

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ

Ректор

_____ И.И. Готовцев

_____ 2020 г.

Оздоровительные виды гимнастики рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **спортивной подготовки и национальных видов спорта**

Учебный план 1. 49.03.01 ФК ФО 3++(бакалавры)_готовый.plx
Направление 49.03.01 Физическая культура

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **3 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	108	Виды контроля в семестрах: зачеты 6
в том числе:		
аудиторные занятия	28	
самостоятельная работа	79,8	

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	6 (3.2)		Итого	
	14 3/6			
Неделя	УП	РП	УП	РП
Лекции	14	14	14	14
Практические	14	14	14	14
Контактная работа на промежуточную аттестацию	0,2	0,2	0,2	0,2
Итого ауд.	28	28	28	28
Контактная работа	28,2	28,2	28,2	28,2
Сам. работа	79,8	79,8	79,8	79,8
Итого	108	108	108	108

Программу составил(и):

МС РФ, Доцент, Сабаранкин Ньургун Михайлович; ассистент, Константинов Гаврил Алексеевич _____

Рецензент(ы):

Рабочая программа дисциплины

Оздоровительные виды гимнастики

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 16.10.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

Направление 49.03.01 Физическая культура

утвержденного учёным советом вуза от 27.01.2018 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

спортивной подготовки и национальных видов спорта

Протокол от _____ 2020 г. № ____

Срок действия программы: уч.г.

Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

Председатель УМС

_____ 2020 г.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМС Коркин Е.В.

__ _____ 2021 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2021-22 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2021 г. № __
Зав. кафедрой

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМС

__ _____ 2022 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2022-2023 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2022 г. № __
Зав. кафедрой

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМС

__ _____ 2023 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2023 г. № __
Зав. кафедрой

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМС

__ _____ 2024 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2024 г. № __
Зав. кафедрой

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Цель – формирование и развитие систем организма студентов, увеличение его приспособляемости, профилактика психосоматических заболеваний путем физического совершенствования, коррекция психофизических отклонений развития навыков общения, удовлетворение физических и социальных потребностей а в саморазвитии.
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДЭ.02
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика
2.1.2	Техника безопасности на уроках ФК
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Общая физическая подготовка
2.2.2	Спортивное сооружение и экипировка
2.2.3	Технологии в физкультурном образовании

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Знать:

Уровень 1	недостаточно хорошо знает основы спортивной медицины, медицинского контроля
Уровень 2	хорошо знает педагогические средства восстановления, рациональное сочетание нагрузки и отдыха, своевременная коррекция тренировочных программ с учётом реального состояния работоспособности спортсмена, оптимальное сочетание средств и методов тренировки;
Уровень 3	отлично знает медицинские требования к участию спортсменов в соревнованиях;

Уметь:

Уровень 1	- самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;
Уровень 2	- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;
Уровень 3	- соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности

Владеть:

Уровень 1	- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;
Уровень 2	- планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта
Уровень 3	- владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.

ПК-10: Способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание

Знать:

Уровень 1	недостаточно знает общие требования ГОСТа РФ 52024-2003 «Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования»
Уровень 2	знает общие требования ГОСТа РФ 52024-2003 «Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования»
Уровень 3	хорошо знает общие требования ГОСТа РФ 52024-2003 «Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования»

Уметь:

Уровень 1	недостаточно умеет оценить исходный уровень физического развития и физической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом
Уровень 2	умеет оценить исходный уровень физического развития и физической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом
Уровень 3	хорошо умеет оценить исходный уровень физического развития и физической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом

Владеть:

Уровень 1	недостаточно владеет владения методами оценки физического развития и физической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом
Уровень 2	владеет владения методами оценки физического развития и физической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом
Уровень 3	хорошо владеет владения методами оценки физического развития и физической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом

ПК-9: Способен планировать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия, организовывать досуговую деятельность и активный отдых в организациях различного типа

Знать:

