

Товт В.А. Гимнастика и атлетическая подготовка/ Товт В.А. и др.
Учеб.пос.: Программированный курс по теоретической, методической и практической подготовке. - Спб.: ВИФК, 1999. – 346 с.

Учебное пособие подготовлено Товтом В.А. и коллективом авторов под редакцией А.Н. Кислого. Оно предназначено для курсантов и слушателей института физической культуры. Также может быть использовано для научно-педагогических работников и студентов высших учебных заведений.

В учебном пособии изложено содержание тематических планов с закодированной учебной информацией по теоретической, методической и практической подготовке по дисциплине гимнастика и атлетическая подготовка. Представлены целевая установка и содержание учебных занятий, их организация и методика проведения. Определены требования к контролю и оценке успеваемости курсантов и слушателей по гимнастике.

Также в пособии изложены общие вопросы теории и практики гимнастики как вида спорта и средства физического воспитания. К содержанию включены наиболее популярные атлетические упражнения. Представленная система проведения учебных занятий, их последовательность, структура и содержание. Показаны возможности гимнастики в решении проблемы развития физических качеств и формирования двигательных навыков. Содержатся организационные и методические рекомендации проведения соревнований общедоступной массовой гимнастики.

Учебное пособие состоит из 6 разделов и приложений. Издано пособие типографией Военного института физической культуры в Санкт-Петербург.