

**СОГЛАСОВАНО**

Директор  
ГАУ ТО «ОСШОР»  
М.В. Паутов

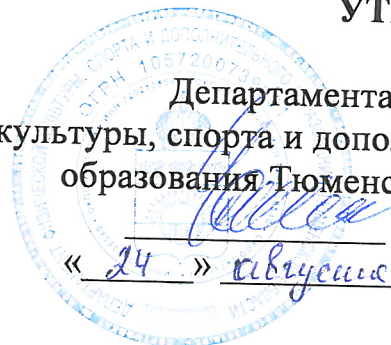
« 28 » Июня 20 21 г.



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор  
Департамента физической  
культуры, спорта и дополнительного  
образования Тюменской области  
Е.В. Хромин

« 24 » Июня 20 21 г.



**СОГЛАСОВАНО**

Директор  
Института физической  
культуры \_\_\_\_\_  
Е.Т. Колунин

« 29 » Июня 20 21 г.



**УТВЕРЖДАЮ**

Заместитель Губернатора Тюменской  
области, директор Департамента  
образования и науки Тюменской  
области, Член президиума  
Правительства

А.В. Райдер

« 12 » Июня 20 21 г.



## ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении областного конкурса профессионального мастерства между  
специалистами физической культуры и спорта**

### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Областной конкурс профессионального мастерства между специалистами физической культуры и спорта (далее – «Конкурс») проводится в соответствии с Государственной программой Тюменской области «Развитие физической культуры, спорта и дополнительного образования».

Конкурс проводится с целью:

- повышения профессиональной компетентности и профессионального мастерства специалистов сферы физической культуры и спорта Тюменской области.

Основными задачами Конкурса являются:

- выявление лучших специалистов, осуществляющих свою деятельность в системе физической культуры и спорта;

- распространение передового опыта деятельности, новых технологий эффективных форм и методов работы;

- создание условий для вовлечения максимального количества населения к занятиям физической культурой и спортом и реализации мероприятий регионального проекта «Спорт - норма жизни».

1.2. Конкурс проводится по следующим номинациям:

Номинация № 1 – Физическая культура (специалисты дошкольных учреждений);

Номинация № 2 – Подготовка спортивного резерва (тренеры-преподаватели, тренеры спортивной подготовки);

Номинация № 3 – Спортивно-оздоровительная работа по месту жительства (специалисты общеобразовательных школ, педагоги дополнительного образования, спорторганизаторы, инструкторы по физической культуре и/или инструкторы по спорту, фитнес-тренеры).

1.3. Положение о проведении областного конкурса профессионального мастерства между специалистами физической культуры и спорта с приложениями размещается на официальном сайте ГАУ ТО «ОСШОР».

## II. СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

2.1. Конкурс проводится в дистанционном формате с помощью платформы ZOOM: с 11 октября 2021 года по 19 ноября 2021 года.

2.2. Для участия в Конкурсе до 15 октября 2021 года необходимо направить в печатном варианте следующие документы:

- Информационная карта участника областного конкурса профессионального мастерства между специалистами физической культуры и спорта (Приложение № 1);

- Согласие на обработку персональных данных участника конкурса (Приложение № 2).

Документы направляются по адресу: 625048, г. Тюмень, ул. Щорса, 5 (ГАУ ТО «ОСШОР»), телефон: 8 (3452) 344-583.

2.3. Рассмотрение предоставленных заявок на предмет допуска к участию в Конкурсе проводится с 18 октября 2021 года по 20 октября 2021 года.

2.4. Этапы и даты проведения Конкурса:

№	Номинация	I этап – теоретический	II этап - теоретико- методический	III этап – практический
1	Физическая культура (специалисты дошкольных учреждений)	26.10.21 12:00 - 13:00	08.11.21 9:30	17.11.21 9:30
2	Подготовка спортивного резерва (тренеры-преподаватели, тренеры спортивной подготовки)	27.10.21 12:00 - 13:00	09.11.21 9:30	18.11.21 9:30
3	Спортивно-оздоровительная работа по месту жительства (специалисты общеобразовательных школ, педагоги дополнительного образования, спорторганизаторы, инструкторы по физической культуре и/или инструкторы по спорту, фитнес-тренеры)	28.10.21 12:00 - 13:00	10.11.21 9:30	19.11.21 9:30

2.5. Документы, представленные на Конкурс, не рецензируются и не возвращаются. Конкурсная комиссия вправе отклонить от рассмотрения документы, оформленные с нарушениями требований Положения.

