

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

Б1.О.07.05.02  
(индекс дисциплины)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Базовые виды двигательной деятельности. Оздоровительные виды гимнастики**

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки (специальности)  
44.03.01 Педагогическое образование

направленность (профиль)/специализация  
Тренерская деятельность в области физической культуры и спорта

Форма обучения: очная

Год набора: 2026

Общая трудоемкость: 5 ЗЕ

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр	3	Итого
Форма контроля	Экзамен	
Вид занятий		
Лекции		
Лабораторные		
Практические	64	64
Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР		
Промежуточная аттестация	0,35	0,35
Контактная работа	64,35	64,35
Самостоятельная работа	80	80
Контроль	35,65	35,65
<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>180</b>

Рабочую программу составил(и):

Старший преподаватель Семиглазова Е.П.

*(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 (специальности) 44.03.01 Педагогическое образование

---

**Срок действия рабочей программы дисциплины до «31 » декабря 2030 г.**

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры / департамента / центра  
Адаптивная физическая культура, спорт и туризм

---

(протокол заседания № 2 от «22» сентября 2025 г.).

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – расширение профессионально-педагогических знаний и умений в области базовых видов спорта, вооружение будущих бакалавров необходимыми навыками в организации и проведении занятий по базовым видам спорта; укрепление здоровья и повышение психофизической активности студентов к последующей самостоятельной, учебной, творческой и профессиональной деятельности.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины и практики, на освоении которых базируется данная дисциплина: «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», «Базовые виды двигательной деятельности. Гимнастика и методика преподавания», «Основы медицинских знаний», «Физическая культура и спорт», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» и «Теория и методика фитнес-аэробики», «Психология развития» и «Педагогика», «Теория и методика физического воспитания и спорта».

Освоение дисциплины базируется на знаниях, умениях и навыках, сформированных при изучении следующих предшествующих дисциплин: «Базовые виды двигательной деятельности. Атлетическая гимнастика», «Лечебная физическая культура и массаж», «Групповые и персональные занятия в фитнес-клубах», «Фитнес-мастер», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Атлетическая гимнастика», «Спортивная тренировка в избранном виде спорта», а также для прохождения учебной практики (технологической) и производственных педагогических практик, в ходе которых студенты самостоятельно разрабатывают и проводят занятия оздоровительной гимнастикой в учреждениях дополнительного образования и фитнес-индустрии.

## 3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
ПК-10 Способен преподавать предметы в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы, достигать результаты при использовании форм и методов обучения (в том числе выходящими за рамки учебных занятий), методами педагогических исследований, педагогического контроля и контроля качества обучения	ПК-10.1 Использует требования федеральных государственных образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы при преподавании предметов	Знать: требования к результатам освоения предмета (личностным, метапредметным, предметным); нормативные документы по организации занятий оздоровительной гимнастикой; гимнастическую терминологию, технику выполнения гимнастических упражнений, особенности развития физических качеств средствами гимнастики.
		Уметь: соотносить содержание занятий с планируемыми образовательными результатами; адаптировать содержание занятий для разных ступеней образования; применять гимнастическую терминологию, обучить технике выполнения гимнастических упражнений, подбирать средства

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
		гимнастики для развития физических качеств.
		Владеть: способностью обосновывать выбор средств и методов с позиций достижения образовательных результатов; методикой интеграции требований образовательной программы в содержание занятий; гимнастической терминологией, техникой выполнения гимнастических упражнений, средствами гимнастики для развития физических качеств.
	ПК-10.2 Понимает важность достижения результатов при использовании форм и методов обучения (в том числе выходящими за рамки учебных занятий) методами педагогических исследований, педагогического контроля и контроля качества обучения	Знать: формы и методы обучения в оздоровительной гимнастике (фронтальные, групповые, индивидуальные, игровые, соревновательные); внеучебные формы занятий (мастер-классы, фестивали, онлайн-занятия); методы педагогического контроля; критерии оценки качества обучения.
		Уметь: применять гимнастическую терминологию, обучить технике выполнения гимнастических упражнений, подбирать средства, методы и приемы физической культуры для развития физических качеств.
		Владеть: навыками проектирования учебных и внеучебных занятий; методами проведения педагогического контроля и оценки качества обучения; способностью анализировать эффективность выбранных форм и методов обучения.
	ПК-10.3 Использует методы педагогических исследований, педагогического контроля и контроля качества обучения в учебно-тренировочном процессе	Знать: методы педагогических исследований (наблюдение, анкетирование, тестирование, эксперимент); методы контроля физического развития и подготовленности средствами оздоровительной гимнастики;

