Департамент образования города Москвы
Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«Московский городской педагогический университет»
Институт культуры и искусств

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.03.02 Сценическое движение

Специальность

52.05.01 Актерское искусство

Специализация

Артист драматического театра и кино

Москва
2017

1. Наименование дисциплины: Б1.В.ДВ.03.02 Сценическое движение

2. Цель и задачи освоения дисциплины:

Цель: изучение закономерности образно-пластического, музыкально-танцевального решения различных видов театрализованных представлений.

Задачи:

– владение навыками и умениями сценического, пластического, танцевального движения;

– развитие координации, актерского мастерства на основе сценического движения, пластики, танца;

– овладение практическими навыками постановки пластического этюда, массовых сцен, номеров, умением обучить исполнителей необходимым навыкам, увлечь их замыслом номера.

3. Место дисциплины в структуре программы специалитета:

дисциплина Б1.В.ДВ.03.02 Сценическое движение является элективной дисциплиной по физической культуре и спорту вариативной части образовательной программы специалитета и изучается в 1, 2, 3, 4,5, 6 семестрах.

4. Компетенции, необходимые для освоения дисциплины:

Для освоения дисциплины «Сценическое движение» обучающийся должен иметь знания и умения, полученные при освоении дисциплин образовательной программы среднего общего образования.

5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы:

Наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для освоения трудовой функции	**Планируемые результаты освоения образовательной программы**
Общекультурные компетенции:	
способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-9)	**Знает и понимает:** определение и составляющие компоненты здорового образа жизни; особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья
	Умеет: соблюдать нормы здорового образа жизни; использовать средства физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья, поддержания физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

	Владеет (навыками и/или опытом деятельности): основами методики самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма; способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдать нормы здорового образа жизни; способностью использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

6. Объем дисциплины по видам учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры					
		1	2	3	4	5	6
Контактная работа (всего)	198	18	36	36	36	36	36
В том числе:	-	-	-	-	-	-	-
Лекции	-	-	-	-	-	-	-
Практические занятия (ПЗ)	198	18	36	36	36	36	36
Семинарские занятия (С)	-	-	-	-	-	-	-
Лабораторные работы (ЛР)	-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа (СР)	130	36	18	18	18	18	22
Форма промежуточной аттестации			Зач.		Зач.		Зач.
Всего:	328	54	54	54	54	54	58

7. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

7.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Семинары	СРС	Всего
1	Движение как средство выражения сценического действия		18			36	54
2	Основы музыкально-ритмического воспитания в движении		36			18	54

3	Синтетический комплекс упражнений пластики и пантомимы		36			18	54
4	Взаимодействие с воображаемыми объектами		18			9	27
5	Танец как выразительное средство музыкально-театрализованного представления		18			9	27
6	Основы композиции и постановки танца		36			18	54
7	Современные танцевальные движения		36			22	58
	Итого	-	198	-	-	130	328

7.2. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела
1	Движение как средство выражения сценического действия.	Роль сценического движения в общей системе подготовки режиссеров театрализованных представлений. Взаимосвязь сценического движения с пластикой, танцем, актерским мастерством. Двигательная подготовка исполнителей музыкально-театрализованных представлений. Различие педагогических задач в работе с исполнителями музыкальных жанров и актерами, режиссерами театральных спектаклей.
2	Основы музыкально-ритмического воспитания в движении.	Ритмичность и музыкальность как важнейшие средства профессионального мастерства исполнителя, актера, режиссера. Понятия о темпе и ритме применительно к движению. Воспроизведение в движениях (хлопки, шаги, прыжки) ритмического строения музыкальной фразы: целые ноты, половины, четверти, восьмые. Воспроизведение в движениях по памяти ритмических рисунков различной сложности. Отражение характера и ритмических акцентов музыкального произведения в простейшем движении: взмах руки, наклон корпуса, проходка или пробежка и т.д.; плавно или отрывисто.

		Построение и перестроение в пространстве (колонна, шеренга, диагональ, круг).
3	Синтетический комплекс упражнений пластики и пантомимы.	Совместная работа различных частей тела, мышечных групп, суставов в сложной координации. Циклы упражнений: - упражнения, основанные на импульсах – исходных точках движения, определяющих его направление и энергию - упражнение по принципу волны. Волна кисти, руки и плеча, ноги и корпуса, сквозная волна от ноги через корпус к руке и обратно и т.д. Стилизация пластики как необходимое условие создания образа в пантомиме. Стилевые упражнения пантомимы: имитирующие на основе «импульсов» и «волн» различные действия человека (иллюзия шагов, подъемы по лестнице), имитирующие движения животных (полет птицы), жизнь природы (дерево по ветру, оживление цветов) и т.д.
4	Взаимодействие с воображаемыми объектами.	Принципы выявления воображаемых сил. Простейшие действия на тяги и опоры: воображаемый колокол, воображаемый канат, воображаемая стенка, передвинуть воображаемый груз, открыть воображаемую дверь, опереться на воображаемую стойку и т.д. Упражнения-этюды на действия в воображаемой среде: человек в невесомости, погружение в воду, человек на ветру и т.д. Взаимодействие с воображаемым партнером. Выстраивание логики поведения, точности оценок, отбор необходимых движений и жестов. Приемы пластической трансформации.
5	Танец как выразительное средство музыкально-театрализованного представления.	Искусство танца – своеобразная художественная форма отражения действительности. Связь танца с различными видами искусства. Место и особенности танца в художественном решении музыкально-театрального спектакля. Танец – действующее средство физического развития и воспитания исполнителя, актера.

		Основные хореографические понятия, терминология танца. Выразительные средства танца (лексика, жест, мимика, пластика, поза, рисунок, композиция, музыка, костюм). Цель и задачи танца в музыкально-хоровом театральном спектакле. Танец как форма сценического воплощения, средства реализации режиссерской трактовки художественного образа.
6	Основы композиции и постановки танца.	Особенности постановки танца в музыкально-театральном представлении. Развитие элементарных навыков построения композиции танца. Использование законов драматургии в постановке танцевального номера (экспозиция, завязка, ступени развития действия, кульминация, развязка). Подбор музыкального материала, сценического костюма. Определение лексики, рисунка, фигур танца. Основные этапы работы над композицией танца: а) подготовительная (замысел, определение сюжета, действия, образа). б) творческая (сочинение отдельных частей танца, последовательность их развития и разнообразия) в) работа с исполнителями, актерами (постановочная работа)
7	Современные танцевальные движения.	Особенности, манера, характер, стиль танцев современных ритмов. Музыка, костюм современных танцев. Танцевальные элементы в стиле «Диско». Движения танца Рок-н-ролл. Элементы движения брейк-данса. Движения джазового танца. Использование современных танцевальных движений в музыкально-хоровых, театральных представлениях.
8	Движение как средство выражения сценического действия.	Роль сценического движения в общей системе подготовки режиссеров театрализованных представлений. Взаимосвязь сценического движения с пластикой, танцем, актерским мастерством. Двигательная подготовка исполнителей музыкально-театрализованных представлений. Различие педагогических

		задач в работе с исполнителями музыкальных жанров и актерами, режиссерами театральных спектаклей.

7.3. Образовательные технологии

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Образовательные технологии (в том числе интерактивные)
1	Движение как средство выражения сценического действия.	Ролевая игра.
2	Основы музыкально-ритмического воспитания в движении.	Деловая игра.
3	Синтетический комплекс упражнений пластики и пантомимы.	Проблемный семинар. Деловая игра.
4	Взаимодействие с воображаемыми объектами.	Проблемный семинар. Деловая игра.
5	Танец как выразительное средство музыкально-театрализованного представления.	Проблемный семинар. Ролевая игра
6	Основы композиции и постановки танца.	Деловая игра
7	Современные танцевальные движения.	Проблемный семинар. Деловая игра.

7.4. Содержание практических занятий по дисциплине

Раздел 1. Движение как средство выражения сценического действия

Вопросы для обсуждения:

Упражнения на групповые перемещения по площадке.

1. Игры с элементами борьбы или соревнования, в которых условия и задачи развертывающейся в них борьбы требуют сотрудничества всех играющих (участников команды).

2. Групповые импровизации на предложенное одним из участников движение с сохранением ритма, темпа, энергетики, диапазона, характера, стилистики предложенного движения.

Раздел 2. Основы музыкально-ритмического воспитания в движении.

Вопросы для обсуждения:

1. Упражнения, базирующиеся на сенсорно-мышечной координации (сопоставление внешних сигналов - зрительных, слуховых, тактильных - с внутренними сигналами -

проприорецептивными, вестибулярными), требующие согласования движений во времени и в пространстве в соответствии с движениями и действиями партнёров или согласования с партнёром характера и стилистики движений.

2. Комплекс общеразвивающих и корректирующих упражнений.
3. Основы ритмики.
4. Овладение психофизическим тренингом.
5. Организационно-пространственные упражнения

Раздел 3. Синтетический комплекс упражнений пластики и пантомимы.

Вопросы для обсуждения:

1. Выработка и освоение пластического языка конкретного спектакля или фильма в зависимости от автора, жанра, стилистики, режиссёрского решения и т. д.
2. Упражнения, развивающие психофизические качества, наиболее востребуемые в данном конкретном спектакле или фильме.
3. Коллективные игры и импровизации, направленные на поиск пластического языка, стилистических особенностей будущего спектакля или фильма.

Раздел 4. Взаимодействие с воображаемыми объектами.

Вопросы для обсуждения:

1. Работа режиссера со студентами по организации пространства, времени и энергии в ритмическом этюде с предметом.
2. Этюды развивают творческое мышление, воображение, способность к активной пристройке, чувство партнера; помогают выявлению индивидуальных качеств партнеров, необходимых при взаимодействии друг с другом; способствуют верному распределению мышечной энергии и экономичному ее использованию; дают возможность задействовать весь психофизический аппарат актера и накопленный к этому моменту опыт работы с ним на других дисциплинах пластического цикла и занятиях по мастерству актера.
3. Импровизационные ритмические диалоги.
4. Работа над ритмическими этюдами с предметами

Раздел 5. Танец как выразительное средство музыкально-театрализованного представления.

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие «рисунок танца». Его значение и роль в танце.

2. Композиция танца. Логика развития рисунка танца. Взаимоотношение рисунка и музыкального материала в танце. Рисунки современного танца.
3. Динамика сценического пространства.

Раздел 6. Основы композиции и постановки танца.

Вопросы для обсуждения:

1. Определение композиции. Четыре принципа композиционного построения.
2. Принцип композиционной целостности.
3. Принцип единства.
4. Принцип подчинение второстепенного главному.
5. Соотношение формы и содержания.

Раздел 7. Современные танцевальные движения.

Вопросы для обсуждения:

1. Техника Грэм (Graham Technique) — техника танца модерн, созданная американской танцовщицей и хореографом Мартой Грэм (1894—1991).

2.Техника Хамфри-Вейдман (Humphrey-Weidman Technique) — техника танца модерн, основанная на теории и действии падения и восстановления танцовщицей Дорис Хамфри и Чарлзом Вейдманом в 1920-1930-е гг.

3.Техника Лимон (Jose Limon Technique) — техника танца модерн, созданная танцовщиком и хореографом Хосе Аркадио Лимоном (1908—1972) в I половине XX века.

4.Техника Хортон (Lester Horton Technique) — техника танца модерн, созданная американским танцовщиком, хореографом и преподавателем танца Лестером Хортоном (1906—1953).

5.Техника Хоукинс (Hawkins Technique) — техника танца модерн, созданная американским танцовщиком и хореографом Эриком Хоукинсом (1909—1994).

6.Техника Каннингхэм (Cunningham Technique) — техника танца постмодерн, разработанная американским танцовщиком, хореографом и преподавателем Мерсом Каннингхэмом (род. 1919)

7.Техника релиз (Release based Technique) — техника современного танца, основанная на освобождении (релизе) некоторых групп мышц с целью получения навыков использования только тех групп мышц, которые необходимы в процессе танца.

8. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Контроль качества освоения дисциплины включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающихся. Промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине проводится в форме зачета.

Конкретный перечень типовых контрольных заданий и иных материалов для оценки результатов освоения дисциплины, а также описание показателей и критериев оценивания компетенций приведен в фонде оценочных средств по дисциплине.

9. Методические указания для обучающихся при освоении дисциплины

Для обеспечения систематической и регулярной работы по изучению дисциплины и успешного прохождения промежуточных и итоговых контрольных мероприятий обучающемуся рекомендуется регулярно изучать каждую тему дисциплины, активно участвуя в аудиторных занятиях и в ходе реализации различных форм самостоятельной индивидуальной работы.

Учитывая структуру и содержание дисциплины, обучающимся рекомендуются следующие методические подходы к освоению материала:

в ходе практических занятий:

– участие в активной дискуссии с обоснованием собственных позиций,

– активное участие в обсуждении рассматриваемой темы, выступление с подготовленными заранее докладами и презентациями, участие в выполнении контрольных работ

в ходе самостоятельной работы:

– работа с первоисточниками;

– подготовка устных выступлений на практических занятиях;

– подготовка к текущему контролю и промежуточной аттестации по дисциплине.

В основе методических подходов к обучению в ходе освоения дисциплины преимущество отдается современным интерактивным формам и методам, способствующим формированию творческого, компетентностного и деятельностного понимания сущности социальной и профессиональной деятельности, развитию самостоятельности мышления, умений принимать решения.

Выбор и применение определенных образовательных технологий в учебном процессе осуществляется на основе учета специфики учебной деятельности, ее информационно-ресурсной основой и предстоящими видами учебных задач.

Деловая игра. Одна из эффективных форм образовательного процесса, направленная на развитие навыков применения теоретических и прикладных профессиональных знаний, а также практического профессионального опыта; способности выявлять и ставить проблемы

профессионально-ориентированных задач и самостоятельно или в команде находить пути их решения; способности работать в коллективе, находить необходимые средства коммуникации и достижения коллективных целей. Цель деловой игры – проявить имеющиеся знания, показать умение самостоятельно (автономно) или в команде пользоваться ими, получить навыки восприятия комплексных проблем и выработки подходов к их решению.

Для реализации деловой игры преподаватель использует реальные или специально сконструированные ситуации, изложенные в виде профессиональной (межпрофессиональной) задачи. Правила игры должны быть модельными, то есть повторять упрощенные ситуации, включающие ограничения и возможности, которые существуют при решении подобных задач в реальной жизни.

В деловой игре все участники находятся в рамках одного общественного интереса или же различие их общественных интересов значения не имеет. Таким интересом является успешное решение поставленной задачи. Другими словами, в деловой игре играют в профессию и поэтому ее тема должна быть из области будущей профессиональной деятельности обучающихся.

Подготовка деловой игры требует от преподавателя следующих действий: продумать и сформулировать учебные цели; подобрать необходимое оборудование; подготовить раздаточный материал (техническое задание, технологическую карту, выдержки из документов, регламентирующих наиболее важные аспекты решения задачи и т. п.).

Ролевая игра. Одна из форм организации образовательного процесса, развивающая навыки применения теоретических и прикладных знаний, практического профессионального опыта и жизненных ценностных установок. Цель ролевой игры – создать условия для применения имеющихся знаний, умений, развития навыков определения проблем и выработки подходов к их решению. Выбор темы для ролевой игры определяется целью имитации профессиональной деятельности. Ролевая игра позволяет в форме игрового распределения ролей уподобить учебную группу реальному профессиональному сообществу или процессу.

Проблемный семинар. Особенностью такого семинара является наличие дискуссии. Преподавателем, заблаговременно, ставится перед обучающимися проблемная ситуация, тема. Обучающиеся самостоятельно осуществляют подготовку к семинару, ведут поиск информации.

Для теоретического и практического освоения дисциплины большое значение имеет самостоятельная работа обучающихся, осуществляемая индивидуально и под руководством преподавателя.

10. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа обучающихся предполагает самостоятельное изучение отдельных тем, дополнительную подготовку обучающихся к каждому практическому занятию.

При изучении содержания дисциплины организация самостоятельной работы обучающихся должна представлять единство трех взаимосвязанных форм:

1) внеаудиторная самостоятельная работа;

2) аудиторная самостоятельная работа, которая осуществляется под непосредственным руководством преподавателя;

3) творческая, в том числе научно-исследовательская работа.

В процессе изучения дисциплины обучающимися предлагаются следующие виды самостоятельной работы:

Вид самостоятельной работы	**Описание вида самостоятельной работы**
Подготовка к практическим занятиям	Этот вид самостоятельной работы состоит из нескольких этапов: 1) повторение изученного материала; 2) углубление знаний по теме. Уточнение надо осуществить при помощи справочной литературы (словари, энциклопедические издания и т.д.); 3) составление развернутого плана занятия, проведения упражнений и т.д.
Работа с информационными компьютерными технологиями	Работа с информационными компьютерными технологиями предполагает разработку преподавателем заданий с использованием Интернет-технологий. Подобные задания для самостоятельной работы могут быть направлены на: поиск и обработку информации; на организацию взаимодействия в сети; выполнение проектов.
Задания на поиск и обработку информации:	*Задания на поиск и обработку информации* могут включать: анализ литературы и источников в сети на рассматриваемую тему, их оценивание; написание своего варианта плана занятия; подготовку доклада; составление библиографического списка; ознакомление с профессиональными рецензиями, анализ обсуждения актуальных проблем.

Задания для самостоятельной работы:

1. Роль сценического движения в системе подготовки режиссеров театрализованных представлений.

2. Сценическое движение и танец как элементы актерского мастерства артиста

3. Роль сценического движения в подготовке исполнителей музыкально-театрализованных представлений.

4. Ритмичность и музыкальность как важнейшие средства профессионального мастерства исполнителя, актера, режиссера

5. Стилизация пластики как необходимое условие создания образа в пантомиме

6. Основные виды актерского этюда

7. Связь танца с различными видами искусства.

8. Место и особенности танца в художественном решении музыкально-театрального спектакля.

9. Особенности постановки танца в музыкально-театральном представлении.

10. Современные танцевальные стили.

11. Отработка упражнений импровизаций.

12. Комплекс общеразвивающих и корректирующих упражнений

13. Работа над ритмическими этюдами с предметами

14. Подготовка к тестированию физической подготовленности

11. Основная и дополнительная литература, необходимая для освоения дисциплины:

а) основная литература

1. Автушенко, И.А. Сценическая речь и эмоциональный слух [Электронный ресурс] : учеб. пособие / И. А. Автушенко. – М. : Ред. – изд. отд. ВГИК, 2012.

2. Григорьянц, Т,А. Сценическое движение. Трюковая пластика [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Т. А. Григорьянц. – Кемерово : Кемеровский гос. ун-т культуры и искусств, 2010

3. Кох, И. Э. Основы сценического движения [Электронный ресурс] / И. Э. Кох. – СПб. ; М. ; Краснодар : Лань : Планета музыки, 2017.

4. Кох, И. Э. Сценическое фехтование [Электронный ресурс] : учебник / И. Э. Кох. – СПб., 2008

5. Мюрисеп, А,В. Язык сцены (профессиональная терминология в определениях и примерах) [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. В. Мюрисеп. – Нижний Новгород : Изд-во Нижегород. консерватории, 2014.

6. Соснова, М.Л. Искусство актера : учеб. пособие для студентов, обуч. по спец. "Актерское искусство" / М. Л. Соснова. – 3-е изд. – М. : Трикста :Акад. проект, 2008. – 432 с.

7. Чехов, М. А. О технике актера [Электронный ресурс] / М. А. Чехов. – М. :Директ-Медиа, 2016.

б) дополнительная литература

1. Бернар, Сара. Искусство театра [Электронный ресурс] / С. Бернар. – СПб.; М.; Краснодар: Лань: Планета музыки, 2013.

2. Богданов, Г. Ф. Тренинг четырех В: воображения, внимания, веры, воли. Методика русской плясовой импровизации [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Г. Ф. Богданов. – М. : ВЦХТ, 2012

3. Волконский, С.М. Человек на сцене : учеб. пособие / С. М. Волконский. – 4-е изд., стер. – СПб. ; М. ; Краснодар : Лань : Планета музыки, 2017. – 142 с.

4. Есаулов, И.Г. Народно-сценический танец [Электронный ресурс] : учеб. пособие / И. Г. Есаулов, К. А. Есаулова. – СПб. ; М. ; Краснодар :Лань : Планета музыки, 2014

5. Ивлева, Л.Д. История преподавания танца [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л. Д. Ивлева. – Челябинск : Челяб. гос. ин-т культуры, 2006.

6. Лиепа, Илзе. Метод Лиепа: Философия тела [Электронный ресурс] / И. Лиепа. – М. : Альпина нон-фикшн, 2013

7. Монтау, Лев. Сценическая техника и технология в образном решении спектакля [Электронный ресурс] : справ. пособие / Л. Монтау. –Екатеринбург : Изд. Урал. ун-та, 2013.

8. Сергиевич, Е,А. Основы сценического движения: специальные, акробатические и общеразвивающие упражнения [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Е. А. Сергиевич, Л. Ф. Левадная. – Омск : Омск. гос. ун-т, 2011.

9. Теория, методика и практика народно-сценического танца [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс / сост. С. Г. Бондаренко, А. А. Бондаренко. – Кемерово : Кемеровский гос. ин-т культуры.

12. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети Интернет, необходимых для освоения дисциплины

https://resources.mgpu.ru/findbooks.php?pagenum=9

https://resources.mgpu.ru/discplist.php?mode=library

http://www.mosconsv.ru/

http://www.mosconsv.ru/page.phtml

www.folkler.ru

www.classical.net/music/links

www.kultura-portal.ru

www.tvkultura.ru

www.mmu.ru

www.nlib.narod.ru

http://mediasoftware.sonypictures.com

13. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационно-справочные системы

Информационные технологии обработки графической информации; информационные технологии передачи данных и распространения информации; информационные технологии хранения данных; информационные технологии накопления данных. Сетевые (локальные, территориальные, проводные, беспроводные и др.) информационные технологии, информационные технологии групповой работы, гипертекстовые информационные технологии, мультимедийные информационные технологии, операционные системы семейства Windows, Office, браузеры (FireFox).

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы: доступ к базам РГБ, ГНБУ, ERIC (www.rsl.ru, www.gnpbu.ru), Министерства образования и науки Российской Федерации (www.informica.ru), Российская государственная библиотека. диссертации http://diss.rsl.ru/, Библиотека федерального портала «РОССИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ» http://www.edu.ru/.

Электронно-библиотечные системы:

ЭБС IPRbooks (www.iprbookshop.ru);

ЭБС ZNANIUM.COM (www.znanium.com);

ЭБС eLibrary (www.eLibrary.ru);

УБД ООО «ИВИС» (www.ebiblioteka.ru);

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (www.biblioclub.ru);

ЭБС ЮРАЙТ (www.urait.ru);

ЭБС ACADEMIA-MOSCOW.RU (www.academia-moscow.ru);

ЭБС «Лань» (www. e.lanbook.com).

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

Спортивный зал.

- Наборы гантелей,
- тренажеры для мышц брюшного пресса и спины - 2,
- навесные перекладины - 2,
- шведские стенки - 10,
- гимнастические маты -5,

- столы для настольного тенниса - 4,
- волейбольные, баскетбольные и футбольные мячи,
- гимнастические коврики,
- комплекты для бадминтона и настольного тенниса,
- гимнастические обручи,
- гимнастические палки,
- медицинболлы.