### III. ОРГАНИЗАТОРЫ КОНКУРСА

3.1. Учредителем Конкурса является Департамент физической культуры, спорта и дополнительного образования Тюменской области.

3.2. Непосредственная организация и проведение Конкурса возлагается на государственное автономное учреждение Тюменской области «Областная спортивная школа олимпийского резерва».

3.3. Соорганизаторы Конкурса с привлечением экспертов и членов конкурсной комиссии - ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет» Институт физической культуры.

3.4. Состав конкурсной комиссии утверждается приказом директора ГАУ ТО «ОСШОР».

#### IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

4.1. В Конкурсе могут принимать участие тренеры-преподаватели, тренеры, педагогические работники и другие специалисты физической культуры и спорта учреждений и организаций, осуществляющих деятельность в сфере физической культуры и спорта Тюменской области вне зависимости от форм собственности.

4.2. Конкурсная комиссия проводит техническую оценку предоставленных для участия в Конкурсе документов по критериям, представленным в Таблице № 1.

Таблица № 1

##### Критерии технической оценки

№ п/п	Наименование оценочного показателя	Наличие (+)	Отсутствие (-)
1.	Информационная карта участника областного конкурса профессионального мастерства между специалистами физической культуры и спорта		
2.	Согласие на обработку персональных данных участника конкурса		

4.3. Конкурсная комиссия оценивает полноту и правильность заполнения всех документов, перечисленных в Таблице № 1, и принимает одно из двух решений: «Допустить к участию в Конкурсе» или «Отклонить от участия в Конкурсе».

Решение конкурсной комиссии о допуске участников к Конкурсу оформляется протоколом.

В целях оценки уровня теоретических знаний, профессиональной компетентности и отбора участников, первый этап Конкурса – теоретический, осуществляется в виде теоретического тестирования (результаты тестирования не засчитываются, если отправлены после окончания времени, отведенного на его проведение).

По результатам теоретического этапа определяются (по рейтингу) не более двенадцати участников в каждой номинации, набравшие наибольшее количество баллов, для участия в теоретико-методическом этапе Конкурса. Организаторы оставляют за собой право увеличить или уменьшить число участников в каждой номинации.

Перед началом выполнения теоретико-методического и практического задания проводится жеребьевка, по результатам которой определяется очередность выступления участников. Каждому участнику Конкурса по итогам жеребьевки присваивается личный номер (код), который фиксируется в рабочем протоколе конкурсной комиссии.

По результатам теоретико-методического этапа определяются не более шести участников в каждой номинации, набравших наибольшее количество баллов, для участия в практическом этапе Конкурса.

Теоретико-методический и практический этапы Конкурса проходят в формате видеоконференцсвязи с использованием программы Zoom. Участникам Конкурса самостоятельно, либо с помощью служб технической поддержки учреждения, необходимо обеспечить качественную видеосвязь с использованием сети интернет, позволяющую отчетливо видеть и слышать, как самого конкурсанта, так и группы волонтеров, участвующих в демонстрации практического занятия.

В случае несоблюдения требований по обеспечению качества видеосвязи участник по решению комиссии может быть отстранен от участия в Конкурсе.

Минимальные системные и технические требования для организации видеоконференцсвязи на платформе Zoom:

1. Операционная система любая из представленных: Windows XP – 10; MacOS X, 10.7 и выше; Fedora, Ubuntu; Linux (в том числе сборка Red Hat Enterprise 6.4); Cent OS; OpenSUSE.

2. Мобильные платформы iOS, Android, Blackberry, Win 8.1-10.

3. Требования к процессору и памяти: ЦП – минимум одно ядро с частотой от 1 ГГц и выше. Для стабильной работы ЦП должен быть не менее двух ядер с

частотой 2 ГГц. Количество оперативной памяти – от 4 ГБ. Свободное место на жестком диске – от 300 МБ. Если ведется запись конференции, требования расширяются до 80 ГБ.