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
	по виду спорта, а также в педагогическом процессе по физическому воспитанию	способы контроля техники выполнения упражнений.
		Уметь: применять методы педагогических исследований для оценки эффективности занятий; проводить контроль физической подготовленности с использованием тестов; осуществлять контроль качества техники выполнения упражнений.
		Владеть: методами тестирования физических качеств; способностью анализировать данные контроля для повышения качества учебно-тренировочного процесса; гимнастической терминологией, техникой выполнения гимнастических упражнений, техникой страховки при выполнении гимнастических упражнений, средствами гимнастики для развития физических качеств у детей с нарушениями осанки.

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1	Практическое занятие 1	Введение в дисциплину	3	2	-		Тестирование
	Практическое занятие 2	Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности.		2	-		Тестирование
	Практическое занятие 3	Содержание оздоровления.		2	-		Тестирование
	Практическое занятие 4	Гигиена при занятиях гимнастикой.		2	-		Тестирование
	Практическое занятие 5	Предупреждение травматизма.		2	-		Тестирование
	Практическое занятие 6	Контроль в оздоровительной гимнастике.		2	-		Тестирование
	Практическое занятие 7	Методические основы оздоровительной гимнастики. Формы занятий оздоровительной гимнастикой.	3	2	-		Тестирование
	Практическое занятие 8	Методические применение упражнений развивающего характера.	3	2	-		Тестирование
	Практическое занятие 9	Гигиеническая гимнастика.		2	-		Тестирование
	Практическое занятие 10	Проведение комплексов утренней, вводной, вечерней гигиенической гимнастики и гимнастики в течении дня.		2	20		Творческие задания
	Практическое занятие 11	Ритмическая гимнастика. ОРУ под музыку		2	-		Творческие задания
	Практическое занятие 12	Проведение комплекса ритмической гимнастики.		2	20		Творческие задания
	Практическое занятие 13	Детский танец.		2	-		Творческие задания
	Практическое занятие 14	Виды оздоровительной аэробики.		2	-		Творческие задания
	Практическое занятие 15	Аэробика. Гимнастическая аэробика.		2	-		Тестирование
	Практическое занятие 16	Проведение части занятия по аэробике.		2	-		Тестирование
	Практическое занятие 17	Шейпинг.		2	-		Тестирование

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
	Практическое занятие 18	Проведение занятия по аэробике и шейпингу.		2	-		Тестирование
	Практическое занятие 19	Стретчинг.		2	-		Тестирование
	Практическое занятие 20	Колланетик.		2	-		Тестирование
	Практическое занятие 21	Степ аэробика		2	-		Тестирование
	Практическое занятие 22	Фитбол аэробика		2	-		Тестирование
	Практическое занятие 23	Танцевальная аэробика		2	-		Тестирование
	Практическое занятие 24	Изотон.		2	-		Творческие задания
	Практическое занятие 25	Атлетическая гимнастика	3	2	-		Творческие задания
	Практическое занятие 26	Дыхательная гимнастика		2	-		Творческие задания
	Практическое занятие 27	Проведение занятия по оздоровительным видам гимнастики		2	-		Творческие задания
	Практическое занятие 28	Проведение занятия по оздоровительным видам гимнастики		2	-		Творческие задания
	Самостоятельная работа	Самостоятельное изучение материала		75	-		Тестирование, реферат/доклад
	Практическое занятие 29	Проведение занятия по оздоровительным видам гимнастики		2	30		Конспект занятия, конспекты комплексов упражнений
	Практическое занятие 30	Проведение занятия по оздоровительным видам гимнастики		2	-		Творческие задания
	Практическое занятие 32	Проведение занятия по оздоровительным видам гимнастики			-		Творческие задания
	Практическое занятие 33	Итоговый тест по курсу через ОТ			100		Тестирование

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
	Индивидуальное домашнее задание	Подготовка и написание конспекта урока по гимнастике в общеобразовательной школе. Проведение занятия по оздоровительным видам гимнастики.			20		Конспект занятия, конспекты комплексов упражнений
	Посещаемость	Посещаемость занятий	3		10		
	ПА	ПА	3	0,35	-	-	Тестирование
	Контроль	Контроль	3	35,65	-	-	Тестирование
<b>Итого:</b>				<b>180</b>	<b>(100+100)/2</b>		

**Схема расчета итогового балла** - Текущий рейтинг (все занятия и промежуточные тесты) + Результат итогового теста и все делится на 2

85-100 баллов – отлично

70-84 баллов – хорошо

55-69 баллов – удовлетворительно

0-54 баллов - неудовлетворительно



## 5. Образовательные технологии

Для повышения качества образовательного процесса по дисциплине использовали следующие образовательные технологии:

а) технологии традиционного обучения:

- практическое занятие;
- самостоятельная работа;
- индивидуальное домашнее задание.

Методы обучения: наглядные, словесные, практические.

б) технологии дифференцированного обучения:

- семинар с использованием метода анализа конкретной ситуации.

Методы обучения: практический, самооценка, индивидуальное домашнее задание.

в) интерактивные технологии:

- семинар-дискуссия;
- семинар «круглый стол»

Методы обучения: «мозговой штурм», демонстрационный метод, работа в парах, работа в группах, самооценка.

При подготовке к ответам на тесты по темам курса и выполнению типовых заданий студенту необходимо тщательно изучить предлагаемую литературу, нормативные правовые акты, учебный материал.

Студент самостоятельно работает с дополнительной и основной литературой, нормативными актами, Интернет-ресурсами.

## 6. Методические указания по освоению дисциплины

Приступая к освоению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы, особенностями текущего контроля, критериями и нормами оценки.

Студент должен:

- изучать рекомендованную литературу;
- своевременно выполнять задания, необходимые для текущего контроля
- уметь определять свой уровень здоровья;
- уметь решать задачи по заданным темам.

## 7. Оценочные средства

### 7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
3	ПК - 10	Тестовые задания № 1 - 200. Творческие задания 1- 4 Вопросы к экзамену № 1 - 37

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

### 7.2.1. Комплект творческих заданий

#### Комплект творческих заданий:

1. Написать основные термины ритмической гимнастики. Написать комплекс упражнений ритмической гимнастики для детей дошкольного возраста.
2. Написать комплекс упражнений ритмической гимнастики для детей школьного возраста.
3. Написать комплекс упражнений ритмической гимнастики для студентов.
4. Написать комплекс суставной гимнастики не менее 20 упражнений.
5. Написать комплекс упражнений дыхательной гимнастики, не менее 10 упражнений.
6. Написать особенности комплекса калланетики. Составить комплекс калланетики не менее 15 упражнений.
7. Составить конспект занятия для любой возрастной группы (на выбор) с элементами йоги.
8. Составить конспект занятия по одному из направлений оздоровительной гимнастики (на 45 или 60 минут). Конспект составляется для конкретной возрастной группы. Все комплексы записываются в форме конспекта.

Часть занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания

Комплексы записываются с использованием гимнастической терминологии.

#### Пример оформления (вариант 1)

##### 1. Комплекс общеразвивающих упражнений для детей дошкольного возраста

I. И.п. - стойка ноги врозь, руки на пояс:

1 – поворот головы вправо;

2 – и.п.;

3 – поворот головы влево;

4 - И.п.

II. И.п. - ...

...

##### 2. Комплекс общеразвивающих упражнений для детей младшего школьного возраста со скакалкой

I. И.п. - стойка ноги врозь, скакалка сложенная вчетверо вперёд:

1 – поворот головы вправо;

2 – и.п.;

3 – поворот головы влево;

4 - И.п.

II. И.п. - ...

...

