

«10» 03 2025 г. _____
(подпись)

Макарова Вера Николаевна, преподаватель

«10» 03 2025 г. _____
(подпись)

Жанчипов Сокто Эрденеевич, преподаватель

«10» 03 2025 г. _____
(подпись)

Программа одобрена на заседании цикловой комиссии
общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин
наименование ЦК

Протокол № 7 от «12» 03 2025 г. Председатель ЦК _____ Т.В. Сересова
(подпись) (И.О. Фамилия)

Программа согласована с цикловой комиссией
бурения и горного дела
наименование ЦК

Протокол № 17 от «12» 03 2025 г. Председатель ЦК _____ Е.Ю. Чемезова
(подпись) (И.О. Фамилия)

Согласовано:
Заместитель декана по учебной работе

«14» 03 2025 г. _____ В.А. Махутова
(подпись) (И. О. Фамилия)

Программа рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании учебно-методической комиссии факультета СПО ФГБОУ ВО ИРНИТУ

Протокол № 6 от «17» 03 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

стр.
1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА 4
2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА 8
3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА 15
4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА 18

1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«Физическая культура»

1.1 Место учебного предмета в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Учебный предмет «Физическая культура» относится к предметной области «Общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин» и общеобразовательному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения учебной дисциплины

Результатом освоения Физической культуры является определенный этап форсированности следующих общих и профессиональных компетенций:

Код и наименование формируемых компетенций	**Планируемые результаты освоения предмета**	
	Общие	**Предметные**
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;	Л.1 - осознание обучающимися российской гражданской идентичности; М.1 - освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные);	У1. Умение 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); З.1 Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; З.2 Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; З.3 Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики

		переутомления и сохранения высокой работоспособности; З.4 Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере; З.5 Положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;	Л.4 - целенаправленное развитие внутренней позиции личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, формирование системы значимых ценностно-смысловых установок, антикоррупционного мировоззрения, правосознания, экологической культуры, способности ставить цели и строить жизненные планы. М.3 - овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;	У1. Умение 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); З.1 Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; З.2 Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; З.3 Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; З.4 Владение техническими

		приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере; З.5 Положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Л.2 - готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; Л.3 - наличие мотивации к обучению и личностному развитию; М.2 - способность их использования в познавательной и социальной практике, готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории;	У1. Умение 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); З.1 Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; З.2 Владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; З.3 Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; З.4 Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их

		в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере; З.5 Положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

Вид учебной работы		**Объем в часах**
Учебная нагрузка обучающихся:		78
в том числе:		
лекции, уроки, семинары		4
практические занятия		74
лабораторные занятия		
индивидуальный проект		
из них профессионально-ориентированное содержание		
Промежуточная аттестация в форме	1 семестр	2
дифференцированного зачета	2 семестр	2

2.2 Тематический план и содержание учебного предмета «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	**2**	**3**	**4**
1 семестр			
Раздел 1. Физическая культура, как часть культуры общества и человека.		**2**	
Тема 1.1 Современное состояние физической культуры и спорта. Здоровье и здоровый образ жизни. Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями.	**Содержание учебного материала**	**2**	ОК 1; ОК 4; ОК 8.
	Инструктаж по технике безопасности. Физическая культура как часть культуры общества и человека. Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека. Современное представление о физической культуре: основные понятия; основные направления развития физической культуры в обществе и их формы организации.	*1*	
	Требования к технике безопасности при занятиях физическими упражнениями.	*1*	
	Всего по теме:	**2**	
Раздел 2. Легкая атлетика.		**16**	
Тема 2.1 Совершенствование технике бега на короткие, средние и длинные дистанции, совершенствование техники	**Содержание учебного материала**		ОК 1; ОК 4; ОК 8.
	Кроссовая подготовка: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование; бег 100 м, эстафетный бег 4×100 м, 4×400 м; бег по прямой с различной скоростью, равномерный бег на дистанцию 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши), прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; общая физическая подготовка (ОФП); метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); толкание ядра.		
	Практические занятия	**16**	
	Практическая работа № 1. Кроссовая подготовка. Выполнение строевых упражнений: построений, перестроений.	*1*	