Уровень 1	недостаточно знает методику проведения физкультурно-оздоровительных (спортивно-массовых) мероприятий
Уровень 2	знает методику проведения физкультурно-оздоровительных (спортивно-массовых) мероприятий
Уровень 3	хорошо знает методику проведения физкультурно-оздоровительных (спортивно-массовых) мероприятий

Уметь:

Уровень 1	недостаточно умеет определять цели, задачи и содержание физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом особенностей и интересов занимающихся
Уровень 2	умеет определять цели, задачи и содержание физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом особенностей и интересов занимающихся
Уровень 3	хорошо умеет определять цели, задачи и содержание физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом особенностей и интересов занимающихся

Владеть:

Уровень 1	недостаточно владеет составления программы и проведения физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в физкультурно-спортивной организации
Уровень 2	владеет составления программы и проведения физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в физкультурно-спортивной организации
Уровень 3	хорошо владеет составления программы и проведения физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в физкультурно-спортивной организации

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	ПК-3 Способен организовать участие Занимающегося в мероприятиях медико- биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки. (D/05.6 Организация участия Занимающегося в мероприятиях медико- биологического, научно- методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки)
3.2	Уметь:
3.2.1	- определять состояние оптимальной готовности спортсмена к спортивным достижениям в ИВС;
3.2.2	
3.2.3	- проводить целеполагание и разрабатывать стратегию подготовки к соревнованиям;
3.2.4	
3.2.5	- подбирать соответствующие задачи, средства и методы предсоревновательной подготовки спортсмена на различных этапах спортивной тренировки;
3.3	Владеть:
3.3.1	- использования в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний с учётом специфики вида спорта;
3.3.2	
3.3.3	- использования медико-биологических средств восстановления;
3.3.4	- использования психологических средств восстановления;

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература	Инте пакт.	Примечание
	Раздел 1.						

1.1	Здоровье и физическое развитие человека /Лек/	6	2	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	
1.2	Обучение технике выполнения упражнений из различных видов оздоровительной гимнастики. /Пр/	6	4	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	
1.3	Здоровье и физическое развитие человека /Ср/	6	10	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	
1.4	Влияние физических упражнений на организм человека /Лек/	6	2	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	
1.5	Базовая подготовка (упражнения, рекомендуемые при различных заболеваниях). /Пр/	6	4	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	

1.6	Влияние физических упражнений на организм человека /Ср/	6	10	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	
1.7	Закаливание и здоровье /Лек/	6	2	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	
1.8	Совершенствование базовой подготовки в оздоровительной гимнастике. /Пр/	6	3	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	
1.9	Закаливание и здоровье /Ср/	6	10	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	
1.10	Организация и содержание занятий оздоровительной гимнастикой /Лек/	6	2	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	

1.11	Организация и содержание занятий оздоровительной гимнастикой /Пр/	6	3	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	
1.12	Организация и содержание занятий оздоровительной гимнастикой /Ср/	6	12	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5	0	
1.13	Образ жизни как фактор здоровья /Лек/	6	2	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	
1.14	Образ жизни как фактор здоровья /Ср/	6	12	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	
1.15	Формирование навыка правильной осанки /Лек/	6	2	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	

1.16	Формирование навыка правильной осанки /Ср/	6	12	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	
1.17	Дыхательная гимнастика /Лек/	6	2	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	
1.18	Дыхательная гимнастика /Ср/	6	13,8	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2	0	
1.19	/КрАт/	6	0,2	УК-7 ПК-9 ПК-10	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.10 Л1.11Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5	0	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

6.1. Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине

№

п/п Контролируемые разделы (темы) дисциплины

(результаты по разделам) Код контролируемой компетенции (или её части) / и ее формулировка — по желанию наименование оценочного средства

1. Здоровье и физическое развитие человека ПК-7 Устный опрос

2. Влияние физических упражнений на организм человека ПК-7 Устный опрос

3. Закаливание и здоровье ПК-7 Устный опрос

4. Организация и содержание занятий оздоровительной гимнастикой ПК-7 Устный опрос

5. Образ жизни как фактор здоровья ПК-2 Устный опрос
6. Формирование навыка правильной осанки ПК-2 Устный опрос
7. Дыхательная гимнастика ПК-2 Устный опрос
8. Здоровье и физическое развитие человека ПК-2 Практический тест

5.2. Темы письменных работ

1. Роль и значения гимнастики.
2. Прикладные виды гимнастики и их характеристики.
3. Оздоровительные виды гимнастики и их характеристика.
4. Форма занятий оздоровительной гимнастикой.
5. Влияния на организм человека
6. Общеразвивающие упражнения, как средство воспитания физических качеств.
7. Средства закаливания.
8. Методика проведения ОРУ.
9. Методы, приемы и условия успешного обучения гимнастическим упражнениям.
10. Значение и задачи планирования учебной работы по гимнастике.
11. Структура занятия оздоровительной гимнастики
12. Основные аспекты образа жизни
13. Прикладные виды оздоровительной гимнастики.
14. Сферы образа жизни
15. Методы проведения
16. Предупреждению нарушений осанки
17. К специальным профилактическим мероприятиям по предупреждению нарушений осанки можно отнести
18. Комплексы упражнений, корректирующих осанку.
19. Профилактические и специальные дыхательные упражнения. 20. Упражнения на длительного и полного выдоха.
21. Игровые комплексы дыхательной гимнастики.
22. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении.
23. Общеразвивающие упражнения с предметами (скакалки, мячи и т.д.).
24. Упражнения из гимнастики Н. Амосова.

5.3. Фонд оценочных средств

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

№ Наименование раздела, тем дисциплины

- 1 Здоровье и физическое развитие человека
- 2 Влияние физических упражнений на организм человека
- 3 Закаливание и здоровье
- 4 Организация и содержание занятий оздоровительной гимнастикой
- 5 Образ жизни как фактор здоровья
- 6 Формирование навыка правильной осанки
- 7 Дыхательная гимнастика
- 8 Здоровье и физическое развитие человека

5.4. Перечень видов оценочных средств

1. Устный вопрос
2. практический

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛП.1	Буш-Остерман Э., Малахов В.	Гимнастика для позвоночника	Москва: Человек, Олимпия, 2008
ЛП.2	Пантелеева Е. В.	Дыхательная гимнастика для детей	Москва: Человек, 2012
ЛП.3		Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика»: Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27 октября 2017 г. №935	Саратов: Вузовское образование, 2019
ЛП.4		Гимнастика тибетских монаховv922	М.: Физкультура и спорт, 2003
ЛП.5	Ю.К.Гавердовский,Т. С.Лисицкая,В.М.Смо левский	Спортивная гимнастика	, 2005
ЛП.6	Подольская Е.И.	Оздоровительная гимнастика: игровые комплексы. Вторая младшая группа	Волгоград: Учитель, 2012

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.7	Токаева Т.Э.	Парная гимнастика: программа, конспекты занятий с детьми 3-6 лет	Волгоград: Учитель, 2011
Л1.8	Верхозина Л.Г., Заикина Л.А.	Гимнастика для детей 5-7 лет: программа, планирование, конспекты занятий, рекомендации	Волгоград: Учитель, 2013
Л1.9	Крючек Е.С., Терехина Р.Н.	Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика.: учебник	М.: "Академия", 2013
Л1.10	Чесноков Н.Н., Михалина Г.М.	Содержание программ раздела "гимнастика" регионального и заключительного этапов Всероссийской олимпиады школьников по предмету "Физическая культура": учебно-методическое пособие	Физическая культура, 2019
Л1.11	Р. Н. Терехин, Винер-Усманова И.А., Медведева Е.Н.	Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта "Художественная гимнастика": учебные программы	М. : ФГБУ "Федеральный центр подготовки спортивного резерва", 2016

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Конеева Е. В., Морозова Л. П., Ночевнова П. В.	Эстетическая гимнастика: История, техника, правила соревнований. Учебное пособие	Москва: Прометей, 2013
Л2.2	Савельева Л. А., Терехина Р. Н., Иванов К. М., Сомкин А. А., Борисенко С. И., Ким Н. В., Савельева Л. А., Терехина Р. Н.	Спорт высших достижений. Спортивная гимнастика: Учебное пособие	Москва: Человек, 2014
Л2.3	Винер-Усманова И. А., Крючек Е. С., Медведева Е. Н., Терехина Р. Н.	Художественная гимнастика: История, состояние и перспективы развития	Москва: Человек, 2014
Л2.4	Еремина Л. В.	Атлетическая гимнастика: Учебное пособие по дисциплине «Физическая культура» (раздел «Атлетическая гимнастика»)	Челябинск: Челябинский государственный институт культуры, 2011
Л2.5	Поваляева Г. В., Сыромятникова О. Г.	Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика: Учебно-методическое пособие для подготовки к практическим занятиям	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012
Л2.6	Алаева Л. С., Клецов К. Г., Зябрева Т. И.	Гимнастика. Общеразвивающие упражнения: Учебное пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017
Л2.7	Папина И. В.	Дыхательная гимнастика: Учебное пособие	Липецк: Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2017
Л2.8	Андрянова Е. Ю.	Спортивная медицина: Учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2020

6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л3.1		Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта художественная гимнастика: Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 5 февраля 2013 г. №40	Саратов: Вузовское образование, 2019
Л3.2		Дыхательная гимнастика Стрельниковыхv922	М.: Физкультура и спорт, 2003
Л3.3		Спортивная гимнастикаv922	Б. м., 2005
Л3.4	Гавердовский Ю.К. и др.	Спортивная гимнастика (мужчины и женщины): Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, специализированных ДЮШ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства	М.: Советский спорт, 2005
Л3.5	Журавин М.Л	Гимнастика 5-е издание	М.: Академия, 2008

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	
Э2	

6.3.1 Перечень программного обеспечения	
6.3.1.1	yandex
6.3.1.2	opera
6.3.1.3	Microsoft Office 2010
6.3.1.4	ЭО moodle
6.3.1.5	Project Expert
6.3.1.6	Windows 10
6.3.1.7	ESET Endpoint Antivirus
6.3.1.8	Adobe Reader
6.3.1.9	ABBYY finereader
6.3.1.10	chrome
6.3.2 Перечень информационных справочных систем	
6.3.2.1	официальный сайт Российской государственной библиотеки
6.3.2.2	Все для студента
6.3.2.3	Поиск книг в электронных библиотеках
6.3.2.4	Научные журналы
6.3.2.5	Диссертации и авторефераты
6.3.2.6	Архив учебных программ и презентаций
6.3.2.7	Google Книги
6.3.2.8	Научная электронная библиотека
6.3.2.9	доступ к образовательным ресурсам «Единое окно»
6.3.2.10	справочник химика – доступ свободный
6.3.2.11	Международная электронная энциклопедия "Википедия"
6.3.2.12	EBSCO - универсальная база данных зарубежных полнотекстовых научных журналов по всем областям знаний
6.3.2.13	Поисковая система "Google"
6.3.2.14	Поисковая система "Яндекс"

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Кабинет №212	Учебная лаборатория		Учебная аудитория для занятий лекционного типа, семинарского типа, для групповых консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации (доска,

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Стадион	спортивный объект		(беговая дорожка 400 м по кругу, площадка: футбольная, баскетбольная, волейбольная)

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Спортивный зал	спортивный объект		Манеж (1938,4 кв.м): беговая дорожка, 2 игровых площадок; зал борцовский (615,1 кв.м), мат борцовский (комплект), зал тренажерный (147,5 кв.м.)

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Манеж	спортивный объект		Манеж (1938,4 кв.м): беговая дорожка, 2 игровых площадок; зал борцовский (615,1 кв.м), мат борцовский (комплект), зал тренажерный (147,5 кв.м.)

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)