3. Встроенная или дискретная видеокарта с поддержкой Open GL 2.0..

4. Требования к скорости интернет-соединения: минимальные требования – от 600 кбит/с, для разрешения 720p – 1,3 Мбит/с, для работы с изображением в высоком качестве 1080p – от 3,0 Мбит/с и выше.

5. Аудио VoIP – 60-80 кбит/с.

Для создания комфортных акустических условий в спортивном зале рекомендовано использовать петличный микрофон (для обеспечения достаточной разборчивости речи и снижения уровня шума, возникающего при проведении учебно-тренировочного занятия).

## **V. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ КОНКУРСНЫХ РАБОТ**

5.1. Конкурс состоит из трех этапов, каждый из которых позволяет оценить профессиональные компетенции участников, выявить творческих, активных и конкурентоспособных специалистов, способных быстро и эффективно адаптироваться к изменяющимся условиям.

Участники Конкурса на теоретико-методическом и практическом этапах представляют/обосновывают содержание занятия и проводят его по одному из представленных направлений. Выбор направления участник делает самостоятельно из представленных тем занятия и сообщает об этом на теоретико-методическом этапе Конкурса.

Направления в рамках которых участники могут выбрать тему занятия для теоретико-методического и практического этапа Конкурса:

- «Просто сделай это» (обучение технике двигательного действия в избранном виде спорта или прикладного упражнения);
- «Будь готов – всегда готов!» (развитие физических качеств и подготовка к выполнению норм комплекса ВФСК ГТО);

- «Будь здоров!» (оздоровительные упражнения и технологии для людей различного возраста и пола в том числе перенесших COVID (по выбору конкурсанта)).

II этап - теоретико-методический: предусматривает теоретико-методическое обоснование эффективности (оздоровительной, образовательной, воспитательной) средств и методов, планируемых к применению на практическом занятии в соответствии с выбранной темой.

На данном этапе участник Конкурса должен представить в электронном виде (pdf или word) не менее чем за 3 дня до начала этого этапа в конкурсную комиссию проект с описанием конкурсного проекта (Приложение № 3).

Непосредственно в день проведения данного этапа Конкурса участник осуществляет защиту своего проекта выступая с докладом и презентацией перед членами жюри. В докладе должны быть: четко обозначены актуальность, цель, задачи занятия, теоретическое и научное обоснование подбираемых средств, методов и интенсивности в соответствии с целью, задачами и возрастом занимающихся, а также ожидаемые результаты не только данного занятия, но и в отдаленной перспективе.

Регламент: выступление участника – до 10 мин., вопросы жюри и ответы участника – до 3 мин..

Оценка выполнения конкурсного задания осуществляется по критериям (каждый показатель оценивается по шкале от 0 до 5 баллов, кратно 1), представленным в Таблице № 2.

Таблица № 2

Критерии и показатели	Количество баллов			
	0-2 (показатель слабо выражен)	3-4 (показатель прослеживается)	5 (показатель ярко выражен)	Общий результат
Обоснование актуальности темы занятия				
Формулировка цели и задач занятия в соответствии с выбранной темой и контингентом занимающихся				

Обоснование (на основе данных современной научной и учебно-методической литературы, а также личного опыта) целесообразности используемых средств, методов и интенсивности в соответствии с контингентом занимающихся				
Оригинальность и нестандартность применяемых средств, методов и условий организации планируемого занятия				
Качество подачи материала: материал оформлен и изложен профессионально грамотно, последовательно, полно, аргументированно, стиль изложения понятен, соблюдены все требования к оформлению документа				
Использование современной научно-методической и педагогической литературы, наличие и доступность ссылок на используемые источники				
<b>Максимальное количество баллов</b>				<b>30</b>

III этап – практический: предусматривает практическое проведение участником Конкурса учебно-тренировочного занятия в соответствии с представленным на теоретико-методическом этапе Конкурса.

Регламент: выступление участника – 40 мин., вопросы жюри и ответы участника – до 5 мин.. Для проведения практического занятия данного этапа Конкурса участник самостоятельно набирает группу из шести совершеннолетних волонтеров, имеющих медицинский допуск к занятиям физической культурой и спортом. Группе волонтеров следует иметь единую и комфортную спортивную одежду.

Шаблон конспекта учебно-тренировочного занятия (Приложение № 3).

Оценка выполнения конкурсного задания осуществляется по критериям (каждый показатель оценивается по шкале от 0 до 5 баллов, кратно 1), представленным в Таблице № 3.



Таблица № 3

Критерии и показатели	Количество баллов			Общий результат
	0-2 (показатель слабо выражен)	3-4 (показатель прослеживается)	5 (показатель ярко выражен)	
<b>1. Организационно-управленческий компонент</b>				<i>max 15</i>
Подготовленность педагога и места проведения занятия (места для участников, расположение инвентаря и оборудования, средства визуализации, видео и аудиосопровождение)				
Профилактика травматизма в том числе соблюдение правил безопасности на занятии, размещение занимающихся, переходы и др.				
Выдержанность структуры занятия в соответствии с планом, в том числе соблюдение временного регламента				
<b>2. Психолого-педагогический компонент</b>				<i>max 55</i>
Применение интересных содержательных методических находок, авторских приемов				
Целесообразность содержания и рациональность применения педагогических средств и методов в различных частях занятия				
Соблюдение принципов дидактики на занятии				
Осуществление индивидуально-дифференцированного подхода к занимающимся				
Осуществление оперативного контроля за реакцией занимающихся на физическую нагрузку в ходе занятия и качество выполнения упражнений				
Культура речи, внешний вид и сообразность стиля взаимодействия педагога с занимающимися				
Использование различных способов мотивации и поощрения, занимающихся во				

время занятия, поддержание психологического комфорта				
Формирование посредством проведения практического занятия интегративных качеств занимающихся (физическое развитие, любознательность, активность, отзывчивость, общительность, соблюдение общепринятых норм и правил поведения)				
Надпредметность (обращение к другим областям знаний)				
Формирование у занимающихся представлений и навыков самостоятельных занятий физической культурой и спортом				
Воспитание у занимающихся в ходе занятия волевых качеств или патриотизма				
<b>3. Содержательный компонент</b>				<i>max 30</i>
Использование профессиональной терминологии				
Уровень профессиональной культуры (культура речи и поведения, эрудированность, тактичность и т.д.)				
Эффективность предлагаемых средств, методов и технологий, обоснованное применение форм и методов в ходе конкурсного задания				
Результативность конкурсного задания в соответствии с целью и задачами				
Возможность трансляции представленного опыта на уровне города, района, России				
Креативность (творческий подход, эксклюзивность, ярко выраженная индивидуальность автора, оригинальность подачи материала)				
<b>Максимальное количество баллов</b>				<b>100</b>

5.2. В случае если время на подготовку участника перед выполнением этапа/задания затягивается не по вине организаторов/соорганизаторов, очередность выступления автоматически становится последней.

5.3. При подведении итогов Конкурса не допускается деление призового места между двумя и более участниками. В случае равенства итоговых баллов преимущество отдается участнику, получившему большее количество баллов от председателя конкурсной комиссии.

Информация об итогах Конкурса размещается на официальном сайте ГАУ ТО «ОСШОР».

## **VI. НАГРАЖДЕНИЕ**

6.1. Победители и призеры Конкурса в каждой номинации награждаются дипломами и денежными призами в следующих размерах:

- за 1-е место – 50 000 (пятьдесят тысяч) рублей;
- за 2-е место – 30 000 (тридцать тысяч) рублей;
- за 3-е место – 20 000 (двадцать тысяч) рублей.

Победители Конкурса в каждой номинации становятся лауреатами областного конкурса «Спортивная элита».

6.2. По решению конкурсной комиссии при подведении итогов Конкурса могут присуждаться следующие дополнительные номинации: «За преданность профессии» и «Молодая надежда».

По решению альтернативного жюри в каждой номинации определяется победитель и награждается дипломом.

Диплом участника Конкурса (не занявших призовые места) предоставляются по желанию участника Конкурса.

## **VII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

7.1. Финансовые расходы по организации и проведению Конкурса (оплата услуг привлеченных специалистов, страховые взносы, питьевой режим, награждение победителей и призеров, полиграфическая продукция, канцтовары, расходные материалы и прочие расходы), осуществляется за счёт финансового обеспечения выполнения государственного задания ГАУ ТО «ОСШОР» на соответствующий финансовый год.

Приложение №1  
 В конкурсную комиссию  
 областного конкурса  
 профессионального мастерства  
 между специалистами физической культуры и спорта

**Информационная карта**  
 участника областного конкурса профессионального мастерства  
 между специалистами физической культуры и спорта

1	Номинация	
2	Ф.И.О.	
3	Дата рождения	
4	Образование (когда и какое учебное заведение окончил)	
5	Место работы, адрес места работы, телефон, e-mail	
6	Фамилия, имя, отчество руководителя образовательного учреждения, телефон	
7	Занимаемая должность	
8	Стаж работы:	
	общий	
	педагогический	
	в данном учреждении	
9	Квалификационная категория	
	дата присвоения	
10	Государственные и ведомственные награды, ученая степень, почетные звания	
11	Личные достижения (участие в конкурсах, соревнованиях различного уровня, занятые места) за последние три года	
12	Научно-методические разработки, публикации, программы (название, год разработки) за последние 3 года	

13	Выступления с докладами на научно-практических конференциях, педагогических чтениях, семинарах и т.д. за последние 3 года	
14	Контактный телефон участника	
15	E-mail участника	

\_\_\_\_\_

Дата

\_\_\_\_\_

Подпись участника

\_\_\_\_\_

расшифровка подписи (Ф.И.О.)

\_\_\_\_\_

Подпись руководителя организации (учреждения)

\_\_\_\_\_

расшифровка подписи (Ф.И.О.)

М.П.

Приложение № 2  
Директору ГАУ ТО «ОСШОР»  
Паутову М.Н.

от кого: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(Ф.И.О. гражданина)

**Согласие  
на обработку персональных данных участника конкурса**

Я, \_\_\_\_\_,  
(фамилия, имя, отчество)

проживающий(ая) по адресу:

\_\_\_\_\_ г.  
паспорт серия \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_ выдан «\_\_» \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(наименование органа, выдавшего паспорт)

даю согласие ГАУ ТО «ОСШОР» обработке информации, составляющей **мои персональные данные**:

- паспортные данные гражданина, сведения о регистрации по месту жительства, наличии гражданства Российской Федерации;
- сведения о наличии страхового свидетельства государственного пенсионного страхования;
- сведения о постановке на учет в налоговом органе по месту жительства;
- средства связи (домашний, контактный телефоны) и фактическое место проживания;
- сведения о наличии спортивного звания;
- фотографии во время участия в конкурсах;

в целях организации моего участия в конкурсе, проводимом ГАУ ТО «ОСШОР», ведения статистики с применением различных способов обработки, в том числе публикации информации о конкурсе с моим участием в средствах массовой информации, размещения фотографий о конкурсе с моим участием на официальном сайте ГАУ ТО «ОСШОР».

Настоящее согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении **моих персональных данных**, которые необходимы или желаемы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе передачу третьим лицам – обеспечивающим и участвующим в проведении конкурса), обезличивание, блокирование, а также осуществление любых иных действий с персональными данными, предусмотренных действующим законодательством РФ.

ГАУ ТО «ОСШОР» гарантирует, что обработка персональных данных осуществляется в соответствии с действующим законодательством РФ.

Я проинформирован(а), что персональные данные обрабатываются неавтоматизированным и автоматизированным способами обработки.

Настоящее согласие действует со дня его подписания до дня отзыва в письменной форме.

Я подтверждаю, что, давая согласие на обработку персональных данных, я действую своей волей и в своих интересах.

Дата \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_

### Требования к оформлению проекта на теоретико-методическом этапе Конкурса

1. **ВВЕДЕНИЕ** - 1-2 страницы. Включает в себя обоснование актуальности выбранной темы, постановку цели и задач занятия. Требуется описать конкретную проблему (недостаточный уровень физической, технической, психологической подготовленности занимающихся или недостаточный уровень сформированности внутригрупповых взаимоотношений).

2. **АНАЛИЗ НАУЧНОЙ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ** - 8-10 страниц. Представить критический анализ опыта решения данных задач, если такой имеется в специальной научной и учебно-методической литературе (можно разделить на 2-3 раздела при необходимости).

3. **СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ** - 5-15 страниц. Подбор и письменное обоснование средств, методов и параметров нагрузки для решения поставленных цели и задач занятия. Оформляется в виде конспекта занятия, по образцу и письменного обоснования его содержания с указанием конкретных примеров ссылок на литературу. Сопровождается подробным описанием своих действий и деятельности в это время занимающихся с указанием используемых педагогических приемов и технологий.

4. **ЗАКЛЮЧЕНИЕ** - 2-3 страницы. Содержащее краткий анализ проблемы пути и перспективы ее решения как в рамках конкретного занятия, так и в долгосрочной перспективе, возможностей педагогического и медико-биологического контроля за эффективностью предлагаемых автором технологий.

5. **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ-ИСТОЧНИКОВ** (10-15 источников) оформленных в соответствии с правилами (по образцу) в алфавитном порядке. При алфавитном способе группировки записи располагаются по алфавиту фамилии первого автора (если их не больше трех), или заглавий документов. Работы авторов-однофамильцев ставятся в алфавите их инициалов, работы одного автора – в алфавите заглавий книг и статей.

Участники Конкурса самостоятельно определяют тему с учетом специфики своей деятельности и интересующей проблемы и готовят работу в электронном виде (формат: word, rtf или pdf) в соответствии с образцом.

Подготовленную работу с подписанным руководителем учреждения титульным листом, сохраненным в формате (JPEG или PDF) нужно выслать не позднее трех дней до начала теоретико-практического этапа в конкурсную комиссию.

При подготовке к данному этапу Конкурса участникам рекомендуется воспользоваться консультацией коллег и методистов учреждения.

Требования к оформлению материала: текст Times New Roman, шрифт -14, интервал -1,5, поля верхнее и нижнее – 2см, правое – 1,5см, левое - 3см.

**ОБРАЗЕЦ оформления**

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Департамент физической культуры, спорта и дополнительного образования  
Тюменской области  
Государственное автономное учреждение Тюменской области  
Областная спортивная школа олимпийского резерва

**ПРОЕКТ**  
**«НАЗВАНИЕ»**

Авторы работы:

\_\_\_\_\_ И.О. Фамилия

Рецензент:

\_\_\_\_\_ И.О. Фамилия,  
М.п.

должность (руководителя) и  
название учреждения,  
в котором работает участник  
конкурса

Тюмень, 2021



## СОДЕРЖАНИЕ

**ВВЕДЕНИЕ** (1-2 страницы)

**ГЛАВА 1. ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ** (8-10 страниц)

**ГЛАВА 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ** (5-15 страниц)

### Шаблон конспекта конкурсного занятия

Тема: \_\_\_\_\_

Цель: \_\_\_\_\_

Задачи:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

Возраст занимающихся: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

№	Содержание	Объем работы	Интенсивность работы	Организационно-методические указания

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ** (2-3 страницы)

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ-ИСТОЧНИКОВ**

(10-15 источников)

## Образец оформления списка литературы

1. Смирнов Ю.А. Атлетизм как средство физического воспитания студентов вузов: Автореф. дис. канд. пед. наук / Ю.А. Смирнов. – СПб., 2000. – 23 с.

2. Современное состояние исследований variability сердечного ритма в России (по материалам Международного симпозиума «Компьютерная электрокардиография на рубеже столетий», Москва, 27-30 апреля 1999 г.) / Р.М. Баевский, Г.Г. Иванов, Г.В. Рябыкина // Научная жизнь [Электрон. ресурс] – Электрон. журн. – 1999. – № 14. – Режим доступа к журн.: [http://www.incart.spb.ru/vestnic/n14/st14\\_text.htm](http://www.incart.spb.ru/vestnic/n14/st14_text.htm)

3. Теория и методика физического воспитания / Б.А. Ашмарин, Ю.А. Виноградов, З.Н. Вяткина и др.; Под ред. Б.А. Ашмарина – М.: Просвещение, 1990. – 286 с.

4. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 4-е изд. – М.: Советский спорт, 2010. – 464 с.