

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Б1.В.14
(индекс дисциплины)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Фитнес-технологии

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура
направленность (профиль)
Тренерская деятельность и фитнес-технологии

Форма обучения: заочная

Год набора: 2022

Общая трудоемкость: 4 ЗЕТ

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр	5	Итого
Форма контроля	Экзамен	
Вид занятий		
Лекции	4	4
Лабораторные		
Практические	6	6
Руководство: курсовые работы		
Промежуточная аттестация		
Контактная работа	10,35	10,35
Самостоятельная работа	125	125
Контроль	8,65	8,65
Итого	144	144

Рабочую программу составил(и):

доцент, к.п.н. доцент Назаренко Н.Н.

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рецензирование рабочей программы дисциплины:

☐

Отсутствует

☐

Рецензент

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана направления подготовки

49.03.01

«Физическая

культура»

Срок действия рабочей программы дисциплины до «30» декабря 2027 г.

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»

(протокол заседания № 2 от «20» сентября 2019 г.).

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – расширение профессионально-педагогических знаний и умений в области гимнастики, а также вооружение будущих бакалавров необходимыми навыками в организации и проведении занятий и соревнований по гимнастике и ее видам. Дисциплина «Базовые виды двигательной деятельности» занимает одно из важнейших мест в разделе дисциплин предметной подготовки и призвана обеспечить будущим бакалаврам качественную подготовку к выполнению профессиональной деятельности. Так же дисциплина направлена на формирование у студентов целостного представления о профессиональной деятельности специалиста в области физической культуры, адаптивной физической культуры, спорта, туризма. Она призвана обеспечить глубокое теоретическое осмысление основ профессиональной деятельности и привить студентам навыки практической реализации основных теоретических положений. Содержание дисциплины реализуется на основе общих положений и специфики отдельных видов спорта. Формы занятий по содержанию отражают особенности изучаемого вида спорта, развивая и конкретизируя на его предметной основе положения теории и методики физического воспитания и спорта.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины, учебные курсы, на освоении которых базируется данная дисциплина (учебный курс) – «Биология», «Анатомия», «Физиология», «Теория и методика физической культуры».

Дисциплины, учебные курсы, для которых необходимы знания, умения, навыки, приобретаемые в результате изучения данной дисциплины (учебного курса)– «Физическая культура», «Технологии физкультурно-спортивной деятельности», «Материально-техническое обеспечение физической культуры», «Спортивные сооружения в физической культуре и туризме».

3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (49.03.01 «Физическая культура»)	Индикаторы достижения компетенций (49.03.01 «Физическая культура»)	Планируемые результаты обучения
Способен организовывать, в том числе стимулировать и мотивировать деятельность и общение обучающихся на учебных занятиях (ПК-4)	ПК-4.1. Знать особенности профессиональной деятельности, методы, формы и средства учебных занятиях по дополнительной общеобразовательной программе	Знать: Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; Уметь: Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; Владеть: самоконтролем и анализом своего физического состояния, физической подготовленности;
	ПК-4.2. Готовить информационные материалы о возможностях и	Знать: правила эксплуатации спортивного инвентаря; правила безопасности при выполнении физических упражнений.

Формируемые и контролируемые компетенции (49.03.01 «Физическая культура»)	Индикаторы достижения компетенций (49.03.01 «Физическая культура»)	Планируемые результаты обучения
	<p>содержании дополнительной общеобразовательной программы и представлять их при проведении мероприятий по привлечению обучающихся с учетом мотивов поведения обучающихся</p>	<p>Уметь: пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности; Владеть: Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.</p>
	<p>ПК-4.3. Стимулировать и мотивировать обучающихся к деятельности и общению на учебных занятиях по дополнительной общеобразовательной программе</p>	<p>Знать: Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; Уметь: Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; Владеть: средствами стимулирования и мотивации к регулярным занятиям физическими упражнениями.</p>
<p>Способен проводить с обучающимися лекции и беседы о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, гигиены, первой доврачебной помощи (ПК -7)</p>	<p>ПК-7.1. Осуществляет поиск информации для проведения с обучающимися лекций и бесед по темам в сфере физической культуры и спорта.</p>	<p>Знать: методы и методики физического воспитания, оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств базовых видов спорта Уметь: использует психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся средствами современных технологий Владеть: методами, физического воспитания во неурочных формах проведения с использованием средств современных спортивных и оздоровительных технологий</p>
	<p>ПК-7.2. Обладает знаниями в сфере физической культуры и спорта для передачи их обучающимся с использованием различных форм</p>	<p>Знать: методы и методики физического воспитания, оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств физической культуры и современных фитнес-технологий Уметь: использует психолого-педагогические приемы активации познавательной активности</p>