##### 3. Комплекс общеразвивающих упражнений для детей среднего школьного возраста с мячом

I. И.п. - стойка ноги врозь, мяч вперёд:

1 – поворот головы вправо;

2 – и.п.;

3 – поворот головы влево;

4 - И.п.

II. И.п. - ...

...

#### **4. Комплекс общеразвивающих упражнений для детей старшего школьного возраста с обручем**

I. И.п. - стойка ноги врозь, обруч вперёд:

1 – поворот головы вправо;

2 – и.п.;

3 – поворот головы влево;

4 - И.п.

II. И.п. - ...

...

#### **Критерии оценки:**

- **оценка «отлично»** выставляется студенту, который задание выполняет правильно, хорошо владеет теоретическим материалом, проявляет творческий подход к решению практической задачи;

- **оценка «хорошо»** выставляется студенту, который задание выполняет с одной или двумя ошибками, владеет теоретическим материалом, проявляет творческий подход к решению практической задачи;

- **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, который задание выполняет с ошибками, недостаточно владеет теоретическим материалом, недостаточно проявляет творческий подход к решению практической задачи;

- **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, который задание выполняет с ошибками, не владеет теорией, не проявляет творческого подхода при решении практической задачи.

#### **7.2.2. Тест. Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося** *(наименование оценочного средства)*

##### **Фонд тестовых заданий:**

1. Ритмическая гимнастика – ..

вид гимнастики, который имеет оздоровительно-развивающую направленность, выполнение движений в заданном ритме и темпе музыкального сопровождения.

танцевальные движения под музыку или под счет

вид гимнастики используемый, утром как гигиеническую процедуру

вид упражнений, используемых в разминке

1. Что включает в себя ритмическая гимнастика?

систему гимнастических упражнений,

общеразвивающие упражнения,

циклические движения (ходьба, бег, подскоки, прыжки)

танцевальные элементы

всё из перечисленного выполняемое в заданном темпе и ритме.

2. Как воздействуют на организм занимающихся занятия ритмической гимнастикой?

укрепляется сердечно-сосудистая система

укрепляется дыхательная система

укрепляется опорно-двигательный аппарат

3. Какое воздействие на опорно-двигательный аппарат оказывают занятия ритмической гимнастикой?

формируется рациональная походка,  
укрепляется мышечно-связочный аппарат  
восстанавливаются травмы  
увеличивается рост мышечно-связочного аппарата

4. Какое воздействие на опорно-двигательный аппарат оказывают занятия ритмической гимнастикой?

формируется правильная осанка  
формируется рациональная походка,  
восстанавливаются травмы  
увеличивается рост мышечно-связочного аппарата

5. Какие физические качества развиваются при занятиях ритмической гимнастикой?

сила и гибкость  
выносливость и координация  
ловкость и быстрота  
все физические качества

6. Воздействие ритмической гимнастики на организм занимающегося определяется как..

позитивное  
лечебное  
комплексное  
поверхностное

7. При занятиях ритмической гимнастикой нагрузка ложится в первую очередь на...

нервную и пищеварительную системы  
сердечно-сосудистую систему  
дыхательную систему  
опорно-двигательный аппарат.

8. Какие задачи решаются при занятиях ритмической гимнастикой?

общее развитие  
увеличение двигательной активности  
коррекция фигуры  
психологическая разрядка.

10. Какие упражнения позволяет выполнять Степ-платформа?

Степ-платформа с позволяет выполнять шаги, подскоки на и через нее в различных направлениях.

Степ-платформы позволяют выполнять базовые шаги  
Растягивать все мышцы .  
Все выше перечисленное

11. Используют ли Степ-платформы в партерной части занятия ?

Не может быть использована.  
В партерной части занятия платформу удобно использовать для развития силы.  
Только для растяжки.  
Нет правильного ответа

12. Кому доступна аэробика на степ-платформе ?

Аэробика на степ-платформе доступна практически всем.

Аэробика на степ-платформе имеет много ограничений

Еще не изучено

Все ответы верны

13. Заниматься степ-аэробикой рекомендуется....

Следует в рекомендуемых моделях кроссовок, которые достаточно легки и хорошо амортизируют.

В любой удобной обуви

Босиком

Все ответы верны

14. Чего касаются правила необходимые для обеспечения травмобезопасности при работе на степ-платформе?

Правила касаются: высоты платформы и осанки.

Правила касаются: техники выполнения шага вверх и шага вниз.

Правила касаются: движений рук, музыки и некоторых других моментов.

Все ответы верны

15. Суть упражнений в стретчинге ?

Суть упражнений в стретчинге заключается в чередовании напряжения и расслабления мышц.

Суть упражнений в стретчинге заключается в напряжении растянутых мышц.

Суть упражнений в стретчинге заключается в растягивании расслабленных мышц или чередовании напряжения и расслабления растянутых мышц.

Не имеет значения

16. Стретчинг можно использовать...

Стретчинг можно использовать в разминке для подготовки мышц.

Стретчинг можно использовать для развития гибкости как отдельное занятие.

Стретчинг можно использовать как релаксирующая процедура в заключительной части занятия.

Все ответы верны

17. Существует несколько методов стретчинга...

Пассивный статический и пассивный динамический стретчинг

Активный статический и активный динамический стретчинг

Антагонистический и агонистический стретчинг.

Все ответы верны

18. Что такое боди-флекс?

Боди-флекс - это гимнастика, основанная на аэробном принципе, призванном активизировать кислородный обмен в организме. Она использует быстрые вдохи и активные выдохи, которые ускоряют сердцебиение, активизируют дыхательные процессы, заставляют работать легкие, сердце и мышцы вокруг них и заряжают энергией на целый день.

Боди-флекс - это гимнастика, основанная на анаэробном принципе.

Боди-флекс - это гимнастика, которая использует активные выдохи.

Все ответы верны

19. Сколько и каких ступеней глубокого диафрагмального дыхания боди-флекс можете назвать?

Четыре ступени глубокого диафрагмального дыхания боди-флекс: 1. Выдохнуть весь имеющийся в легких воздух через рот. 2. Вдохнуть активно и шумно через нос. 3. Задержав дыхание, втянуть живот и сосчитать до 8 или 10. 4. Расслабиться и дышать свободно.

Пять ступеней глубокого диафрагмального дыхания боди-флекс: 1. Выдохнуть весь имеющийся в легких воздух через рот. 2. Вдохнуть активно и шумно через нос. 3. Из глубины, от самой диафрагмы, выдохнуть с силой весь воздух через рот. 4. Задержав дыхание, втянуть живот и сосчитать до 8 или 10. 5. Расслабиться и дышать свободно.

Три ступени глубокого диафрагмального дыхания боди-флекс: 1. Вдохнуть активно и шумно через нос. 2. Задержав дыхание, втянуть живот и сосчитать до 8 или 10. 3. Расслабиться и дышать свободно.

Три ступени глубокого диафрагмального дыхания боди-флекс: 1. Вдохнуть активно и шумно через нос. 2. Из глубины, от самой диафрагмы, выдохнуть с силой весь воздух через рот. 3. Задержав дыхание, втянуть живот и сосчитать до 8 или 10.

20. Диафрагма - это ..

Диафрагма - это мышца отвечающая за координацию

Диафрагма - это показатель экскурсии грудной клетки

Диафрагма - это показатель выдыхаемого воздуха

Диафрагма - это мышечная перегородка, отделяющая грудную полость от брюшной

21. В ритмической гимнастике используют движения...

сгибания и разгибания отдельными звеньями тела

элементы вольных гимнастических упражнений

разновидности бега

танцевально-хореографические элементы

.....

### 7.2.2. Критерии оценки:

Оценка	Баллы
«отлично»	85 – 100 баллов
«хорошо»	70-84 баллов
«удовлетворительно»	55 – 69 баллов
непрохождение текущего контроля.	< 55 баллов

## 7.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

### 7.3.1. Вопросы к промежуточной аттестации

№ п/п	Вопросы к экзамену
1.	Виды оздоровительной гимнастики
2.	Аэробика как вид двигательной активности. Адаптивное направление аэробики
3.	История возникновения и развития аэробики. Классификации аэробики
4.	Структура и содержание занятий аэробикой
5.	Особенности занятий оздоровительной и прикладной аэробикой с различным контингентом
6.	Контроль и самоконтроль в процессе занятий оздоровительной аэробикой

<b>№ п/п</b>	<b>Вопросы к экзамену</b>
7.	Гигиена питания при занятиях оздоровительной аэробикой
8.	Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограничения по возможности
9.	Фитбол-аэробика в физической культуре
10.	Степ-аэробика в физической культуре
11.	Танцевальная аэробика в физической культуре
12.	Шейпинг как научная комплексная система физической культуры
13.	Стретчинг в физической культуре
14.	Калланетика-система физических упражнений Каллан Пинкни
15.	Гимнастика оздоровительно-кондиционной направленности.
16.	Ритмическая гимнастика.
17.	Гимнастическая аэробика.
18.	Атлетическая гимнастика.
19.	Изотон.
20.	Методические основы оздоровительной гимнастики.
21.	Содержание оздоровления.
22.	Методические принципы применение упражнений развивающего характера.
23.	Контроль в оздоровительной гимнастике.
24.	Формы занятий оздоровительной гимнастикой.

### 7.3.2. Критерии и нормы оценки

<b>Курс</b>	<b>Форма проведения промежуточной аттестации</b>	<b>Критерии и нормы оценки</b>	
3	Экзамен	«отлично»	85 – 100 баллов
		«хорошо»	70-84 баллов
		«удовлетворительно»	55 – 69 баллов
		«неудовлетворительно»	< 55 баллов

## 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	Михалина Г. М., Игонова Е. С.	Начальная спортивная подготовка средствами гимнастики : для студентов вузов физической культуры и спорта	учебное пособие	2022.	IPR SMART
2	Лебедихина Т. М.	Гимнастика: теория и методика преподавания	учебное пособие	2021.	IPR SMART
3	Борисова В. В., Руднева Л. В.	Гимнастика: школа предметов	учебно-методическое пособие	2021	IPR SMART
4	Ботяев В. Л., Дмитриева Е. В.	Урок гимнастики в современной школе	учебное пособие	2021.	IPR SMART
5	Баженова Н. А.	Техническая подготовка на уроках гимнастики в школе :	учебное пособие	2020.	IPR SMART

### 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	Терехина Р.Н., Серова Л. К.	Профессионально важные качества судьи по спортивной гимнастике	монография	2020	IPR SMART



### 8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- WebofScience[Электронный ресурс] : мультидисциплинарная реферативная база данных. – Philadelphia: ClarivateAnalytics, 2016– . – Режим доступа : apps.webofknowledge.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- Scopus[Электронный ресурс] : реферативная база данных. – Netherlands: Elsevier, 2004– . – Режим доступа : scopus.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.
- SpringerLink[Электронный ресурс] : [база данных]. – Switzerland: SpringerNature, 1842– . – Режим доступа : link.springer.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- ScienceDirect[Электронный ресурс] : коллекция электронных книг издательства Elsevier. – Netherlands: Elsevier, 2018– . – Режим доступа : sciencedirect.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- Cambridgeuniversitypress[Электронный ресурс] : журналы издательства. – Cambridge: Cambridgeuniversitypress, 2018– . – Режим доступа : cambridge.org. – Загл. с экрана. – Яз. 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://e.lanbook.com/>
- <https://dspace.tltsu.ru/>
- <http://www.studentlibrary.ru/>
- <https://new.znaniium.com/>
- <http://www.iprbookshop.ru/>

### 8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1	Windows: WinPro 10 RUS Upgrd OLP NL Acdmc	договор № 757 от 04.07.2018, срок действия – бессрочно; контракт № 1653 от 14.12.2018, срок действия – бессрочно
2	Office Standard: Office Stdandard 2013 Russian OLP NL AcademicEdition	договор № 690 от 19.05.2015, срок действия – бессрочно
3	Mirapolis Human Capital Management	лицензионный договор № 614 от 20.06.2023, срок действия – до 31.12.2023 включительно

**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	Помещение для самостоятельной работы (У-221)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет
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 (У-211)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (маркерная), компьютеры с выходом в сеть Интернет.
3	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. 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. (У – 223)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая)