

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту
Факультет Фізичної культури і спорту спорту
Кафедра гімнастики

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Завідувач кафедри гімнастики

_____ 2018 р.

Р о б о ч а п р о г р а м а н а в ч а л ь н о ї д и с ц и п л і н и

04.03. Теорія і методика гімнастики

(шифр і назва навчальної дисципліни)

Бакалавр

(ступень вищої освіти)

галузь знань 01 «ОСВІТА/ПЕДАГОГІКА»

(шифр і назва галузі знань)

спеціальність 017 «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ»

(шифр і назва спеціальності)

спеціалізація «Тренерсько-викладацька діяльність»

(назва спеціалізації)

факультет «Фізичної культури і спорту»

(назва факультету, відділення)

вид дисципліни обов'язкова

(обов'язкова / за вибором)

2018 – 2019 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни – «Теорія і методика гімнастики» для здобувачів ступеню вищої освіти бакалавр, галузь знань – 01 Освіта/Педагогіка, спеціальність – 017 Фізична культура і спорт, освітня програма: тренерсько-викладацька діяльність.

Розробники: доцент кафедри гімнастики Власюк О.О.,

старший викладач кафедри гімнастики Федоряка А.В.

Робоча програму схвалено на засіданні кафедри гімнастики, факультету Олімпійський і професійний спорт, Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту.

Протокол № ____ від. « ____ » _____ 2018 р.

Завідувач кафедри _____ **Борисова Ю.Ю.**

(підпис)

(прізвище та ініціали)

« ____ » _____ 2018 р.

Схвалено науково-методичною комісією ПДАФКіС

« ____ » _____ 20 ____ року. Голова

Голова _____ доцент Афанасьєв С.М.

Ó О.О. Власюк 2018 рік

А.В. Федоряка 2018 рік

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, спеціалізація/освітня програма, ступень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 6	Галузь знань 01 - «Освіта/Педагогіка» (шифр і назва) Спеціальність 017 – «Фізична культура і спорт» (шифр і назва)	Обов'язкова	
Змістових модулів – 6	Спеціалізація/освітня програма: тренерсько-викладацька діяльність	Рік підготовки	
Індивідуальне науково-дослідне завдання __ немає (назва)		1 - й	1 - й
Загальна кількість годин – 180		Семестр	
		1 - й	1 - й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2/ 2; 2/ 2 самостійної роботи студента – 6/ 9; 4/ 20 Тижневих годин для заочної форми навчання: аудиторних – 6/ 0; 5/ 5 самостійної роботи студента – 28/ 50; 50/ 80	Ступень вищої освіти: бакалавр	Лекції	
		6 год.	4 год.
		Практичні, семінарські	
		38 год.	8 год.
		Самостійна робота	
		6 год.	78 год.
		Вид контролю:	
		залік	залік
		Семестр	
		2 - й	2 - й
		Лекції	
		10 год.	
		Практичні, семінарські	
		26 год.	
		Самостійна робота	
		9 год.	
		Вид контролю:	
		залік	
		Рік підготовки	
		2 - й	2 - й
Семестр			
3 - й	3 - й		
Лекції			
6 год.	2 год.		
Практичні, семінарські			
20 год.	10 год.		
Самостійна робота			
4 год.	48 год.		
Вид контролю:			

		залік	залік
		Семестр	
		4 - й	4 - й
		Лекції	
		6 год.	2 год.
		Практичні, семінарські	
		34 год.	6 год.
		Самостійна робота	
		20 год.	22 год.
		Вид контролю:	
		Диференційний залік	Диференційний залік

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета: викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика гімнастики» підготовка кваліфікованих спеціалістів з гімнастики для роботи в навчальних закладах.

Завдання: вивчення дисципліни «Теорія і методика гімнастики» є забезпечення теоретичними знаннями, професійно-педагогічними вміннями та навиками необхідними для викладання гімнастики в учбових закладах. Учбовий процес повинен сприяти підготовці висококваліфікованих викладачів фізичного виховання у відповідності з сучасними вимогами.

У результаті вивчення дисципліни фахівець повинен **знати:** основні відомості з історії розвитку гімнастики, методичні особливості гімнастики, класифікацію видів гімнастики, засоби гімнастики, гімнастичну термінологію, методику навчання та проведення стройових, загально розвиваючих вправ і вправ на гімнастичних снарядах.

Підготовлений фахівець повинен **вміти:** Складати план-конспект уроку з гімнастики. Навчати та проводити стройові вправи. Складати та проводити комплекси загально розвиваючих вправ. Навчати вправам на гімнастичних снарядах. Складати план-конспект уроку з гімнастики. Організувати і проводити заняття з гімнастики в навчальних закладах.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Гімнастика в загальній системі фізичного виховання.

Тема 1. Гімнастика в загальній системі фізичного виховання. Історія розвитку гімнастики.

Тема 2. Значення та функції гімнастичної термінології.

Змістовий модуль 2. Стройові вправи.

Тема 3. . Класифікація стройових вправ.

Тема 4. . Методика проведення стройових вправ.

Змістовий модуль 3. Вправи для загального розвитку.

Тема 5. . Класифікація вправ для загального розвитку.

Тема 6. Методика навчання вправам для загального розвитку.

Тема 7. Методика навчання ВЗР з предметами.

Змістовий модуль 4. Техніка виконання гімнастичних вправ. Організація та проведення змагань з гімнастики.

Тема 8. Загальні основи техніки.

Тема 9. Техніка виконання вправ на гімнастичних снарядах.

Тема 10. Організація та проведення змагань з гімнастики.

Змістовий модуль 5. Методика навчання гімнастичним вправам.

Тема 11. Методика навчання основним гімнастичним елементам.

Тема 12. Страхування й допомога при виконанні вправ на гімнастичних снарядах.

Змістовий модуль 6. Організація та методика проведення уроків гімнастики.

Тема 13. Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин уроку гімнастики.

Тема 14. Особливості проведення уроку гімнастики з особами різного віку статі та рівня підготовленості.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин									
	денна форма					заочна форма				
	усього	у тому числі				усього	у тому числі			
		лекції	практичні	семінарські	сам. роб.		лекції	практичні	семінарські	сам. роб.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Змістовий модуль 1. Гімнастика в загальній системі фізичного виховання.										
Тема 1. Гімнастика в загальній системі фізичного виховання. Історія розвитку гімнастики.		2			2		2			12
Тема 2. Значення та функції гімнастичної термінології. Класифікація видів гімнастики.		2	16	2	2		2			14
		2			2					
Разом за змістовим модулем 1	30	6	16	2	6	30	4			26
Змістовий модуль 2. Стрйові вправи.										
Тема 3. . Класифікація стрйових вправ.		4	10					2		12
Тема 4. Методика проведення стрйових вправ.			12	2	2			2		14
Разом за змістовим модулем 2	30	4	22	2	2	30		4		26
Змістовий модуль 3. Вправи для загального розвитку.										
Тема 5. Класифікація вправ для загального розвитку.		4								6
Тема 6. Методика навчання вправам для загального розвитку.			8	2				2		10
Тема 7. Методика проведення ВЗР з предметами.		2	10	2	2			2		10
Разом за змістовим модулем 3	30	6	18	4	2	30		4		26
Змістовий модуль 4. Техніка виконання гімнастичних вправ. Організація та проведення змагань з гімнастики.										
Тема 8. Загальні основи техніки.			4							4
Тема 9. Техніка виконання вправ на гімнастичних снарядах.			14	2	2			2	2	10
Тема 10. Організація та проведення змагань з гімнастики.		2	2	2	2			2		10

Разом за змістовим модулем 4	30	2	20	4	4	30		4	2	24	
Змістовий модуль 5. Методика навчання гімнастичним вправам.											
Тема 11. Методика навчання основним гімнастичним елементам.		4	10		6			2	2	12	
Тема 12. Страхування й допомога при виконанні вправ на гімнастичних снарядах.			4	2	4				2	12	
Разом за змістовим модулем 5	30	4	14	2	10	30		2	4	24	
Змістовий модуль 6. Організація та методика проведення уроків гімнастики.											
Тема 13. Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин уроку гімнастики.			4		4				2	10	
Тема 14. Організація та методика проведення уроків гімнастики.		6	8	2	6			2	2	2	12
Разом за змістовим модулем 6	30	6	12	2	10	30		2	4	2	22

5. Теми семінарських занять

№ змістового модуля, теми	Назва семінарського заняття і короткий його зміст	Кількість аудиторних годин	
		Денна	Заочна
1.	Змістовий модуль Гімнастика в загальній системі фізичного виховання.	22	4
1, 2	Гімнастика в загальній системі фізичного виховання. Історія розвитку гімнастики. Значення та функції гімнастичної термінології. Класифікація видів гімнастики.	2	
2.	Змістовий модуль Стройові вправи.	26	4
3, 4	Класифікація стройових вправ. Методика проведення стройових вправ.	2	
3.	Змістовий модуль Вправи для загального розвитку.	24	4
5, 6	Класифікація вправ для загального розвитку. Методика навчання вправам для загального розвитку.	2	
7	Методика навчання ВЗР з предметами.	2	
4.	Змістовий модуль Техніка виконання гімнастичних вправ. Організація та проведення змагань з гімнастики.	22	6
8, 9	Загальні основи техніки. Техніка виконання вправ на гімнастичних снарядах.	2	2
10	Організація та проведення змагань з гімнастики.	2	
5.	Змістовий модуль Методика навчання гімнастичним вправам.	18	6

11, 12	Методика навчання основним гімнастичним елементам. Страхування й допомога при виконанні вправ на гімнастичних снарядах.	2	
6.	Змістовий модуль Організація та методика проведення уроків гімнастики.	18	8
13, 14	Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин уроку гімнастики. Організація та методика проведення уроків гімнастики.	2	2

6. Теми практичних занять

№ змістового модуля, теми	Назва практичного заняття і короткий його зміст	Кількість аудиторних годин	
		Денна	Заочна
1.	Змістовий модуль Гімнастика в загальній системі фізичного виховання.	24	4
1	Гімнастика в загальній системі фізичного виховання. Історія розвитку гімнастики.	2	2
2	Значення та функції гімнастичної термінології. Класифікація видів гімнастики.	22	2
2.	Змістовий модуль Стройові вправи.	28	4
3	Класифікація стройових вправ.	14	2
4	Методика проведення стройових вправ.	14	2
3.	Змістовий модуль Вправи для загального розвитку.	28	4
5	Класифікація вправ для загального розвитку.	4	
6	Методика навчання вправам для загального розвитку.	10	2
7	Методика навчання ВЗР з предметами.	14	2
4.	Змістовий модуль Техніка виконання гімнастичних вправ. Організація та проведення змагань з гімнастики.	26	
8	Загальні основи техніки.	4	6
9	Техніка виконання вправ на гімнастичних снарядах.	16	4
10	Організація та проведення змагань з гімнастики.	6	2
5.	Змістовий модуль Методика навчання гімнастичним вправам.	20	6
11	Методика навчання основним гімнастичним елементам.	14	4
12	Страхування й допомога при виконанні вправ на гімнастичних снарядах.	6	2
6.	Змістовий модуль Організація та методика проведення уроків гімнастики.	20	6
13	Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин уроку гімнастики.	4	2
14	Організація та методика проведення уроків гімнастики.	16	4

7. Теми лабораторних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
-------	------------	-----------------

1		
---	--	--

8. Самостійна робота

№ з/р	Назва теми яка вивчається самостійно	Кількість годин	
		Денна	Заочна
	Змістовий модуль 1. Гімнастика в загальній системі фізичного виховання.	6	26
1	Тема 1. Гімнастика в загальній системі фізичного виховання. Історія розвитку гімнастики.	2	12
2	Тема 2. Значення та функції гімнастичної термінології. Класифікація видів гімнастики.	4	14
	Змістовий модуль 2. Стройові вправи.	2	26
3	Тема 3. . Класифікація стройових вправ.		12
4	Тема 4. . Методика проведення стройових вправ.	2	14
	Змістовий модуль 3. Вправи для загального розвитку.	2	26
5	Тема 5. Класифікація вправ для загального розвитку.		6
6	Тема 6. Методика навчання вправам для загального розвитку.		10
7	Тема 7. Методика навчання ВЗР з предметами.	2	10
	Змістовий модуль 4. Техніка виконання гімнастичних вправ. Організація та проведення змагань з гімнастики.	4	24
8	Тема 8. Загальні основи техніки.		4
9	Тема 9. Техніка виконання вправ на гімнастичних снарядах.	2	10
10	Тема 10. . Організація та проведення змагань з гімнастики.	2	10
	Змістовий модуль 5. Методика навчання гімнастичним вправам.	10	24
11	Тема 11. Методика навчання основним гімнастичним елементам.	6	12
12	Тема 12. Страхування й допомога при виконанні вправ на гімнастичних снарядах.	4	12
	Змістовий модуль 6. Організація та методика проведення уроків гімнастики.	10	22
13	Тема 13. Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин уроку гімнастики.	4	10
14	Тема 14. Організація та методика проведення уроків гімнастики.	6	12

9. Індивідуальні завдання

№	Вид роботи	Кількість годин	
		Денна	Заочна
1.	Опрацювання програмного матеріалу, що не викладається на лекціях	38	148
2.	Проведення підсумкового контролю	8	6
3.	Поточні консультації протягом семестру	32	44
	Всього	78	198

10. Методи навчання

1. Словесний метод – лекції, бесіди, описання, пояснення, вказівки, інструктаж, розпорядження, обговорення, переконання, оцінка.
2. Наочний метод – показ, фото, кіно, відеопоказ, презентації, модельний, графічний показ.
3. Практичний – цілісний, розчленований, стандартний (однаковий), перемінний (змінний) метод. Ігровий, круговий, змагальний.
4. Ідеомоторний, музичний.
5. Функціонально-структурного аналізу.
6. Порівняння та зіставлення.

11. Методи контролю

1. Поточний контроль – відвідування занять, відповіді за темами, виконання самостійної та індивідуальної роботи, написання контрольної роботи за змістовним модулем.
2. Змістовий модульний контроль – підсумкова кількість балів тем модуля.
3. Підсумковий контроль – залік. Кожен змістовий модуль завершується контролем, максимально може бути оцінено 100 балів. Підсумкова оцінка визначається сумою балів за кожний змістовий модуль, поділену на їх кількість.

Контроль з навчальної діяльності студента здійснюється за модульно-рейтинговою системою результати якої оцінюються за 100-бальною шкалою.

Орієнтований перелік питань, які визначаються як питання поточного та семестрового контролю.

1. Визначення гімнастики.
2. Методичні особливості гімнастики.
3. Опишіть команди та дії учнів при перешекуванні у колону по 2 та 3.
4. Назвіть засоби гімнастики.
5. Охарактеризуйте стройові вправи як засіб гімнастики.
6. Опишіть команди та дії учнів при перешекуванні у 2 та 3 шеренги.
7. Класифікація стройових вправ.
8. Охарактеризуйте загальнорозвиваючі вправи як засіб гімнастики.
9. Опишіть команди та дії учнів при перешекуванні з шеренги уступом та зворотному перешиківанні.
10. Надайте визначення таким термінам: «стрій», «колона», «шеренга».
11. Вимоги до гімнастичної термінології.
12. Опишіть команди та дії учнів при перешекуванні у колону по 2 та 3.
13. Охарактеризуйте прикладні вправи як засіб гімнастики.
14. Назвіть та охарактеризуйте групи термінів
15. Опишіть команди та дії учнів при перешекуванні з шеренги уступом та зворотному перешиківанні.
16. Надайте визначення таким термінам: «вихідне положення», «стійка», «сід».
17. Охарактеризуйте особливості методів навчання ЗРВ за показом та за розказом. Визначте переваги і недоліки цього методу.
18. Складіть комплекс з 6-ти загальнорозвивальних вправ, використовуючи такі вихідні положення: стійка ноги нарізно, руки вгору; широка стійка ноги нарізно, руки перед грудьми; стійка на правому коліні, руки за голову; упор присівши; сід, руки на пояс; сід на п'ятках, руки в сторони.

19. Надайте визначення таким термінам: «присід», «випад», «упор»
20. Охарактеризуйте особливості навчання ЗРВ за показом і розказом та цілісного навчання. Визначте переваги і недоліки цього методу
21. Складіть комплекс з 6-ти загальнорозвивальних вправ, використовуючи такі вихідні положення: основна стійка; напівприсід, руки в сторони; стійка на колінах, руки за спину; упор лежачи; сід зігнувши праву; сід ноги нарізно, руки в сторони
22. Надайте визначення таким термінам: «вис», «коло», «нахил»
23. Охарактеризуйте особливості навчання ЗРВ за розділенням. Визначте переваги і недоліки цього методу
24. Складіть комплекс з 6-ти загальнорозвивальних вправ, використовуючи такі вихідні положення: руки до плечей; руки в сторони; присід на лівій, права в сторону на носок, руки в сторони; упор лежачи на стегнах; сід кутом; сід ноги нарізно, руки вгору.
25. Надайте визначення таким термінам: «хват», «підйом», «спад».
26. Охарактеризуйте роздільний метод проведення ЗРВ. Визначте переваги і недоліки даного методу.
27. Складіть комплекс з 6-ти загальнорозвивальних вправ, використовуючи такі вихідні положення: руки перед собою; нахил прогнувшись, руки в сторони; руки за голову; лежачи, руки вгору; сід на правому стегні, руки вправо; сід зігнувши ноги.
28. Надайте визначення таким термінам: «перекат», «групування», «перекид».
29. Складіть комплекс з 6-ти загальнорозвивальних вправ, використовуючи такі вихідні положення: руки вперед; нахил; руки назад; упор лежачи позаду; сід, руки в сторони; сід зігнувши ноги, руки вперед.
30. Надайте визначення таким термінам: «сальто», «міст», «шпагат».
31. Складіть комплекс з 6-ти загальнорозвивальних вправ, використовуючи такі вихідні положення: руки в сторони; присід, руки вперед; стійка ноги нарізно правою; упор присівши позаду; сід, упор позаду; сід кутом ноги нарізно.
32. Надайте визначення таким термінам: «присід», «випад», «упор».
33. Складіть комплекс з 6-ти загальнорозвивальних вправ, використовуючи такі вихідні положення: руки в сторони; руки перед собою; нахил прогнувшись, руки в сторони; лежачи, руки вгору; сід, упор позаду; сід кутом ноги нарізно.
34. Складіть комплекс ЗРВ з м'ячем (5 вправ).
35. Методика навчання перевороту боком (колесу).
36. Визначте мету і задачі основної частини уроку.
37. Складіть комплекс ЗРВ з гімнастичною палкою (5 вправ).
38. Методика навчання перекиду вперед.
39. Визначте мету і задачі заключної частини уроку.
40. Складіть комплекс ЗРВ з обручем (5 вправ).
41. Методика навчання перекиду назад.
42. Визначте засоби підготовчої частини уроку.
43. Методика навчання підйому переворотом.
44. Визначте засоби основної частини уроку.
45. Методика навчання опорному стрибку способом «зігнувши ноги».
46. Визначте засоби заключної частини уроку.
47. Методика навчання опорному стрибку способом «ноги нарізно».
48. Охарактеризуйте фронтальний, груповий, потоковий методи організації учнів на уроці та метод колового тренування.
49. Складіть комплекс ЗРВ на 8 рахунків (3 вправи).
50. Методика навчання стійки на голові.

12. Розподіл балів, які отримують студенти**1 семестр денна форма навчання, залік**

Поточний контроль		Підсумкова оцінка
Змістовий модуль 1– 100		100
Тема 1 – 30	Тема 2 – 30	
СР – 10	СР – 10	
СЗ – 10	СЗ – 10	

1 семестр заочна форма навчання, залік

Поточний контроль							Підсумкова оцінка
ЗМ1 – 100		ЗМ2 – 100		ЗМ3 – 100			100
T1 – 30	T2 – 30	T3 – 30	T4 – 30	T5 – 20	T6 – 20	T7 – 20	
СР – 40		СР – 40		СР – 10	СР – 10	СР – 20	

2 семестр денна форма навчання, залік

Поточний контроль					Підсумкова оцінка	
ЗМ2 – 100			ЗМ3 – 100		100	
T3 – 30	T4 – 30		T5 – 20	T6 – 20		T7 – 20
СР 10			СР 10			
СЗ – 30			СЗ – 30			

3 семестр денна, заочна форма навчання, залік

Поточний контроль			Підсумкова оцінка
Змістовий модуль 4 – 100			100
Тема 8 – 20	Тема 9 – 20	Тема 10 – 20	
СР – 20			
СЗ – 20			

4 семестр денна, заочна форма навчання, диференційний залік

Поточний контроль				Підсумкова оцінка
ЗМ5 – 100		ЗМ6 – 100		100
T11 – 30	T12 – 30	T13 – 30	T14 – 30	
СР 10		СР 10		
СЗ – 30		СЗ – 30		

Поточне тестування та самостійна робота								Сума
Змістовий модуль								
Відвідування занять		Завдання самостійної роботи		Практичне завдання		Письмова (усна) відповідь		
100%-90%	20 балів	відмінно 5	20 балів	відмінно 5	30 балів	відмінно 5	30 балів	90-100 балів А
89%-80%	15 балів	добре 4	15 балів	добре 4	25 балів	добре 4	25 балів	82-89 В
79%-70%	10 балів	добре 4	10 балів	добре 4	20 балів	добре 4	20 балів	74-81 С
69%-60%	5 балів	задовільно 3	5 балів	задовільно 3	15 балів	задовільно 3	15 балів	64-73 D
59%-50%	5 балів	задовільно 3	5 балів	задовільно 3	10 балів	задовільно 3	10 балів	60-63 Е
менше 49%	0 балів	не задовільно	0 балів	не задовільно	5 балів	не задовільно	5 балів	35-59 FX

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

13. Методичне забезпечення

1. Опорний конспект лекцій.
2. Рекомендована література.
3. Методичні розробки, тощо.
4. Мультимедійний лекційний матеріал.
5. Таблиці, плакати.
6. Індивідуальні завдання.

7. Нормативні документи.
8. Електронні навчальні посібники і підручники.

14. Рекомендована література

14.1 Базова

1. Інноваційні технології у фізичному вихованні школярів: навч.посібник для студ. вищ. навч. закладів / [Москаленко Н.В., Власюк О.О., Степанова І.В., Шиян О.В., Самошкіна А.В. , Кожедуб Т.Г.] під. ред. Н.В.Москаленко . — [2-е вид.]. — Дніпропетровськ: Інновація, 2014. – 332 с.
2. Айунц Л.Р. Гімнастика. (Коротко про головне) / Л.Р. Айунц. Методичні матеріали до теоретичної підготовки студентів факультету фізичного виховання і спорту. - Житомир: Вид-во ЖДУ, 2008. – 62 с.
2. Айунц В.І. Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. / В.І. Айунц, Д.Р. Мельничук – Житомир: Видавництво Житомирського державного університету імені Івана Франка, 2010. – 76 с.
3. Борисова Ю.Ю. Методичні рекомендації з гімнастики для студентів інститутів фізичної культури і спорту / Ю.Ю. Борисова, І.В. Мохова, А.В. Федоряка – Дніпропетровськ: Інновація, 2011. – 41 с.
4. Дейнеко А.Х. Загальні основи теорії і методики гімнастики – Харків: ХГАФК, 2017. – 203 с.
5. Дейнеко А.Х., Марченков М.К., Красова І.В. Навчальний посібник з дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту» (спортивна гімнастика) - Харків: ХГАФК, 2018. – 212 с.
6. Дейнеко А.Х., Красова І.В., Марченков М.К. Гімнастика и методика ее преподавания: практикум использования общеразвивающих упражнений как основного средства гимнастики – Харків: ХГАФК, 2018. – 156 с.
7. Журавин М.Л. Гимнастика / М.Л. Журавин, А.К. Меньшиков – М.: “АК”, 2004. – 443с.
8. Лящук Р. П. Гімнастика / Р. П. Лящук, А. В. Огнистий. Навчальний посібник (у двох частинах). — Ч. 1. — Тернопіль: ТДПУ, 2001. – 216 с.
9. Мехоношин С.О. Гімнастика. Індивідуальна та самостійна робота студентів (на прикладі технологій графічного конструювання, ситуаційного моделювання, ступеневого навчання) / С.О. Мехоношин. — Тернопіль: Навчальна книга — Богдан, 2013. — 216 с. (монографія)
10. Смолевский В.М. Спортивная гимнастика / В.М. Смолевский, Ю.К. Гавердовский - Киев: Олимпийская литература, 1999. - 462с.
11. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики / О.М. Худолій Навч. посібник. У 2-х томах. — 4-е вид., випр. і доп. — Харків: «ОВС», 2008. — Т. 1. — 408 с: іл.
12. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики / О.М. Худолій Навч. посібник. У 2-х томах. — 4-е вид., випр. і доп. — Харків: «ОВС», 2008. — Т. 2. — 464 с: іл

14.2 Допоміжна

1. Інформаційні технології у фізичному вихованні: навч.посібник для студ. вищ. навч. закладів / [Москаленко Н.В., Борисова Ю.Ю., Сидорчук Т.В., Лядська О.Ю.]. – Дніпропетровськ: Інновація, 2014. – 127 с.
2. Конакова О.Ю. Оздоровчі інноваційні фітнес-технології у фізичному вихованні різних груп населення / навч.посібник для студ. вищ. навч. закладів [О.Ю.Конакова]. – Дніпропетровськ: Інновація, 2016. – 129 с.
3. Борисова Ю.Ю., Федоряка А.В., Мохова І.В. Методичні рекомендації з гімнастики для студентів інститутів фізичної культури. Дніпропетровськ : «Нова Ідеологія» 2010. 24 с. (укр.)
5. Власюк О.О., Пуздря Т.В. Музыка на уроке гимнастики. Дніпропетровськ : «Інновація», 2012. – 60 с. (рос.)

4. Борисова Ю.Ю., Власюк О.О., Сорока О.І., Шкарупіло П.О. Гимнастика на уроках физической культуры. Дніпро: «Нова Ідеологія» 2018. – 24 с. (рос.)
5. Борисова Ю.Ю., Лебедева В.В. Гимнастика як засіб формування постави у дошкільників (методичні рекомендації). Дніпропетровськ: вид-во «ПФ Стандарт-сервис», 2014. – 38 с. (укр.)
6. Борисова Ю.Ю., Федоряка А.В., Бачинська Н.В. Термінологія вправ на гімнастичних снарядах (методичні рекомендації). Дніпропетровськ : «Нова Ідеологія» 2014. – 58 с. (укр.)
7. Власюк О.О. Методичні рекомендації для самостійної роботи студентів з дисципліни «ТМ гімнастики». Дніпропетровськ : «Нова Ідеологія» 2016. – 24 с. (укр.)
8. Мохова І.В., Федоряка А.В. Полоса препятствий на уроках физической культуры(методичні рекомендації). Дніпро: «Нова Ідеологія» 2017. – 24 с. (укр.)
9. Сорока В.А., Сорока О.І. Методика навчання базовим гімнастичним вправам юнацьких розрядів чоловічого та жіночого багатоборства(методичні рекомендації). Дніпропетровськ : «Нова Ідеологія» 2013. 45 с. (укр.)
10. Сорока В.А., Сорока О.І. Класифікація видів гімнастики та їх характеристика (методичні рекомендації). Дніпропетровськ : «Нова Ідеологія» 2013. – 24 с. (укр.)
11. Сорока В.А., Сорока О.І. Організація і проведення уроку з гімнастики в загальноосвітній школі (методичні рекомендації). Дніпропетровськ : «Нова Ідеологія» 2014. – 34 с. (укр.)
12. Федоряка А.В., Мохова І.В. Короткий словник термінів із фізичного виховання та спорту (методичні рекомендації). Дніпропетровськ : «Нова Ідеологія» 2015. – 42 с. (укр.)
13. Федоряка А.В. Прикладна гімнастика (методичні рекомендації). Дніпропетровськ : «Нова Ідеологія» 2016. – 43 с. (укр.)

15. Інформаційні ресурси

1. Информационное агентство «Sportcom»: [електронний ресурс] // Режим доступу: <http://sportcom.ru/>
2. Спортивний комітет України: [електронний ресурс] // Режим доступу: <http://www.scu.org.ua/>
3. Спортивный архив: [електронний ресурс] // Режим доступу: http://sportarchive.narod.ru/world_games/2005.htm
4. Association Générale des Fédérations Internationales des Sports (GAFIS): [електронний ресурс] // Режим доступу: <http://www.agfisfrancais.sportcentric.com/vsite/vcontent/page/custom/0,8510,5155-178891-196109-39674-263327-custom-item,00.html>
5. Association of IOC Recognised International Sports Federations, [електронний ресурс] // Режим доступу: <http://www.arisf.org/>
6. Association SportAccord: [електронний ресурс] // Режим доступу: <http://www.sportaccord.com/>
7. International Mind Sports Association (IMSA): [електронний ресурс] // Режим доступу : <http://www.imsaworld.com/>
8. Medal Tables (In this section you can find medal tables of major sporting events and all-time medal tables): [електронний ресурс] // Режим доступу: <http://sports123.com/misc.htmlWorld Games>
9. Sport history: [електронний ресурс] // Режим доступу: <http://hickoksports.com/history/worldgames.shtml>
10. Statutes of the International Mind Sports Association: [електронний ресурс] // Режим доступу: <http://www.imsaworld.com/site/statutes.html>