Формируемые и контролируемые компетенции (49.03.01 «Физическая культура»)	Индикаторы достижения компетенций (49.03.01 «Физическая культура»)	Планируемые результаты обучения
		занимающихся Владеть: методами, физического воспитания во неурочных формах проведения с использованием современных фитнес-технологий.
	ПК-7.3. Способен осуществлять передачу знаний по теории и методике физической культуры обучающимся через социальное взаимодействие..	Знать: методику организации и принципы оздоровительной тренировки различных направлений фитнеса Уметь: взаимодействовать с обучающимися и организовывать занятия физической культурой. в группах и секциях Владеть: планированием, анализом результатов тренировочной деятельности, учетом результатов на различных этапах оздоровительных тренировок

4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Курс	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1	Лек 1.	Шейпинг в системе оздоровительной тренировки. Классификация видов фитнес-тренировок.	5	2		-	
Модуль 1	Лек 2.	Методика составления программ индивидуальных и групповых тренировок	5	2		-	
Модуль 1	Пр 1.	Нагрузка и факторы ее увеличения на занятиях оздоровительными видами фитнеса	5	2		-	Конспект
Модуль 1	ИДЗ 1 (СР).	Методика проведения силового тренинга	5	10	25	-	Доклад и презентация по теме.
Модуль 1	Пр 2.	Базовые упражнения шейпинга	5	2		-	Конспект
Модуль 1	Пр 3.	Методические приемы обучения: зеркальный показ, обратный отсчет, команда-термин,	5	2		-	Конспект
Модуль 1	ИДЗ 2 (СР)..	методические приемы изменения нагрузки: модификация упражнений с изменением	5	20		-	Конспект
Модуль 1	ИДЗ 3 (СР).	Тестирование физических качеств (комплекс ОФП)	5	20		-	Конспект

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Курс	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1	ИДЗ 4 (СР).	Базовые упражнения статического стретчинга	5	20		-	Конспект
Модуль 1	ИДЗ 5 (СР).	Методические рекомендации по использованию упражнений по стретчингу в школьном уроке или секционных формах занятий.	5	20	25	-	Конспект
Модуль 1	ИДЗ 6 (СР).	Методика подбора упражнений стретчинга с учетом результатов тестирования физического развития.	5	10		-	Конспект
Модуль 1	ИДЗ 7 (СР).	Составление комплексов стретчинга для различных видов спорта	5	10	25	-	Конспект
Модуль 1	ИДЗ 8 (СР).	Техника и методика обучения упражнений статического стретчинга	5	15	25	-	Конспект
Модуль 1	ТИ	Итоговый тест по курсу через ОТ			100		
ИТОГО:				108	100		

Схема расчета итогового балла

Сумма баллов по всем учебным мероприятиям, предусмотренным в курсе

Текущий рейтинг (все занятия и промежуточные тесты) + Результат итогового теста и все делится на 2 + ББ (если ББ предусмотрены)

5. Образовательные технологии

Технология использования в обучении игровых методов: ролевых, деловых, и других видов обучающих игр.

Обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Информационно-коммуникационные технологии.

а) технологии традиционного обучения:

- лекция;
- практическое занятие;
- самостоятельная работа;

Методы обучения: наглядные, словесные, практические.

б) технологии дифференцированного обучения:

- лекция-беседа;
- лекция-диалог;

- технология развития критического мышления - организация учебного процесса, при котором студенты проверяют; анализируют, развивают, применяют получаемую информацию с целью развития когнитивных умений и навыков.

6. Методические указания по освоению дисциплины

Слушать лекцию, - семинар с использованием кейс-метода учебный материал подаётся студентам виде проблем (кейсов), а знания приобретаются в результате активной и творческой работы: самостоятельного осуществления целеполагания, сбора необходимой информации, ее анализа с разных точек зрения, выдвижения гипотезы, выводов, заключения, самоконтроля процесса получения знаний и его результатов.

Конспектировать лекции.

Выступать с докладами на семинарских занятиях.

Выполнять практические задания, практических занятий с использованием деловой игры учебный материал подается студентам виде ролевых заданий, а знания приобретаются в результате активной и творческой работы: самостоятельного осуществления целеполагания, сбора необходимой информации, ее анализа с разных точек зрения, выдвижения гипотезы, выводов, заключения, самоконтроля процесса получения знаний и его результатов.

Уметь работать в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Уметь работать с литературой.

7. Оценочные средства

7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	ПК-4.	Вопросы к экзамену № 1-40
1	ПК-7.	Подготовка конспекта занятий по различным направлениям фитнеса

7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

7.2.1. Письменные работы, доклад

(наименование оценочного средства)

Типовой(ые) пример(ы) задания(ий)

Выполнение письменных работ на тему:

Темы письменных работ

№ п/п	Темы
1.	История развития гимнастики (различные периоды).
2.	Гимнастика в системе подготовки учителя физической культуры
3.	Музыкальное обеспечение урока гимнастики.
4.	Гимнастика на Олимпийских играх, Чемпионатах мира и Европы, Играх доброй воли (исторический обзор).
5.	Выдающиеся гимнасты Самарской области.
6.	Сильнейшие гимнасты мира.
7.	Анализ современного состояния развития гимнастики (по материалам спортивных соревнований различного уровня).
8.	Современные тенденции развития гимнастики.
9.	Педагогический контроль за состоянием занимающихся гимнастикой в процессе учебно-тренировочных занятий.
10.	Развитие решительности и смелости при обучении гимнастическим упражнениям.
11.	Применение нестандартного гимнастического оборудования на уроках гимнастики в общеобразовательной школе.
12.	Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.
13.	Особенности организации и проведения внеклассной работы по гимнастике в общеобразовательной школе.
14.	Организация занятий по гимнастике в дошкольных учреждениях.
15.	Организация занятий по гимнастике в общеобразовательных учреждениях.
16.	Подготовка и проведение массовых гимнастических праздников в различных учебных заведениях и в период летнего отдыха.
17.	Исследование влияния отдельных двигательных способностей на овладение трудовыми профессиями в процессе занятий гимнастикой.
18.	Характеристика спортивно-прикладных видов гимнастических упражнений и их влияние на подготовку спортсменов в различных видах спорта.
19.	Влияние развития отдельных двигательных (психомоторных) способностей на спортивно-технический результат гимнастов.
20.	Применение нетрадиционных средств гимнастики при проведении подготовительной (основной, заключительной) частей урока.

Краткое описание и регламент выполнения

Оформляется в виде рукописи или рукописи в печатном виде с использованием компьютера в объеме 10-15 стр.

Критерии оценки:

□ **оценка «отлично»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды; материал доступен для слушателей, в процессе презентации проявляет владение материалом;

□ **оценка «хорошо»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, недостаточно аргументированы собственные взгляды; есть замечания к манере подачи материала в ходе презентации;

□ **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, однако низкая степень раскрытия сущности проблемы, недостаточная обоснованность выбора источников, есть замечания к манере его подачи;

□ **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, если он не подготовил доклад.

7.2.2. План-конспект урока

(наименование оценочного средства)

Краткое описание и регламент выполнения

Подготовить план-конспект по гимнастике

Правильность составления конспекта урока (наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и общеразвивающих упражнений).

Оценивается преподавателем в соответствии с представленными критериями.

Критерии оценки:

□ **оценка «отлично»** выставляется студенту, если его конспект составлен правильно, наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и общеразвивающих упражнений, соответствие терминологии атлетической гимнастики, нет замечаний к оформлению конспекта;

□ **оценка «хорошо»** выставляется студенту, если его конспект составлен правильно с допущением 1-2 ошибок при записи упражнений и терминологии, наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и общеразвивающих упражнений, наличие дозировки и методических указаний, нет замечаний к оформлению конспекта;

□ **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, если в конспекте допущены 3 и более ошибок при записи упражнений и терминологии спортивного туризма, отсутствие цели и задач урока, наличие дозировки и методических указаний, есть замечания к оформлению конспекта;

□ **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, если он не подготовил конспект.

