

МЕТОДИЧЕСКОЕ  
ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
ДИСЦИПЛИНЫ  
"ПРОФЕССИОНАЛЬНО-  
СПОРТИВНОЕ  
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ" - СПОРТИВНАЯ АЭРОБИКА

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
**«Национальный государственный Университет  
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,  
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики гимнастики

Методическое обеспечение по дисциплине

**ПРОФЕССИОНАЛЬНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ  
(спортивная аэробика)**

Образовательная программа

Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Направление подготовки высшего образования

49.03.01 Физическая культура

Квалификация (степень)

бакалавр

Форма обучения

очная

**Рассмотрена и утверждена на заседании  
кафедры  
«13» мая 2014 г., протокол №12**

**Зав. кафедрой \_\_\_\_\_**

**Авторы-разработчики:  
Должность, ученая степень, ученое звание  
К.п.н., доцент Пашкова Л.В.**

Санкт-Петербург 2014

## Содержание:

<b>Методические рекомендации для преподавателей .....</b>	
1. Правила соревнований по виду спорта (акробатический рок-н-ролл) .....	
2. Учебно-методические материалы.....	
3. Видеозаписи соревнований, учебных материалов, сюжетов учебно-тренировочных занятий .....	
<b>Методические рекомендации для студента .....</b>	
1. технологическая карта дисциплины .....	
2. методические указания по подготовке к устным опросам .....	
3. методические указания по подготовке к практическим и лабораторным занятиям .....	
4. методические указания по подготовке докладов, презентаций ...	
5. методические указания по подготовке контрольных работ.....	
6. методические указания по подготовке к деловой игре .....	
7. методические указания по выполнению курсовой работы .....	
8. методические указания по выполнению реферата .....	
9. методические указания по написанию конспекта занятия .....	
10. методические указания по подготовке к проведению учебного занятия (фрагмента учебного занятия) .....	
11. методические указания по выполнению индивидуальных заданий, творческих работ, решению задач, тестированию .....	
<b>Перечень основной и дополнительной литературы .....</b>	

## 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

#### Профессионально-спортивное совершенствование (спортивная аэробика)

**I курс I-2 семестр**

**(на 20 /20 учебный год)**

Иностранный язык (Б.1.01), Естественно-научные основы (Б.2.01), Анатомия человека (Б.3.01), ТиМОБВС – гимнастика, легкая атлетика (Б.3.12), ПСС (Б.3.В.02), Физическая культура (Б.4)					
<b>Базовый модуль</b>					
№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стоимость»/ балл	Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
1	2	3	4	5	6
5		<b>Текущий контроль – 1-</b> оценка техники проведения общей разминки	2/6	2/6	
11		<b>Текущий контроль – 2-</b> оценка техники проведения базовых хореографических упражнений аэробики под музыкальное сопровождение.	2/6	4/12	
17		<b>Текущий контроль -3-</b> оценка техники выполнения упражнений группы динамическая сила	2/6	6/18	2
23		<b>Текущий контроль – 4-</b> оценка техники выполнения упражнений статической силы.	2/6	8/24	2
32		<b>Текущий контроль -5-</b> оценка техники выполнения упражнений - прыжков в аэробике. Подведение итогов семестра. Подбор элементов в соревновательные программы аэробики	2/8	10/32	
45		<b>Текущий контроль – 6-</b> оценка умения проводить упражнения специальной физической подготовки.	2/6	12/38	
49		<b>Текущий контроль – 7-</b> оценка техники показательного комплекса аэробики по выбору.	4/8	16/46	
65		<b>Текущий контроль - 8 -</b> оценка техники и исполнительского мастерства показательного комплекса аэробики по выбору	4/8	20/54	

80		<b>Текущий контроль -9-</b> оценка техники соревновательных упражнений аэробики	4/8	24/62	
81		<b>Текущий контроль -10</b> - сдача нормативов по президентским тестам и специальной физической подготовки.	4/8	28/70	
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	6
			22/30	100	10

Дополнительный модуль

**I курс I-2 семестр**

№№	Сроки проведения	Вид деятельности	К-во баллов
1	По расписанию преподавателя	Участие в соревнованиях	10
2	По расписанию преподавателя	Участие в судействе соревнований	10
3	По расписанию преподавателя	Оценка техники проведения общей разминки в аэробике	10
4	По расписанию преподавателя	Оценка техники соревновательных упражнений спортивной аэробики	10
5	По расписанию преподавателя	Выполнение норматива по президентским тестам и тестам специальной физической подготовки	10

Виды контроля:  
Первый и второй семестр

**Текущий контроль – 1-** оценка техники проведения общей разминки **2/6**

**Текущий контроль – 6-** оценка умения проводить упражнения специальной физической подготовки.

**Критерии оценок:**

2 балла – проведение комплекса 6-ти и менее упражнений из 10

3 балла – проведение 8-ми упражнений из 10.

4 баллов – проведение комплекса без исправления ошибок в технике выполнения

5 баллов – проведение комплекса с терминологическими ошибками в объяснении.

6 баллов – проведение комплекса без ошибок.

**Текущий контроль – 2-** оценка техники проведения базовых хореографических упражнений аэробики под музыкальное сопровождение. **2/6**

**Текущий контроль -3-** оценка техники выполнения упражнений группы динамическая сила **2/6**

**Текущий контроль – 4-** оценка техники выполнения упражнений статической силы.

**2/6**

***Критерии оценок:***

- 6 – выполнение упражнений без ошибок;
- 5– выполнение упражнения с незначительной ошибкой в деталях техники;
- 4– выполнение упражнений с незначительными ошибками в деталях техники;
- 3 – выполнение упражнений с ошибками в основном звене техники;
- 2- выполнение упражнения с ошибкой в основе техники;

**Текущий контроль -5-** оценка техники выполнения упражнений - прыжков в аэробике.  
Подведение итогов семестра. Подбор элементов в соревновательные программы аэробики  
**2/8**

***Критерии оценок:***

- 8 – выполнение упражнений без ошибок;
- 7 – выполнение упражнения с незначительной ошибкой в деталях техники;
- 6 – выполнение упражнений с незначительными ошибками в деталях техники;
- 5 – выполнение упражнения с ошибкой в основном звене техники
- 4 – выполнение упражнений с ошибками в основном звене техники;
- 3 - выполнение упражнения с ошибкой в основе техники;
- 2 – выполнение упражнения с ошибками в основе техники.

**Текущий контроль – 6-** оценка умения проводить упражнения специальной физической подготовки.  
**2/6**

***Критерии оценок:***

- 2 балла – проведение комплекса 6-ти и менее упражнений из 10
- 3 балла – проведение 8-ми упражнений из 10.
- 4 баллов – проведение комплекса без исправления ошибок в технике выполнения.
- 5 баллов – проведение комплекса с терминологическими ошибками в объяснении.
- 6 баллов – проведение комплекса без ошибок.

**Текущий контроль – 7-** оценка техники показательного комплекса аэробики по выбору  
**4/8**

**Текущий контроль - 8 -** оценка техники и исполнительского мастерства показательного комплекса аэробики по выбору  
**4/8**

**Текущий контроль -9-** оценка техники соревновательных упражнений аэробики

***Критерии оценок:***

**4/8**

4 балла – Движения в целом соответствуют заданному стилю, но выполняются с ошибками в технике, движения не всегда совпадают с музыкой, при конструировании и проведении с группой хореографической композиции допущены до 5 средних ошибок

5 баллов – Движения соответствуют заданному стилю, не всегда совпадают с музыкой, при конструировании и проведении с группой хореографической композиции допущены 1-2 средних ошибки

6 баллов – Движения соответствуют заданному стилю, но не всегда совпадают с музыкой, при конструировании и проведении с группой хореографической композиции допущено до 5 незначительных ошибок

7 баллов – Движения соответствуют заданному стилю, композиция выполнена музыкально, при конструировании и проведении с группой хореографической композиции допущены 1-2 незначительных ошибки

8 баллов – Движения полностью соответствуют заданному стилю, композиция выполнена музыкально, при конструировании и проведении с группой хореографической композиции ошибок нет.

**Текущий контроль -10** - сдача нормативов по президентским тестам и специальной физической подготовки.

**Критерии оценок:**

**4/8**

8 – выполнение упражнений без ошибок;

7 – выполнение упражнения с незначительной ошибкой в деталях техники;

6 – выполнение упражнения с ошибкой в основном звене техники

5 – выполнение упражнений с ошибками в основном звене техники;

4 - выполнение упражнения с недопустимыми ошибками в основе техники;

**Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** может быть поставлен по сумме баллов за **22/30** посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

**Профессионально-спортивное совершенствование (спортивная аэробика)**

**II курс** (3-4 семестр)

**(на 20 /20 учебный год)**

Иностранный язык (Б.1.01), Естественно-научные основы (Б.2.01), Анатомия человека (Б.3.01), ТиМОБВС – гимнастика, легкая атлетика (Б.3.12), ПСС (Б.3.В.02), Физическая культура (Б.4)					
<b>Базовый модуль</b>					
№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стоимость»/ балл	Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
1	2	3	4	5	6
5		<b>Текущий контроль- 1-</b> оценка техники проведения общей разминки с использованием базовых шагов.	2/6	2/6	

11		<b>Текущий контроль -2--</b> оценка техники проведения хореографической разминки на середине и у станка под музыкальное сопровождение.	2/6	4/12	
17		<b>Текущий контроль -- 3-</b> оценка техники проведения партерной разминки под музыкальное сопровождение.	2/6	6/18	2
23		<b>Текущий контроль –4 -</b> оценка умения проведения комплексов упражнений на развитие физических качеств (по выбору).	2/6	8/24	2
24		<b>Текущий контроль- 5-</b> кафедральный зачет по общей физической подготовке (ОФП)	2/8	10/32	
45		<b>Текущий контроль- 6 -</b> оценка умения обучать базовым элементам начальной подготовки.	2/6	12/38	
49		<b>Текущий контроль- 7 -</b> оценка техники элементов соревновательных программ	4/8	16/46	
65		<b>Текущий контроль- 8 -</b> оценка судейства техники исполнения и артистичности соревновательных комплексов (по выбору )	4/8	20/54	
80		<b>Текущий контроль - 9 -</b> оценка техники соревновательных комплексов (в соревновательной деятельности).	4/8	24/62	
81		<b>Текущий контроль - 10 -</b> сдача нормативов по президентским тестам и специальной физической подготовке.	4/8	28/70	
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	6
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	10

#### Дополнительный модуль

#### 2 курс 3-4 семестр

№№	Сроки проведения	Вид деятельности	К-во баллов
1	По расписанию преподавателя	Участие в соревнованиях	10
2	По расписанию преподавателя	Участие в судействе соревнований	10
3	По расписанию преподавателя	Проведение общей и специализированной разминки	10
4	По расписанию преподавателя	Технология обучения базовых навыков и элементов общей гимнастики	10
5	По расписанию преподавателя	Участие в организации и	10



		проведении внутри институтских соревнований	
--	--	---------------------------------------------	--

Виды контроля:  
Третий и четвертый семестр

**Текущий контроль- 1-** оценка техники проведения общей разминки с использованием базовых шагов. . **2/6**

***Критерии оценок:***

- 2 балла – проведение комплекса 6-ти и менее упражнений из 10
- 3 балла – проведение 8-ми упражнений из 10.
- 4 баллов – проведение комплекса без исправления ошибок в технике выполнения
- 5 баллов – проведение комплекса с терминологическими ошибками в объяснении.
- 6 баллов – проведение комплекса без ошибок.

**Текущий контроль -2--** оценка техники проведения хореографической разминки на середине и у станка под музыкальное сопровождение. **2/6**

**Текущий контроль -- 3-** оценка техники проведения партерной разминки под музыкальное сопровождение. **2/6**

**Текущий контроль –4 -** оценка умения проведения комплексов упражнений на развитие физических качеств (по выбору). **2/6**

***Критерии оценок:***

- 2 балла – проведение комплекса 6-ти и менее упражнений из 10
- 3 балла – проведение 8-ми упражнений из 10.
- 4 баллов – проведение комплекса без исправления ошибок в технике выполнения
- 5 баллов – проведение комплекса с терминологическими ошибками в объяснении.
- 6 баллов – проведение комплекса без ошибок.

**Текущий контроль- 5-** кафедральный зачет по общей физической подготовке (ОФП)

**2/8**

***Критерии оценок:***

- 8 – выполнение упражнений без ошибок;
- 7 – выполнение упражнения с незначительной ошибкой в деталях техники;
- 6 – выполнение упражнений с незначительными ошибками в деталях техники;
- 5 – выполнение упражнения с ошибкой в основном звене техники
- 4 – выполнение упражнений с ошибками в основном звене техники;
- 3 - выполнение упражнения с ошибкой в основе техники;
- 2 – выполнение упражнения с ошибками в основе техники.

**Текущий контроль- 6** - оценка умения обучать базовым элементам начальной подготовки.

**2/6**

**Критерии оценок:**

- 2 балла – проведение комплекса 6-ти и менее упражнений из 10
- 3 балла – проведение 8-ми упражнений из 10.
- 4 баллов – проведение комплекса без исправления ошибок в технике выполнения.
- 5 баллов – проведение комплекса с терминологическими ошибками в объяснении.
- 6 баллов – проведение комплекса без ошибок.

**Текущий контроль- 7** - оценка техники элементов соревновательных программ

**4/8**

**Критерии оценок:**

- 8 – выполнение упражнений без ошибок;
- 7 – выполнение упражнения с незначительной ошибкой в деталях техники;
- 6 – выполнение упражнения с ошибкой в основном звене техники
- 5 – выполнение упражнений с ошибками в основном звене техники;
- 4 - выполнение упражнения с недопустимыми ошибками в основе техники;

**Текущий контроль- 8** - оценка судейства техники исполнения и артистичности соревновательных комплексов (по выбору )

**4/8**

- 8- ответ без ошибок, полный
- 7- безошибочный ответ, не достаточно полный
- 6 - незначительные ошибки в ответе
- 5 – не более 2 значительных ошибок, 1-2 незначительные
- 4 – 4 и более значительных ошибок;
- 5 – до 4 значительных и 3-5 незначительных ошибки в ответе

**Текущий контроль - 9** - оценка техники соревновательных комплексов (в соревновательной деятельности).

**4/8**

**Критерии оценок:**

- 8 – выполнение упражнений без ошибок;
- 7 – выполнение упражнения с незначительной ошибкой в деталях техники;
- 6 – выполнение упражнения с ошибкой в основном звене техники
- 5 – выполнение упражнений с ошибками в основном звене техники;
- 4 - выполнение упражнения с недопустимыми ошибками в основе техники;

**Текущий контроль - 10** - сдача нормативов по президентским тестам и специальной физической подготовке.

**4/8**

**Критерии оценок:**

- 8 – выполнение упражнений без ошибок;
- 7 – выполнение упражнения с незначительной ошибкой в деталях техники;
- 6 – выполнение упражнения с ошибкой в основном звене техники
- 5 – выполнение упражнений с ошибками в основном звене техники;
- 4 - выполнение упражнения с недопустимыми ошибками в основе техники;

**Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** может быть поставлен по сумме баллов за **22/30** посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

### Профессионально-спортивное совершенствование (спортивная аэробика)

**III курс** (5-6 семестр)

(на 20 /20 учебный год)

Экономика (Б.1.04), Социология (Б.1.В.04), Социология ФК (Б.1.ДВ.01), ТиМФК (Б.3.09), Менеджмент ФКиС (Б.3.10), ТиМОБВС – плавание, спортивные игры (Б.3.12), ТиМИВС (Б.3.13), ПСС (Б.3.В.02), Спортивная морфология (Б.№.В.03), Профилактика наркомании средствами ФК и С (Б.3.В.12), Экономика ФКиС (Б.3.ДВ.01), Физическая культура (Б.4)					
<b>Базовый модуль</b>					
№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стоимость»/ балл	Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
1	2	3	4	5	6
5		<b>Текущий контроль- 1-</b> оценка умения обучить базовым навыкам (динамическая осанка, отталкивание ногами, приземление).	2/6	2/6	
6-11		<b>Текущий контроль -2--</b> оценка умения. Проведения комплекса упражнений на развитие физических качеств, используя вспомогательное оборудование.	2/6	4/12	
12-17		<b>Текущий контроль -- 3-</b> -оценка умения составлять показательный номер с элементами гимнастики и аэробики.	2/6	6/18	2
18-23		<b>Текущий контроль –4 -</b> - оценка умения разработать конспект учебно-тренировочного занятия по программе ФК школы.	2/6	8/24	2
24-31		<b>Текущий контроль- 5--</b> кафедральный зачет по специальной физической подготовке (СФП)	2/8	10/32	
32-41		<b>Текущий контроль- 6 --</b> оценка умения разработать конспект учебно-тренировочного	2/6	12/38	

		занятия по программе ФК школы			
42-49		<b>Текущий контроль- 7</b> - оценка умения проведения профилирующей технической подготовки в видах соревнований.	4/8	16/46	
50-60		<b>Текущий контроль- 8</b> - оценка судейства техники исполнения и артистичности и сложности программы соревновательных комплексов (по выбору)	4/8	20/54	
61-62		Методика совершенствования соревновательных программ по номинациям И/М, И/Ж, пары трио, группы, АД, АС.			
63		<b>Текущий контроль - 9</b> - оценка соревновательных комплексов (в соревновательной деятельности на Чемпионате вузов Санкт-Петербурга)	4/8	24/62	
64		<b>Текущий контроль - 10</b> -- сдача нормативов по президентским тестам и специальной физической подготовке.	4/8	28/70	
<u>Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)</u> может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	6
<u>Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)</u> может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	10

#### Дополнительный модуль

#### 3 курс 5-6 семестр

№№	Сроки проведения	Вид деятельности	К-во баллов
1	По расписанию преподавателя	Участие в соревнованиях	10
2	По расписанию преподавателя	Участие в судействе соревнований	10
3	По расписанию преподавателя	Участие в организации и проведении внутри институтских соревнований	10
4		Технология совершенствования показательных комплексов и соревновательных программ общей гимнастики и аэробики.	10
5	По расписанию преподавателя	Проведение учебно-тренировочного занятия по программе ФК школы гимнастики	10

Виды контроля:  
Пятый и шестой семестр

**Текущий контроль- 1-** оценка умения обучить базовым навыкам (динамическая осанка, отталкивание ногами, приземление) **2/6**

***Критерии оценок:***

- 2- допускаются значительные ошибки в методике, студент демонстрирует низкий уровень методической подготовленности
- 3 - демонстрирует низкий уровень методической подготовленности студента демонстрируется хороший уровень умений управления группой и использования методики обучения и проведения упражнений.
- 4- демонстрируется хороший уровень умений управления группой и использования методики обучения и проведения упражнений.
- 5- демонстрируется высокий уровень умений управления группой и использования методики обучения и проведения упражнений.
- 6- демонстрируется близкий к творческому уровень умений управления группой и использования методики обучения и проведения упражнений.

**Текущий контроль -2--** оценка умения проведения комплекса упражнений на развитие физических качеств, используя вспомогательное оборудование. **2/6**

***Критерии оценок:***

- 2 балла – проведение комплекса 6-ти и менее упражнений из 10
- 3 балла – проведение 8-ми упражнений из 10.
- 4 баллов – проведение комплекса без исправления ошибок в технике выполнения.
- 5 баллов – проведение комплекса с терминологическими ошибками в объяснении.
- 6 баллов – проведение комплекса без ошибок.

**Текущий контроль -- 3-** -оценка умения составлять показательный номер с элементами спортивной аэробики. **2/6**

***Критерии оценок:***

- 2- демонстрирует низкий уровень методической подготовленности студента;
- 3 - демонстрируются удовлетворительные умения составления и использования методики обучения и проведения упражнений.
- 4 - демонстрируется хороший уровень умений составления и использования методики обучения и проведения упражнений.
- 5 - демонстрируется высокий уровень умений составления и использования методики обучения и проведения упражнений
- 6 - демонстрируется близкий к творческому уровень умений составления и использования методики обучения и проведения упражнений. Отлично используется подбор музыкального произведения

**Текущий контроль –4 -** - оценка умения разработать конспект учебно-тренировочного занятия по программе ФК школы. **2/6**

***Критерии оценок:***

- 6 –написание конспекта без ошибок;
- 5– написание конспекта с незначительной ошибкой;
- 4- написание конспекта с 2-3 незначительными ошибками;

- 3 – написание конспекта с 4-5 ошибками;
- 2 - написание конспекта более чем с 5 ошибками.

**Текущий контроль- 5**— кафедральный зачет по специальной физической подготовке (СФП) . **2/8**

***Критерии оценок:***

- 8 – выполнение упражнений без ошибок;
- 7 – выполнение упражнения с незначительной ошибкой в деталях техники;
- 6 – выполнение упражнений с незначительными ошибками в деталях техники;
- 5 – выполнение упражнения с ошибкой в основном звене техники
- 4 – выполнение упражнений с ошибками в основном звене техники;
- 3 - выполнение упражнения с ошибкой в основе техники;
- 2 – выполнение упражнения с ошибками в основе техники.

**Текущий контроль- 6** -- оценка умения разработать конспект учебно-тренировочного занятия по программе ФК школы. **2/6**

***Критерии оценок:***

- 6 –написание конспекта без ошибок;
- 5– написание конспекта с незначительной ошибкой;
- 4- написание конспекта с 2-3 незначительными ошибками;
- 3 – написание конспекта с 4-5 ошибками;
- 2 - написание конспекта более чем с 5 ошибками.

**Текущий контроль- 7** - оценка умения проведения профилирующей технической подготовки в видах соревнований. . **4/8**

***Критерии оценок:***

- 4- допускаются значительные ошибки в методике проведения, студент демонстрирует низкий уровень методической подготовленности;
- 5 - демонстрирует низкий уровень методической подготовленности студента;
- 6 - демонстрируются удовлетворительные умения составления и использования методики обучения и проведения упражнений.
- 7 - демонстрируется хороший уровень умений составления и использования методики обучения и проведения упражнений.
- 8 - демонстрируется близкий к творческому уровень умений составления и использования методики обучения и проведения упражнений.

**Текущий контроль- 8** - оценка судейства техники исполнения и артистичности и сложности программы соревновательных комплексов (по выбору) . **4/8**

***Критерии оценок:***

- 4 балла – 4 ошибки при выставлении оценки.
- 5 балла – 2 и более ошибки при выставлении оценки
- 6 баллов – 1 ошибка при выставлении оценки
- 7 баллов – 1 ошибка при выставлении оценки, использование подсказок (правил соревнований).

8 баллов – безошибочное выставление оценки.

**Текущий контроль - 9** - оценка соревновательных комплексов (в соревновательной деятельности на Чемпионате вузов Санкт-Петербурга) . **4/8**

**Критерии оценок:**

- 4 балла – 4 ошибки при выставлении оценки.
- 5 балла – 2 и более ошибки при выставлении оценки
- 6 баллов – 1 ошибка при выставлении оценки
- 7 баллов – 1 ошибка при выставлении оценки, использование подсказок (правил соревнований). .
- 8 баллов – безошибочное выставление оценки

**Текущий контроль - 10** -- сдача нормативов по президентским тестам и специальной физической подготовке. **4/8**

**Критерии оценок:**

- 8 – выполнение упражнений без ошибок;
- 7 – выполнение упражнения с незначительной ошибкой в деталях техники;
- 6 – выполнение упражнения с ошибкой в основном звене техники
- 5 – выполнение упражнений с ошибками в основном звене техники;
- 4 - выполнение упражнения с недопустимыми ошибками в основе техники;

**Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** может быть поставлен по сумме баллов за **22/30** посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей

IV курс 7 семестр

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:**

**Профессионально-спортивное совершенствование (спортивная аэробика)**

VI курс (7 -8 семестр)

(на 20 /20 учебный год)

Экономика (Б.1.04), Социология (Б.1.В.04), Социология ФК (Б.1.ДВ.01), ТиМФК (Б.3.09), Менеджмент ФКиС (Б.3.10), ТиМОБВС – плавание, спортивные игры (Б.3.12), ТиМИВС (Б.3.13), ПСС (Б.3.В.02), Спортивная морфология (Б.№.В.03), Профилактика наркомании средствами ФК и С (Б.3.В.12), Экономика ФКиС (Б.3.ДВ.01), Физическая культура (Б.4)					
<b>Базовый модуль</b>					
№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стоимость»/ балл	Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам

1	2	3	4	5	6
					контроля
5		<b>Текущий контроль- 1-</b> - оценка умения практического проведения учебно-тренировочного занятия со спортсменами аэробики.	1/3	1/3	
6		<b>Текущий контроль -2--</b> - оценка умения практического проведения части учебно-тренировочного занятия со спортсменами аэробики.	1/3	2/6	
14		<b>Текущий контроль -- 3-</b> оценка умения разработки конспекта учебно-тренировочного занятия спортивной аэробике.	1/3	3/9	
15		<b>Текущий контроль –4</b> - Проведение учебно-тренировочного занятия в соответствии с конспектом.	1/3	4/12	
24		<b>Текущий контроль- 5</b> -Подбор элементов, составление связок и составление программы в целом для показательных выступлений и шоу программ.	2/5	6/17	
25		<b>Текущий контроль- 6 --</b> оценка умения составлять программы для показательных выступлений, спортивных шоу программ	1/3	7/20	10
29		<b>Текущий контроль - 7</b> - Методика составления: подбор элементов, составление связок и составление программы в целом для соревновательных программ аэробики.	2/5	9/25	
32		<b>Текущий контроль- 8</b> оценка умения составлять соревновательные программы. Судейство.	2/5	11/30	
31		<b>Текущий контроль - 9</b> - – оценка умения судейства соревнований в качестве судьи (по назначению преподавателя)	2/5	13/35	
32		<b>Текущий контроль - 10 --</b> сдача нормативов по президентским тестам и специальной физической подготовке.	2/5	15/40	
1-6		<b>Текущий контроль- 1.</b> Проведение общей и специальной разминки, и частей тренировочного занятия со спортсменами аэробики.	1/3	16/43	
7-10		<b>Текущий контроль -2--</b> - оценка умения разработки конспекта учебно-тренировочного занятия по спортивной аэробике.	3/6	19/49	



11		<b>Текущий контроль -- 3-</b> оценка умения составления соревновательных программ. Судейство программ.	3/6	22/55	4
12-19		<b>Текущий контроль –4</b> - оценка умения судейства соревнований в качестве судьи (по назначению преподавателя)	2/5	24/60	
20-39		<b>Текущий контроль- 5</b> - оценка умения составлять программы для показательных выступлений, спортивных шоу программ	2/5	26/65	6
40-49		<b>Текущий контроль- 6</b> - сдача нормативов по президентским тестам и специальной физической подготовке.	2/5	28/70	
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30		
Итоговая сумма баллов за год			50/100		18

#### Дополнительный модуль

#### 4 курс 7-8 семестр

№№	Сроки проведения	Вид деятельности	К-во баллов
1	По расписанию преподавателя	Практика проведения общей и специальной разминки, частей и всего тренировочного занятия со спортсменами аэробики.	10
2	По расписанию преподавателя	Разработка конспекта учебно-тренировочного занятия спортивной аэробике.	10
3	По расписанию преподавателя	составление программы для показательных выступлений, спортивных шоу программ	10
4	По расписанию преподавателя	Методика составления: подбор элементов, составление связок и составление программы в целом для соревновательных программ аэробики.	10
5	По расписанию преподавателя	Участие в судействе соревнований	10

Виды контроля:  
Седьмой семестр

**Текущий контроль- 1-**Проведение общей и специальной разминки, и частей тренировочного занятия со спортсменами аэробики. 1/3

**Критерии оценок:**

1 балл – проведение комплекса 6-ти и менее упражнений из 10, проведение комплекса без исправления ошибок в технике выполнения

2балла – проведение 8-ми упражнений из 10, проведение комплекса с терминологическими ошибками в объяснении.

3 баллов – проведение комплекса без ошибок.

**Текущий контроль -2--** оценка умения практического проведения части учебно-тренировочного занятия со спортсменами аэробики. 1/3

**Критерии оценок:**

1- допускаются значительные ошибки в методике, студент демонстрирует низкий уровень методической подготовленности

2- демонстрируется хороший уровень умений управления группой и использования методики обучения и проведения упражнений.

3 -демонстрируется высокий уровень умений управления группой и использования методики обучения и проведения упражнений и использования методики обучения и проведения упражнений близкий к творческому

**Текущий контроль -- 3-** оценка умения разработки конспекта учебно-тренировочного занятия спортивной аэробики. . 1/3

**Критерии оценок:**

3 –написание конспекта без ошибок;

2– написание конспекта с незначительной ошибкой;

1 - написание конспекта более чем с 5 ошибками.

**Текущий контроль –4 -** Проведение учебно-тренировочного занятия в соответствии с конспектом. . 1/3

**Критерии оценок:**

1- допускаются значительные ошибки в методике, студент демонстрирует низкий уровень методической подготовленности, нет соответствия с конспектом.

2- демонстрируется хороший уровень умений управления группой и использования методики обучения и проведения упражнений, проведение по конспекту.

3 - демонстрируется высокий уровень умений управления группой и использования методики обучения и проведения упражнений, проведение в соответствии с поставленными задачами по конспекту и творческий подход к использованию средств и задач конспекта.

**Текущий контроль- 5 -**Подбор элементов, составление связок и составление программы в целом для показательных выступлений и шоу программ. 2/5

**Критерии оценок:**

2- допускаются значительные ошибки в методике составления, студент демонстрирует низкий уровень методической подготовленности; демонстрирует низкий уровень методической подготовленности студента;

3- демонстрируется хороший уровень умений составления и использования методики подбора музыки и хороший уровень умений составления и использования методики

4- демонстрируется высокий уровень умений составления и использования методики обучения и проведения упражнений. Отлично используется подбор музыкального произведения;

5- демонстрируется близкий к творческому уровень умений составления и использования методики обучения и проведения упражнений. Отлично используется подбор музыкального произведения;

**Текущий контроль- 6 --** оценка умения составлять программы для показательных выступлений, спортивных шоу программ. **1/3**

***Критерии оценок:***

1- допускаются значительные ошибки в методике составления, студент демонстрирует низкий уровень методической подготовленности; демонстрирует низкий уровень методической подготовленности студента;

2 - демонстрируется хороший уровень умений составления и использования методики обучения и проведения упражнений.

3 - демонстрируется близкий к творческому уровень умений составления программ.

**Текущий контроль - 7 -** Методика составления: подбор элементов, составление связок и составление программы в целом для соревновательных программ аэробики. **2/5**

***Критерии оценок:***

2- допускаются значительные ошибки в методике составления, студент демонстрирует низкий уровень методической подготовленности;

3 - демонстрирует низкий уровень методической подготовленности студента; удовлетворительные умения составления

4 - демонстрируется хороший уровень умений составления и использования методики обучения и проведения упражнений.

5 - демонстрируется близкий к творческому уровень умений составления.

**Текущий контроль- 8 -**оценка умения составлять соревновательные программы. **2/5**

2- допускаются значительные ошибки в методике составления, студент демонстрирует низкий уровень методической подготовленности;

3- демонстрируются удовлетворительные умения составления и использования методики обучения и проведения упражнений.

4 - демонстрируется хороший уровень умений составления и использования методики обучения и проведения упражнений. Отлично используется подбор музыкального произведения;

5- демонстрируется близкий к творческому уровень умений составления и использования методики обучения и проведения упражнений. Отлично используется подбор музыкального произведения;

***Критерии оценок:***

**Текущий контроль - 9** - оценка умения судейства соревнований в качестве судьи (по назначению преподавателя) 2/5

***Критерии оценок:***

2 балла – 4 ошибки при выставлении оценки.

3 балла – 2 и более ошибки при выставлении оценки

4 баллов – 1 ошибка при выставлении оценки, использование подсказок (правил соревнований).

5-баллов – безошибочное выставление оценки

**Текущий контроль - 10** -- сдача нормативов по президентским тестам и специальной физической подготовке. 2/5

***Критерии оценок:***

5 – выполнение упражнений без ошибок;

4 – выполнение упражнения с незначительной ошибкой в деталях техники;

3 – выполнение упражнения с ошибкой в основном звене техники

2 - выполнение упражнения с недопустимыми ошибками в основе техники;

**8 семестр**

**1-й текущий контроль - оценка умения** практического проведения учебно-тренировочного занятия со спортсменами аэробики. 1/3

***Критерии оценок:***

1- допускаются значительные ошибки в методике, студент демонстрирует низкий уровень методической подготовленности

2- демонстрируется хороший уровень умений управления группой и использования методики обучения и проведения упражнений.

3 -демонстрируется высокий уровень умений управления группой и использования методики обучения и проведения упражнений и использования методики обучения и проведения упражнений близкий к творческому

**2-й текущий контроль - оценка умения** разработки конспекта учебно-тренировочного занятия по спортивной аэробике. 1/3

***Критерии оценок:***

1- допускаются значительные ошибки в методике, студент демонстрирует низкий уровень методической подготовленности, нет соответствия с конспектом.

2- демонстрируется хороший уровень умений управления группой и использования методики обучения и проведения упражнений, проведение по конспекту.

3 - демонстрируется высокий уровень умений управления группой и использования методики обучения и проведения упражнений, проведение в соответствии с поставленными задачами по конспекту и творческий подход к использованию средств и задач конспекта.

**3-й текущий контроль - оценка умения** составления соревновательных программ. Судейство программ. 1/3

***Критерии оценок:***

- 1- допускаются значительные ошибки в методике составления, студент демонстрирует низкий уровень методической подготовленности; демонстрирует низкий уровень методической подготовленности студента;
- 2 - демонстрируется хороший уровень умений составления и использования методики обучения и проведения упражнений.
- 3 - демонстрируется близкий к творческому уровень умений составления программ.

**4-й текущий контроль – оценка умения** судейства соревнований в качестве судьи (по назначению преподавателя) 1/3

***Критерии оценок:***

- 1 балл – 4 ошибки при выставлении оценки.
- 2 балла – 2 и более ошибки при выставлении оценки , использование подсказок (правил соревнований).
- 3-баллов – безошибочное выставление оценки

**5-й текущий контроль - оценка умения** составлять программы для показательных выступлений, спортивных шоу программ 2/5

***Критерии оценок:***

- 2- допускаются значительные ошибки в методике составления, студент демонстрирует низкий уровень методической подготовленности;
- 3- демонстрируются удовлетворительные умения составления и использования методики обучения и проведения упражнений.
- 4 - демонстрируется хороший уровень умений составления и использования методики обучения и проведения упражнений. Отлично используется подбор музыкального произведения;
- 5- демонстрируется близкий к творческому уровень умений составления и использования методики обучения и проведения упражнений. Отлично используется подбор музыкального произведения;

**6-й текущий контроль - сдача нормативов** по президентским тестам и специальной физической подготовке. 2/5

***Критерии оценок:***

- 5 – выполнение упражнений без ошибок;
- 4 – выполнение упражнения с незначительной ошибкой в деталях техники;
- 3 – выполнение упражнения с ошибкой в основном звене техники
- 2 - выполнение упражнения с недопустимыми ошибками в основе техники;

**Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** может быть поставлен по сумме баллов за **22/30** посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей .  
**проводится в 2 и 4, 6 и 8 семестрах в форме зачета.**

### **Критерии оценки ответов**

**30:** дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделять его существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента.

**29:** дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, доказательно раскрыты основные положения темы, в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. В ответе допущены недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.

**28:** дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.

**27:** дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Однако допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью «наводящих» вопросов преподавателя.

**26:** дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос, но при этом показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ логичен, изложен в терминах науки. Могут быть допущены 1-2 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно

**25:** дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ на поставленный вопрос. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные знания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

**24:** дан неполный ответ, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения. Допущены грубые ошибки при определении сущности раскрываемых понятий, теорий, явлений вследствие непонимания студентом их существенных и несущественных признаков и связей. В ответе отсутствуют выводы. Умение раскрыть конкретные проявления обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

**23:** дан неполный ответ. Присутствует нелогичность изложения. Студент затрудняется с доказательностью. Масса существенных ошибок в определении терминов,

понятий, характеристике фактов, явлений. В ответе отсутствуют выводы. Речь неграмотна. При ответе на дополнительные вопросы студент начинает осознавать существование связи между знаниями только после подсказки преподавателя..

**22:** дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими объектами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины.

## **ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины:**

### а) основная литература:

1. Артемьева Ж.С. Оздоровительные виды гимнастики: содержание и методика их преподавания в школе. / Ж.С.Артемьева, Л.В.Пашкова; Национальный гос.ун-т физ.культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.], 2011. – 106 с.
2. Люйк Л.В. Методические основы базовой аэробики. / Л.В.Люйк, Г.Р.Айзятуллова; Национальный гос.ун-т физ.культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.],2010. – 140 с.
3. Люйк Л.В. Биоэнергетические основы оздоровительной тренировки в аэробике. / Л.В.Люйк, Ж.С.Артемьева; Национальный гос.ун-т физ.культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.],2010. – 144 с.
4. Люйк Л.В. Методы конструирования программ по оздоровительным видам аэробики: Учебно-методическое пособие / Л.В.Люйк, Г.Р.Айзятуллова,Солодянников О.В.; Национальный гос.ун-т физ.культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.],2009. – 49 с.
5. Сомкин А.А. Атлетическая подготовка студентов с использованием стандартного гимнастического оборудования: учеб.пособие /А.А. Сомкин, Е.М.Чепиков; Национальный гос.ун-т физ.культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.],2010. – 68 с

### б) дополнительная литература

1. Азбука танцев / Авт.-сост. Е.В. Диниц, Д.А. Ермаков, О.В. Иванникова. –М.: ООО «Издательство ФСТ»; Донецк: «Сталкер», 2004. -286 с.
2. Ашмарин, Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании: Пособие для студентов, аспирантов и преподавателей ин-тов физ. культуры / Б.А.Ашмарин. - М.: Физкультура и спорт, 1978. – 223 с.
3. Аэробика. Теория и методика проведения занятий. Учеб. пособие для студентов вузов физической культуры / Под ред. Е.Б. Мякинченко и М.П. Шестакова. - М.: СпортАкадемПресс, 2002, 304 с.

4. Белова Н.А. Методика обучения танцевальным упражнениям / Методические рекомендации / Н.А.Белова, Р.Н. Терехина - С-Пб.: ГДОИФК. 1991.
5. Бирюк Е.В. Ритмическая гимнастика. – Киев.: Молодь,1986. –152 с.
6. Брыкин А.Т. Гимнастическая терминология. -М.: ФиС. 1969. -188 с.
7. Выдержки из правил соревнований по оздоровительной аэробике и аэрофитнесу./ Подг.Г.Я.Соколовым // Физкультурное образование Сибири № 2. 1995. .С.18-19
8. Гимнастика: Учеб. для студентов высших учебных заведений / Под ред. М.Л.Журавина, Н.К.Меньшикова. 4-е изд., испр. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. - 448 с.
9. Древлёва Е.Б. Подготовка студентов педагогических вузов для преподавания аэробики в школах. Автореф. Дисс. ... канд. Пед. Наук. / Е.Б. Древлёва –М.:ГОУ ВПО «Московский городской педагогический университет», 2009, -25 с
10. Каджаспиров Ю.Г. Функциональная музыка в подготовке спортсменов / Ю.Г. Каджаспиров – М.: Физкультура и спорт,1987. –64 с.
11. Крючек Е.С., Кудашова Л.Т., Сомкин А.А., Малышева О.М. Нетрадиционные виды гимнастики в массовой физкультурно-оздоровительной работе. // Учебное пособие. -С-Пб.: СПГАФК им П.Ф.Лесгафта. 1994. -76 с
12. Купер К. Аэробика для хорошего самочувствия. / К.Купер – М.: Физкультура и спорт.1989.-224 с.
13. Лисицкая Т.С. Аэробика в 2т. Т.1. Теория и методика. / Т.С. Лисицкая, Л.В. Сиднева
14. – М.: Федерация аэробики России, 2002. -232 с.
15. Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика. / Ю.В.Менхин, А.В. Менхин . – Ростов н/Д, 2002. -284 с. Петров П.К. Физическая культура: Курсовые и выпускные квалификационные работы / П.К.Петров. - М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. - 112 с.
16. Роттерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание в профессиональной подготовке учителя физической культуры: Автореф.дисс. ... канд. пед. наук / Т.Т. Ротерс - М., 1984. -24 с.
17. Румба О.Г. Развитие музыкальности и выразительности у спортсменов средствами народно-характерного танца / Гимнастика. Сборник научных трудов. Вып. III, часть 2 / О.Г. Румба - СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2005, с. 38-52.
18. Рыбицкая А.А. Джаз гимнастика – современная форма танцевально-гимнастических упражнений. . / А.А.Рыбицкая // Гимнастика, 1984. Вып. 1. с. 73-75.
19. Смолевский В.М. Нетрадиционные виды гимнастики. / В.М. Смолевский, Б.К. Ивлев -М.: Просвещение, 1992. - 80 с. ил.
20. Ханыкова А.И. Танцы в школьной программе по гимнастике./ А.И. Ханыкова.- Ижевск. 1980. -32 с.

а) основная литература:

1. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика [Текст]: учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению "Физическая культура" / Е. С. Крючек [и др.]; под ред. Е. С. Крючек, Р. Н. Терехиной. - Москва:



- Академия, 2012. - 282, [1] с.: ил. - (Высшее профессиональное образование) (Бакалавриат). - Гриф: Рек. УМО вузов РФ. - ISBN 978-5-7695-8027-7.
2. Гимнастика [Текст]: Учебник для студ. высш учеб. заведений/ под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. - 7-е изд. М.: Академия, 2010. – 444 с.
  3. Гимнастика. Методика преподавания: учебник/ В.М. Миронов и др.; под общей ред. В.М. Миронова. – Минск: Новое знание; М.: ИНФРА-М, 2013. – 335 с.
- б) дополнительная литература:
1. Голев, А.А. Акробатический рок-н-ролл / Голев А.А. // Физическая культура в школе. - 1992. - N 5-6. - С. 15-16.
  2. Друзь, В.А. Модельные характеристики двигательной подготовленности юных спортсменов на этапе начальной подготовки в акробатическом рок-н-ролле /В.А. Друзь, А.Я. Муллагильдина //Теория и практика физической культуры. - №2, 2004. – С.12-13.
  3. Елкин, Е.А. Некоторые аспекты правил судейства /Е.А. Елкин //Спортивные танцы. Бюллетень 1(29) 2003г.
  4. Коваленко, А.А. Алгоритмизация судейской оценки /А.А. Коваленко //Спортивные танцы. Бюллетень 6(8) 1999г.
  5. Коваленко, А.А. Актуальные вопросы повышения квалификации судей по спортивным танцам /А.А. Коваленко //Спортивные танцы. Бюллетень 2(18) 2001г.
  6. Кондратенков, В.А. Турнир по бальным танцам, это конкурс или соревнование? /В.А. Кондратенков //Материалы 11 конференции по актуальным вопросам спортивных танцев. РГУФК 2007.
  7. Кызим, П.Н. Акробатический рок-н-ролл: Пособие/ Кызим П.Н., Алабин В.Г., Макурин Ю.К., Муллагильдина А.Я.: Гл. ред. П.Н. Кызима, А.Я. Муллагильдиной. -Х.: Основа, 1999. – 136 с.
  8. Правила соревнований МФСТ. <http://www.russianmaster.ru>
  9. Синигина, Н. Ф. Некоторые аспекты повышения объективности судейства в спортивных танцах /Н.Ф, Синигина // Спортивные танцы. Бюллетень 4(6) 1999г.
  10. Туманян, Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера /Г.С. Туманян. – М.: Советский спорт, 2006. – 496 с.
  11. Особенности судейства дисциплин «D класс» и «E класс» юноши и девушки
  12. Федорченко, Б.И. «Судейство в танцевальном спорте». Спортивные танцы /Б.И. Федорченко // Бюллетень №2(4). - 1999г.