

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ОСНОВНАЯ

1. Гимнастика. Методика преподавания : учеб. для студентов вузов по специальности физ. культуры, спорта и туризма / В. М. Миронов [и др.] ; под общ. ред. В. М. Миронова. – Минск : Новое знание ; М. : ИНФРА-М, 2021. – 334 с.
2. Барчуков, И. С. Физическая культура: методики практического обучения : учебник / И. С. Барчуков. – М. : Кнорус, 2021. – 297 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

3. Айенгар, Г. С. Йога в упражнениях. Йога в действии : промежуточ. курс асан и пранаям, сост. по учеб. программе мемор. ин-та Йоги Рамамани Айенгар / Г. С. Айенгар. – Сыктывкар : Фита, 2015. – 192 с.
4. Анатомия стретчинга : большая ил. энцикл. / пер. с англ. Н. А. Татаренко. – М. : Э, 2018. – 222 с.
5. Аров, Б. Йога. Теория и практика / Б. Аров. – М. : Амрита-Русь, 2004. – 160 с.
6. Бодибилдинг : полн. пособие / [авт.-сост. Н. В. Белов]. – Минск : Харвест, 2009. – 320 с.
7. Исаковиц, Р. Анатомия пилатеса : ил. рук. / Р. Исаковиц, К. Клиппингер ; [пер. с англ. С. Э. Борич]. – 2-е изд. – Минск : Попурри, 2015. – 240 с.
8. Каминофф, Л. Анатомия йоги: новая редакция / Л. Каминофф, Э. Мэтьюз ; пер. с англ. С. Э. Борич. – 3-е изд. – Минск : Попурри, 2016. – 320 с.
9. Кодекс Республики Беларусь об образовании : 13 янв. 2011 г., № 243-З : принят Палатой представителей 2 дек. 2010 г. : одобр. Советом Респ. 22 дек. 2010 г. : в ред. Закона Респ. Беларусь от 14.01.2022 г., № 154-З : по состоянию на 1 сент. 2022 г. / [отв. за вып. Н. В. Судиловская]. – Минск : Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь, 2022. – 511 с.
10. Лонг, Р. Анатомия виньяса-флоу и асан, выполняемых стоя : [пер. с англ.] / Р. Лонг. – Минск : Попурри, 2016. – 223 с.
11. Майерс, Т. Фасциальный релиз для структурного баланса / Т. Майерс, Дж. Эрлз. – М. : Эксмо, 2019. – 320 с.
12. Основы персональной тренировки : кн. для фитнес-тренера / под ред. В. Э. Роджера, Т. Р. Бехля ; пер. с англ. И. Андреев. – Киев : Олимп. лит., 2012. – 724 с.
13. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : Закон Респ. Беларусь от 4 янв. 2014 г., № 125-З : в ред. от 9 янв. 2018 г., № 92-З // iLex / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2023.
14. Парсаева, И. В. Пилатес для самостоятельных занятий студентов : учеб.-метод. пособие для студентов спец. мед. групп / И. В. Парсаева, Н. В. Гафинятова ; Поволж. гос. технолог. ун-т. – Йошкар-Ола : ПГТУ, 2015. – 32 с.

15. Патерсон, Дж. Система физических упражнений Пилатеса при дефектах осанки и последствиях заболеваний и травм : практ. рук. / Дж. Патерсон ; под ред. Ю. Дразниной ; пер. с англ. Н. И. Могилевской. – М. : БИНОМ, 2012. – 477 с.

16. Петров, М. Н. Современный бодибилдинг / М. Н. Петров. – Минск : Харвест, 2016. – 240 с.

17. Пилатес как средство физического воспитания студентов : метод. рекомендации / М-во образования Респ. Беларусь, Белорус. нац. техн. ун-т ; [сост. Н. Г. Демидович]. – Минск : БНТУ, 2014. – 93 с.

18. Робинсон, Л. Управление телом по методу Пилатеса : [пер. с англ.] / Л. Робинсон, Г. Томсон. – 3-е изд. – Минск : Попурри, 2006. – 128 с.

19. Спилио, К. Анатомия фитнеса / К. Спилио ; [пер. с англ. Т. А. Мисак]. – М. : Эксмо, 2019. – 165 с.

20. Струков, С. Основы фитнес тренировки 2.0 / С. Струков. – М. : [б. и.], 2015. – 502 с.

21. Теория и методика физического воспитания : учеб. для студентов вузов : в 2 т. / под ред. Т. Ю. Круцевич. – Киев : Олимп. лит., 2003. – Т. 2 : Методика физического воспитания различных групп населения. – 391 с.

22. Уайдер, Д. Бодибилдинг: фундам. курс / Д. Уайдер. – М. : Уайдер спорт-СУ, 1993. – 166 с.