7.2.3. Дискуссия

(наименование оценочного средства)

Дискуссия, деловая (ролевая) игра

Составление программы двигательной активности для клиента, используя средства атлетической гимнастики. Включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения.

Тема для дискуссии

1. История развития гимнастики.
2. Терминология гимнастики.
3. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.
4. Основы техники гимнастических упражнений и система оценок.
5. Строевые, общеразвивающие и прикладные упражнения.
6. Музыкальное сопровождение на занятиях по гимнастике.
7. Занятия гимнастикой в общеобразовательной школе.
8. Основы спортивной тренировки юных гимнастов.
9. Характеристики движений.

Современные люди мало двигаются из-за привязанности к телевизору и компьютерным технологиям. Недостаток двигательной активности компенсируют занятиями в тренажерном зале, где средствами атлетической гимнастики возможно решение многих задач.

Роли:

- клиент с запросом – решение своей индивидуальной задачи;
- инструктор по физической культуре (составляет программу и проводит занятие атлетической гимнастики с клиентом (группой клиентов);

Ожидаемый(е) результат(ы). Необходимо провести занятие с клиентом (группой), показать практически: степень владения группой, организационными качествами и др.

Процедура оценивания: оценивается преподавателем в соответствии с представленными критериями.

Критерии оценки:

- оценка «зачтено» выставляется студенту, если студент успел побывать в двух ролях, участвовал в обсуждении, показал достаточный уровень знаний, умений и навыков;
- оценка «не зачтено» выставляется студенту, если студент не участвовал в игре и обсуждении.

7.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

7.3.1. Вопросы к промежуточной аттестации

Семестр 1

№ п/п	Вопросы к Экзамену
-------	--------------------

1.	Характеристика гимнастики как одного из средств и методов физического воспитания.
2.	Характеристика образовательно-развивающих видов гимнастики.
3.	Характеристика спортивных видов гимнастики. Новые направления спортивных видов гимнастики.
4.	Классификация и специфические особенности гимнастических упражнений.
5.	Гимнастика - как учебно-педагогическая и научная дисциплина.
6.	Причины возникновения и характеристика систем гимнастики в Европе в XVIII и первой половине XIX века (немецкая, шведская, французская).
7.	Характеристика и причины возникновения Сокольской системы гимнастики, ее влияние на развитие гимнастики в России.
8.	Особенности развития системы гимнастики в России. Вклад П.Ф. Лесгафта в ее создание.
9.	Развитие гимнастики.
10.	Развитие гимнастики в советский период (до 1991 г.).
11.	Развитие гимнастики в России (с 1991 года по настоящее время)
12.	Советские и Российские гимнасты на международной арене.
13.	Современные тенденции развития гимнастики.
14.	Задачи и содержание гимнастики в школьных программах по физической культуре.
15.	Урок как основная форма занятий по гимнастике в школе.
16.	Структура, разновидности, типы уроков и общие требования к ним.
17.	Задачи, средства и методы проведения подготовительной части урока по гимнастике
18.	Педагогический принцип подбора упражнений и способы их проведения (обычный, расчлененный, поточный, проходной, по рассказу, по показу) в подготовительной части урока.
19.	Задачи, средства и методы проведения основной части урока по гимнастике.
20.	Принцип подбора упражнений, методы их проведения и дозирования нагрузки в основной части урока по гимнастике.
21.	Задачи, средства, методы проведения заключительной части урока по гимнастике.
22.	Плотность урока по гимнастике (моторная, педагогическая), способы ее повышения.
23.	План-конспект урока по гимнастике и требования к его составлению.
24.	Оценка успеваемости в ходе урока по гимнастике, ее образовательно-воспитательное значение.
25.	Правила гимнастической терминологии (способы образования и правила применения терминов, правила сокращения).
26.	Основные термины общеразвивающих, вольных упражнений и упражнений на гимнастических снарядах.
27.	Правила и форма записи общеразвивающих, акробатических и вольных упражнений.
28.	Терминология упражнений с предметами (гимнастическая палка, гантели, набивные мячи).
29.	Причины возникновения травм на занятиях по гимнастике и способы их предупреждения.
30.	Виды страховки и помощи; самостраховка. Их роль в предупреждении травм и успешности овладения упражнениями.
31.	Типичные травмы на занятиях по гимнастике и правила оказания первой помощи.

	Основные требования, предъявляемые страхующему. Особенности страховки в видах гимнастического многоборья.
32.	Воспитательная работа педагога с гимнастами в ходе учебно-тренировочных занятий, спортивных выступлений, соревнований и в повседневном общении.
33.	Характеристика и классификация акробатических упражнений.
34.	Характеристика и классификация общеразвивающих упражнений без предмета.
35.	Характеристика и классификация общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке.
36.	Характеристика и классификация общеразвивающих упражнений на гимнастической скамейке.
37.	Характеристика и классификация простых прыжков.
38.	Строевые упражнения (характеристика, классификация). Различные способы передвижения.
39.	Характеристика и классификация опорных прыжков.
40.	Общеразвивающие упражнения с предметами (гимнастические палки, гантели, набивные мячи, скакалки, обручи и др.), их характеристика и особенности проведения занятий.

7.3.2. Критерии и нормы оценки

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
1	Экзамен	«отлично»	Выставляется студенту, который на теоретический вопрос глубоко, последовательно, содержательно, полно, правильно и осмысленно выстраивает свой ответ, излагает его на высоком научно-теоретическом уровне, умело использует знания основной и дополнительной литературы по дисциплине, «Базовые виды двигательной деятельности (гимнастика)» отлично устанавливает внутри предметные и меж предметные связи. Во время ответа студент держится уверенно и свободно оперирует знанием современных технологий обучения и концепций, используемых в гимнастике, умеет сравнивать и оценивать различные научные подходы, выделять неизученные аспекты, возникающие противоречия, перспективы развития в плавании, может подтвердить теоретические положения примерами. При дополнительных вопросах студент

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
			способен свободно вести диалог, пользуясь современными научными данными. Выполнил задания текущего контроля.
1		«хорошо»	Выставляется студенту, который полно раскрывает содержание материала в объеме, предусмотренном программой по дисциплине «Базовые виды двигательной деятельности (гимнастика)», оперирует знаниями основной и дополнительной литературы, излагает материал грамотным языком, владеет понятийным аппаратом, принятым в данной дисциплине. При изложении материала студентом допускаются незначительные пробелы, не искажающие содержание ответа на вопросы. При дополнительных вопросах студент способен вести диалог, пользуясь современными научными данными о плавании и свободно устранять замечания по отдельным вопросам. Выполнил задания текущего контроля частично.
1		«удовлетворительно»	Выставляется студенту, который недостаточно логично, глубоко, последовательно и осмысленно выстраивает свой ответ, затрудняется в установке внутри предметных и меж предметных связей. Студент на предлагаемые вопросы не способен достаточно полно раскрыть и показать достаточные знания по рекомендуемой литературе. На дополнительные вопросы студент заменяет научное обоснование проблем рассуждением практически-бытового плана, а также допускает отдельные неточности в использовании научной терминологии гимнастики.
1		«неудовлетворительно»	Выставляется студенту, который

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
			обнаруживает пробелы в знаниях основного программного материала по дисциплине «Базовые виды двигательной деятельности (гимнастика)», допускает принципиальные, грубые ошибки в ответах на основные вопросы, проявляет неуверенность и неточность в ответах на дополнительные вопросы.

Тестирование:

Критерии баллов:

- 85-100 баллов – «отлично»;
- 70-84 баллов – «хорошо»;
- 55-69 баллов – «удовлетворительно»;
- 54 и ниже «неудовлетворительно».

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	Деркачева, Н. П.	Альтернативные виды оздоровительной гимнастики : учебное пособие / Н. П. Деркачева, С. В. Недомолкина. — Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2021. — 52 с.	Учебное пособие	2021	ЭБС «ZNANIUM.COM»
2	Сидоров, Д. Г	Организация и методика проведения круговой тренировки. Комплексы упражнений : учебно-методическое пособие / Д. Г. Сидоров. — Нижний Новгород : Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2022. — 63 с.	Учебно-методическое пособие	2022	Репозиторий ТГУ
3	Саввина, Н. П.	Особенности организации занятий физической культурой со студентами, имеющими нарушения в формировании веса : учебное пособие для СПО / Н. П. Саввина, А. В. Волокитин. — 2-е изд. — Липецк, Саратов : Липецкий государственный технический университет, Профобразование, 2022. — 76 с.	Учебное пособие	2022	ЭБС «IPRbooks»

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
4	Мудриевская, Е. В	. Гимнастика с элементами йоги : учебное пособие / Е. В. Мудриевская. — Саратов : Вузовское образование, 2021. — 81 с	Учебное пособие	2021	ЭБС «IPRbooks»

8.2. Дополнительная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1.	Постол, О. Л	Дыхательные гимнастики на занятиях по физической культуре в транспортных вузах : учебное пособие / О. Л. Постол. — Москва : Российский университет транспорта (МИИТ), 2021. — 56 с	Учебное пособие	2021	ЭБС «IPRbooks»
2.	Л. А. Савельевой, Р. Н. Терехиной	Спорт высших достижений [Электронный ресурс]: спортивная гимнастика: учеб. пособие / под ред. Л. А. Савельевой, Р. Н. Терехиной. - Москва: Человек, 2014. - 148 с. - (Библиотечка тренера). - ISBN 978-5-906131-33-1.	Учебное пособие	2014	ЭБС «IPRbooks»

8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- Теория и практика физической культуры [Электронный ресурс] : научный журнал / Научно-издательский центр "Теория и практика физической культуры и спорта". - Электрон.журнал. – Москва. Режим доступа к журн.: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1530105>
- Митрохина В.В. Аэробика. Теория. Методика. Практика [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Митрохина В.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Российский университет дружбы народов, 2010.— 136 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11442>.— ЭБС «IPRbooks»
- Бьёрн Кафка Функциональная тренировка. Спорт, фитнес [Электронный ресурс]/ Бьёрн Кафка, Олаф Йеневайн— Электрон. текстовые данные.— М.: Спорт, 2016.— 176 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55571>.— ЭБС «IPRbooks»
- Гимнастика: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / М.Л.Журавин, О.В.Загрядская, Н.В.Казакевич и др.; Под ред. М.Л.Журавина, Н.К.Меньшикова. — М.: Издательский центр «Академия», 2001. Режим доступа: <http://herzen-ffk.myl.ru/load/19-1-0-68>
- Гимнастика и методика преподавания: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.М. Смолевского. - Изд. 3-е, перераб., доп. - М.: Физкультура и спорт, 1987. - 336 с, ил. – Режим доступа: <https://studfiles.net/preview/3569357/>
- WebofScience[Электронный ресурс] : мультидисциплинарная реферативная база данных. – Philadelphia: ClarivateAnalytics, 2016– . – Режим доступа : apps.webofknowledge.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва : НЭБ, 2000– . – Режим доступа : elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ
- NEICON[Электронный ресурс] : электронная информация : архив научных журналов. – Москва : НЭИКОН, 2002– . – Режим доступа : neicon.ru/resources/archive. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ
- <https://dspace.tltsu.ru/bitstream/123456789/6171/1/PiyansinAN%201-05-16-eui-Z.pdf>

8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1.	Windows	Договор от 19.05.2015г. № 690, бессрочно
2.	Office Standart	Договор от 20.07.2016г. № 727 бессрочно

8.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
1	Спортивный зал	Скамейки деревянные, мячи баскетбольные, мячи футбольные, мячи гандбольные, шведские стенки, гимнастическая

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
		зона: бревно, опорный прыжок, перекладина, разновысокие брусья, гимнастические маты, волейбольные стойки с сетками. Бадминтонная сетка, столы теннисные
2	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для проведения лабораторных работ. Учебная аудитория для практических занятий. Учебная аудитория для выполнения учебных, курсовых и дипломных работ. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для самостоятельной работы	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет.