

УДК 18
ББК 87.8
К643

Рецензенты:

Ф. Р. Сибгатулина, зав. кафедрой ФК и УИТ Московского Государственного Университета Путей Сообщения, начальник спортклуба МИИТ, кандидат педагогических наук, доцент

А. Б. Федоренко, ст. преподаватель кафедры теории и методики гимнастики Кубанского Государственного Университета ФК, спорта и туризма, кандидат психологических наук

К643 Конеева Е. В., Морозова Л. П., Ночевнова П. В.
Эстетическая гимнастика: История, техника, правила соревнований: Учебное пособие. – М., Прометей, 2013. – 170 с.

В учебном пособии представлены вопросы по истории и тенденции развития вида спорта, освещены основные аспекты теории и методики преподавания и судейства эстетической гимнастики, а также раскрыты основы техники выполнения базовых элементов. Пособие может быть полезно для студентов педагогических и физкультурных вузов, преподавателей вузов, учителей по физической культуре и тренеров по эстетической гимнастике.

ISBN 978-5-7042-2494-5

© Е. В. Конеева, Л. П. Морозова, П. В. Ночевнова, 2013
© Издательство «Прометей», 2013

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
Глава 1. История возникновения и развитие эстетической гимнастики в зарубежных странах и в России.	6
1.1. История возникновения и развитие эстетической гимнастики в зарубежных странах.	6
1.2. История возникновения и развитие эстетической гимнастики в России.	9
Глава 2. Характеристика эстетической гимнастики.	15
2.1. Особенности эстетической гимнастики как вида спорта.	15
2.2. Специфика соревновательной деятельности.	17
2.3. Тенденции развития эстетической гимнастики.	20
Глава 3. Техника выполнения элементов эстетической гимнастики.	22
3.1. Основные средства эстетической гимнастики.	22
3.2. Примеры выполнения элементов структурных групп. ...	30
Список литературных источников	50
Приложения	
1. Правила соревнований по эстетической гимнастике для детских возрастных категорий.	52
2. Правила соревнований по эстетической гимнастике.	109