прыжков.	Практическая работа № 2. Кроссовая подготовка. Выполнение тестов для определения уровня физической подготовленности. Прыжок в длину с места.	*1*	
	Практическая работа № 3. Повторение и совершенствование техники бега на короткие дистанции. Выполнение тестов для определения уровня физической подготовленности, бег 100м.	*2*	
	Практическая работа № 4. Повторение и совершенствование техники бега на средние дистанции. Выполнение тестов для определения уровня физической подготовленности, бег 500м и 1000м.	*2*	
	Практическая работа № 5. Совершенствование техники бега на длинные дистанции.	*1*	
	Практическая работа № 6. Обучение технике эстафетного бега. Эстафетный бег 4х100 м., 4х400 м.	*1*	
	Практическая работа № 7. Кроссовая подготовка. Выполнение комплекса ОРУ на месте.	*1*	
	Практическая работа № 8. Совершенствование технике эстафетного бега.	*1*	
	Практическая работа № 9.Обучение технике метания гранаты.	*1*	
	Практическая работа № 10. Совершенствование технике метания гранаты.	*1*	
	Практическая работа № 11. Обучение и совершенствование технике толкания ядра.	*2*	
	Практическая работа № 12. Сдача контрольных нормативов.	*2*	
	Всего по теме:	**16**	
Раздел 3. Спортивные игры.		**12**	
Тема 3.1 Совершенствование техники игры в баскетбол.	**Содержание учебного материала**		ОК 1; ОК 4; ОК 8.
	Баскетбол. Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), прием техники защиты - перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.		
	Практические занятия	**14**	
	Практическая работа № 13. Техника владения мячом, ловля мяча. Выполнение игр и эстафет с элементами баскетбола. Выполнение комплекса ОРУ с баскетбольными мячами.	*2*	
	Практическая работа № 14. Техника владения мячом, передача мяча от груди. Участие в учебной игре по заданию.	*2*	
	Практическая работа № 15. Техника владения мячом, ведение мяча. Участие в учебной игре по заданию.	*2*	
	Практическая работа № 16. Повторение стоек и перемещений баскетболиста. Участие в	*2*	

	учебной игре по заданию.		
	Практическая работа № 17. Повторение техники бросков в корзину: с места, после ведения. Выполнение игр и эстафет с элементами баскетбола.	*2*	
	Практическая работа № 18. Обучение технике штрафного броска. Выполнение комплекса подвижных игр с элементами баскетбола.	*2*	
	Практическая работа № 19. Двухсторонняя игра в баскетбол. Правила игры.	*2*	
	Всего по теме:	**14**	
Дифференцированный зачет		**2**	
Всего за семестр:		**34**	
2 семестр			
Раздел 1. Физическая культура, как часть культуры общества и человека.			
Тема 1.2 Составление и проведение самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО». Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями.	**Содержание учебного материала**	**2**	ОК 1; ОК 4; ОК 8.
	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, история и развитие комплекса «Готов к труду и обороне». Характеристика нормативных требований для обучающихся СПО.	*1*	
	Требования к технике безопасности при занятиях физическими упражнениями.	*1*	
	Всего по теме:	**2**	
Раздел 4. Лыжные гонки.			
Тема 4.1 Совершенствование технике ходьбы на лыжах.	**Содержание учебного материала**		ОК 1; ОК 4; ОК 8.
	Совершенствование: техники передвижения, видов передвижения. Поворотов и разворотов на месте и на ходу. Подъемов и спусков с горы. Техника торможения: «плугом, упором». Прохождение дистанции с учетом времени.		
	Практические занятия	**8**	
	Практическая работа № 20. Повторение технике одновременного бесшажного хода.	*1*	
	Практическая работа № 21. Повторение технике одновременного одношажного хода.	*1*	
	Практическая работа № 22. Повторение одновременного двухшажного хода.	*1*	

	Практическая работа № 23. Совершенствование технике одновременный двухшажного хода.	*1*	
	Практическая работа № 24. Повторение техники подъемов в гору.	*2*	
	Практическая работа № 25. Повторение техники торможения «плугом», «упором».	*2*	
	Всего по теме:	**8**	
Раздел 3. Спортивные игры.			
Тема 3.2 Совершенствование техники игры в волейбол.	**Содержание учебного материала**		
	Волейбол. Исходное положение (стойки), перемещения, передача, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди-животе, блокирование, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам.		
	Практические занятия	**12**	
	Практическая работа № 26. Стойки и перемещения волейболиста. Выполнение комплекса ОРУ с волейбольным мячом. Разучивание техники стоек и перемещений волейболиста. Выполнение специальных упражнений волейболиста.	*1*	ОК 1; ОК 4; ОК 8.
	Практическая работа № 27. Техника приёма мяча. Разучивание, закрепление и совершенствование техники приёма и передачи мяча, выполнение специальных упражнений волейболиста. Выполнение игр и эстафет с элементами волейбола.	*1*	
	Практическая работа № 28. Техника передачи мяча над собой и в парах. Разучивание, закрепление и совершенствование техники приёма и передачи мяча, выполнение специальных упражнений волейболиста. Выполнение игр и эстафет с элементами волейбола.	*2*	
	Практическая работа № 29. Техника нижней передачи мяча над собой и в парах**.** Выполнение комплекса ОРУ с набивными мячами. Разучивание, закрепление и совершенствование техники приёма и передачи мяча, выполнение специальных упражнений волейболиста. Выполнение игр и эстафет с элементами волейбола.	*2*	
	Практическая работа № 30. Техника подачи мяча. Проведение комплекса ОРУ с в/б мячом. Выполнение техники подач. Участие в двусторонней игре. Закрепление техники передач мяча.	*1*	
	Практическая работа № 31. Обучение индивидуальным и групповым действиям в защите. Разучивание техники игры в защите и нападении. Участие в учебной игре. Выполнение упражнений для воспитания внимания. Выполнение игр и эстафет с элементами	*1*	

	волейбола.		
	Практическая работа № 32. Техника блокирования. Разучивание техники одиночного блокирования. Выполнение специальных упражнений волейболиста при блокировании. Закрепление техники подач и нападающего удара. Участие в учебной игре.	*1*	
	Практическая работа № 33. Обучение групповому блокированию.	*1*	
	Практическая работа № 34. Двухсторонняя игра. Правила игры. Участие в двусторонней игре. Закрепление техники передач мяча.	*2*	
	Всего по теме:	**12**	
Тема 3.3 Общая физическая подготовка (ОФП).	**Содержание учебного материала**		ОК 1; ОК 4; ОК 8.
	Комплексы ОФП.		
	Практические занятия	**10**	
	Практическая работа № 35. Комплекс упражнений без предмета.	*1*	
	Практическая работа № 36. Комплекс упражнений со скакалкой.	*1*	
	Практическая работа № 37. Комплекс упражнений в парах.	*2*	
	Практическая работа № 38. Комплекс упражнений сидя и лежа на полу.	*2*	
	Практическая работа № 39. Комплекс упражнений для развития силы.	*2*	
	Практическая работа № 40. Комплекс упражнений для укрепления мышц живота и спины.	*2*	
	Всего по теме:	**10**	
Тема 3.4 Совершенствование техники игры в футбол.	**Содержание учебного материала**	*2*	ОК 1; ОК 4; ОК 8.
	Футбол		
	Практические занятия	**10**	
	Практическая работа № 41. Удар по летящему мячу средней частью подъема ноги, удары головой на месте и в прыжке, остановка мяча ногой, грудью, отбор мяча, обманные движения, техника игры вратаря, тактика защиты, тактика нападения. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.	*2*	
	Практическая работа № 42. Техника владения мячом, ведение мяча. Выполнение игр и эстафет с элементами ведения и передачи мяча. Выполнение упражнений для воспитания ловкости.	*2*	
	Практическая работа № 43. Повторение технике удара по мячу. Удар внутренней стороной стопы. Совершенствование техники ударов по неподвижному, катящемуся мячу. Выполнение упражнений для воспитания точности движений.	*2*	
	Практическая работа № 44. Практическая работа №40. Повторение технике удара по мячу. Удар серединой стопы.	*2*	

	Практическая работа № 45. Учебная игра в футбол. Правила игры.	*2*	
	Всего по теме:	**10**	
Дифференцированный зачет		**2**	
Всего за семестр:		**44**	
Всего:		**78**	

3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3.1 Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы учебного предмета предусмотрены следующие специальные помещения:

1. Спортивный зал - полезная площадь 189,2 кв. м, раздевалки, кабинет преподавателя.

Оборудование зала:

- Волейбольные стойки, баскетбольные щиты, теннисные столы- 4 шт.;
- Оборудование для силовых упражнений: гантели, гири, штанга с комплектом различных отягощений, гимнастическая перекладина, шведская стенка, баскетбольные, волейбольные, футбольные мячи, секундомеры, теннисные ракетки.

2. Стадион - открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий.

Оборудование стадиона:

- Волейбольная площадка (стандартная), баскетбольная площадка (стандартная), площадка для минифутбола (стандартная), беговая дорожка 200 м, 2 стандартных поля: верхнее и нижнее.
- Верхнее поле: уложен газон пятого поколения, трибуны на 2 тысячи мест, 8 легкоатлетических дорожек, легкоатлетические сектора (сектор для толкания ядра, прыжковые ямы: для длины, тройного прыжка, прыжков в высоту, прыжков с шестом). Стадион полностью укомплектован оборудованием и инвентарем для проведения соревнований международного уровня.
- Нижнее поле: с естественным травяным покрытием для длинных метаний (копья, молота, диска), 4 беговые дорожки, сектора для общефизической подготовки (перекладины, лабиринты), полоса препятствий.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень основной и дополнительной литературы, электронных ресурсов

Основная литература:

1. Лях, Владимир Иосифович.Физическая культура : базовый уровень : учебник для образовательных организаций, реализующих образовательные программы среднего профессионального образования / В. И. Лях. - Москва : Просвещение, 2024. - 288 с. - (Учебник СПО). - URL: https://znanium.ru/read?id=447186. - Загл. с титул. экрана. - ISBN 978-5-09-114122-1 : 0.00

2. Литош, Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии : учебник для среднего профессионального образования / Н. Л. Литош. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 156 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13349-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/viewer/adaptivnaya-fizicheskaya-kultura-dlya-detey-s-narusheniyami-v-razvitii-566949#page/1

Дополнительная литература:

1. Письменский, И. А. Физическая культура: 10—11 классы : учебник для среднего общего образования / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 396 с. — (Общеобразовательный цикл). — ISBN 978-5-534-16014-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-568406#page/1

2. Погадаев, Г. И. Физическая культура. Футбол для всех : электронная форма учебного пособия для СПО / Г. И. Погадаев ; под ред. И. Акинфеева. - Москва :

Просвещение, 2024. - ISBN 978-5-09-107600-4. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.ru/catalog/product/2125348

3. Бишаева, Альбина Анатольевна. Физическая культура : учебник для студентов среднего специального образования / А. А. Бишаева. - Москва : Академия, 2020. - 313 с. : табл., ил. - (Профессиональное образование). - Библиогр.: с. 309-310 . - ISBN 978-5-4468-7895-6 : 812.77 р.

4. Зайцева, И. П. Физическая культура. Теоретический зачет для студентов I курса специальной медицинской группы «Б» : учебное пособие для СПО / И. П. Зайцева. — Саратов, Москва : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 174 с. — ISBN 978-5-4488-0956-9, 978-5-4497-0799-4. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROFобразование : [сайт]. — URL: https://profspo.ru/webreader/web/viewer.php?publicationId=books/101087

5. Лебедихина, Т. М. Гимнастика: теория и методика преподавания : учебное пособие для СПО / Т. М. Лебедихина. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, 2021. — 110 с. — ISBN 978-5-4488-1120-3. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROFобразование : [сайт]. — URL: https://profspo.ru/webreader/web/viewer.php?publicationId=books/104898

6. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 609 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18616-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-565611#page/1

7. Ягодин, В. В. Физическая культура: основы спортивной этики : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. В. Ягодин. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 111 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20707-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-osnovy-sportivnoy-etiki-558618#page/1

Официальные, справочно-библиографические и периодические издания

1. Новая российская энциклопедия: Т.1 - 16(2) / Ред. коллегия Данилов-Данильян В.И., Некипелов А.Д. - М.: Энциклопедия, НИЦ ИНФРА-М, 2003 - 2016. 31 экз.

Российские журналы

1. Минеральные ресурсы России. Экономика и управление: научно – технический журнал/ учредители: М-во природ. ресурсов и экологии РФ, АО «Росгеология», Рос. геол. о-во. - Москва: РГ-Информ [и др.], 1991 - . (ЭБС eLibrary, фонд ГРТ), 2021-2025 гг.

2. Разведка и охрана недр: научно-технический журнал/учредители: М-во природ. ресурсов и экологии РФ, Рос. геол. о-во. – Москва: [б.и.], 1931- . (ЭБС eLibrary, фонд ГРТ), 2021-2025 гг.

3. Науки о Земле и недропользование: научный журнал/ Ирк. нац. исслед. техн. ун-т. - Иркутск: ИРНИТУ, 1973 – . (Электронная библиотека ИРНИТУ), 2021-2024 гг.

4. Горный журнал: научно-технический и производственный журнал/ учредители АК «АЛРОСА» [и др.]. – Москва: Руда и металлы, 1825 - . Выходит ежемесячно. (ЦНИ), 2021-2025 гг.

5.Общероссийской комплексной системы информирования и оповещения населения в местах массового пребывания людей, 2016 - . - Выходит ежемесячно, 2021-2025 гг.Электронные библиотечные системы и базы данных:

Российские ресурсы:

1. Электронная библиотека ИРНИТУ: http://elib.istu.edu/
2. Образовательная платформа «Юрайт» https://urait.ru/
3. Электронно-библиотечная система «Znanium»: http://znanium.ru/
4. Электронно-библиотечная система «PROFобразование»: http://profspo.ru/
5. Электронно-библиотечная система IPRSMART: http://www.iprbookshop.ru/

6. Электронная библиотека Гребенников: http://grebennikon.ru/

7. Электронная библиотека «Горное образование»: http://library.gorobr.ru/

8. Электронная библиотека ИНЦ СО РАН : http://csl.isc.irk.ru/

9. Сетевая электронная библиотека (СЭБ) : http://e.lanbook.com/

10. Система интерактивных учебников «Book On Lime» : https://bookonlime.ru/

11. Электронно-библиотечная система "Издательство Лань" : http://e.lanbook.com/

12. Электронно-библиотечная система IPRbooks : http://www.iprbookshop.ru/

13. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_open.asp

14. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (НЭБ): https://elibrary.ru/defaultx.asp

Локальные базы данных

(доступ только из читальных залов библиотеки)

15. Удаленный электронный читальный зал Президентской библиотеки им. Б.Н. Ельцина https://www.prlib.ru/

16. Национальная электронная библиотека, НЭБ : https://нэб.рф/

17. Виртуальный читальный зал Российской государственной библиотеки (РГБ) : https://www.rsl.ru/

18. Электронная система нормативно-технической документации «Техэксперт»

19. Справочная правовая система "Консультант Плюс"

4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Контроль и оценка результатов освоения предмета предусматривает следующие контрольно-оценочные средства:

Коды компетенций, (ОК, ПК)	**Контрольно-оценочные средства**
ОК 1; ОК 4; ОК 8.	- составление комплекса упражнений; - оценивание практической работы; - демонстрация комплекса ОРУ; - сдача контрольных нормативов; - сдача контрольных нормативов (контрольное упражнение); - сдача нормативов ГТО; - выполнение упражнений на дифференцированном зачете;