

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД
КРАСНОДАР СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 1

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
(ДЛЯ ТРЕНЕРОВ-ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ СШ, ССШ, СШОР)

ТОКАРЕВ ВИКТОР НИКОЛАЕВИЧ

тренер – преподаватель МБОУ ДО ССШ № 1 МО г. Краснодар

**ОСОБЕННОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ
ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ В СПОРТИВНОЙ
АКРОБАТИКЕ**

(НА ПРИМЕРЕ ЖЕНСКИХ ПАР)

Рецензент:
КПН, доцент кафедры ТиМ гимнастики
ФГБ ОУ ВО КГУФКСТ
Н.В.Береславская

Краснодар 2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
1 МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ В СПОРТИВНЫХ ВИДАХ ГИМНАСТИКИ	4
2 ОСОБЕННОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ В ЖЕНСКИХ АКРОБАТИЧЕСКИХ ПАРАХ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	12
2.1 Определение информативности тестов технической подготовленности акробатов высокой квалификации, специализирующихся в женских парах	12
2.2 Определение модельных характеристик технической подготовленности высококвалифицированных акробатов, специализирующихся в женских парах	16
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	19
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	21

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В современном мире спорт становится престижным родом деятельности, требующей постоянного совершенствования системы подготовки. Научное обоснование различных её аспектов выдвигает ряд ответственных задач, связанных с комплексным использованием эффективных методик совершенствования [5].

Достижение высоких результатов в современной спортивной акробатике теснейшим образом связано с целым рядом факторов и условий, важнейшими из которых является методика построения и управление системой спортивной подготовки. Одним из звеньев этого процесса является педагогический контроль, с помощью средств которого можно оценить эффективность тренировочной деятельности и прогнозировать спортивные достижения [9, 18].

В настоящее время создавшаяся конкуренция в спортивной акробатике предполагает лидерство таких «составов», которые в своих соревновательных программах смогут сочетать разноструктурную сложность элементов с филигранным исполнением и артистизмом. Поэтому высокий уровень технической подготовленности в спортивной акробатике должен способствовать созданию объективных предпосылок её дальнейшего совершенствования с целью демонстрации высококлассных соревновательных композиций [2, 3, 15, 17].

В этой связи с целью совершенствования учебно-тренировочного процесса в спортивной акробатике необходим дифференцированный подход в планировании и контроле технической подготовленности [16]. Знание же показателей педагогической оценки и квалифицированное их применение, позволит обеспечить контроль и последующую коррекцию процесса спортивной подготовки.

Цель исследования – разработать средства педагогического контроля технической подготовленности высококвалифицированных акробатов в женских парах.

Задачи исследования:

1. Разработать тестовые задания для оценки уровня технической подготовленности высококвалифицированных акробатов, специализирующихся в женских парах.
2. Определить взаимосвязь тестовых заданий с соревновательным результатом.
3. Определить модельные значения технической подготовленности акробатов высокой квалификации, специализирующихся в женских парах.

1 МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ В СПОРТИВНЫХ ВИДАХ ГИМНАСТИКИ

По мнению Н.Н. Пилюка с соавторами (2014) « ... под педагогическим контролем в физическом воспитании принято понимать совокупность средств, методов и методических приемов, позволяющих оценить состояние занимающихся с целью обоснованного управления (включая прогноз) развитием различных сторон подготовленности».

Применение средств педагогического контроля позволит тренеру получить информацию о продуктивности выбранной программы тренировки, о приобретенном состоянии спортсмена и применять её для определения уровня подготовленности, для выявления динамики развития спортивной формы и прогнозирования спортивных достижений, для оценки эффективности процесса спортивной подготовки [19].

Известно, что в соответствии с состоянием спортсмена выделяют три основных вида контроля [6, 7], каждый из которых, несет определенную информацию (Рисунок 1).

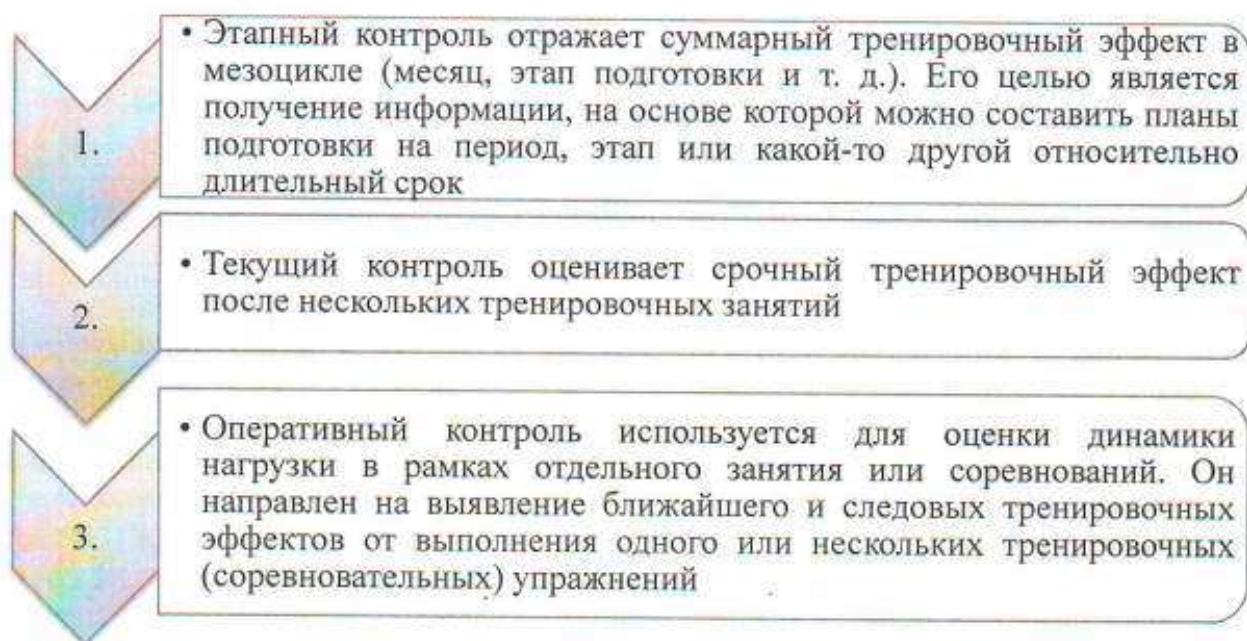


Рисунок 1 – Виды педагогического контроля

Основные задачи этапного контроля заключаются в определении изменений в состоянии спортсмена под воздействием относительно длительного периода тренировки, после чего разрабатывается стратегия подготовки в последующей структурной единице рассматриваемого процесса [7, 8].

Инструментами этапного контроля являются всесторонняя оценка уровня различных сторон подготовленности гимнастов, выявление недостатков и определение дальнейших резервов совершенствования. Для этого разрабатываются индивидуальные планы подготовки на период или макроцикл. В зависимости от особенности планирования, выбирается определенная частота проведения контрольных мероприятий, самой оптимальной из которых является проведение трехкратных обследований.

Программу этапного контроля рекомендуется комплектовать двумя блоками (Рисунок 2).

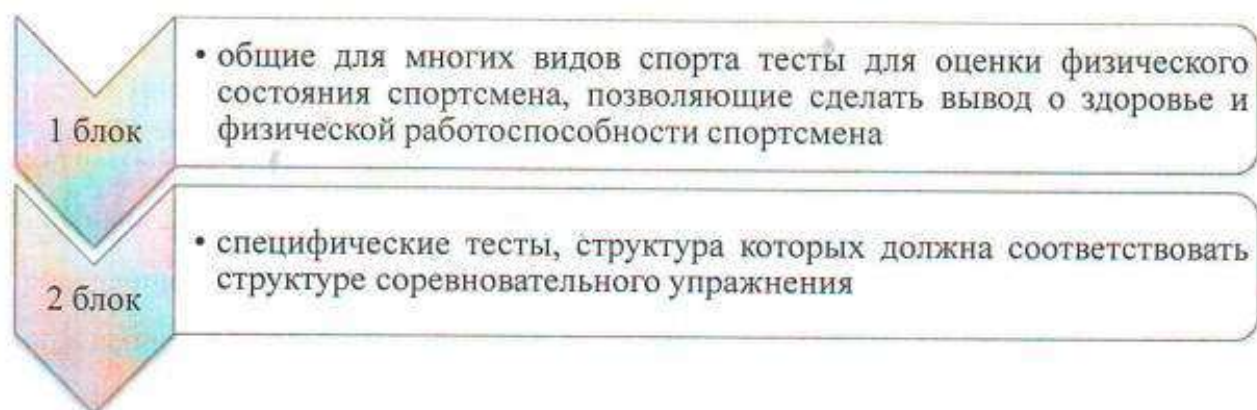


Рисунок 2 – Программа этапного контроля

Задачами текущего контроля являются:

- оценка реакций организма гимнаста на работу различной преимущественной направленности;
- определение процессов формирования утомления под влиянием нагрузок, находящихся в различных зонах объема и интенсивности;
- выявление особенностей взаимодействия разных по величине и направленности нагрузок в течение микроцикла;

- учет протекания процессов восстановления.

Учитывая перечисленные задачи в микроцикле, тренер может оптимизировать процесс тренировки или создать необходимые условия для развития компенсаторных механизмов. Накапливая информацию о применении различных схем нормирования нагрузок в микроциклах и их последствиях, тренер более рационально и обоснованно может планировать и распределять объем и содержание нагрузок [4]. Анализируя полученные показатели, следует обратить внимание на зависимость соревновательного результата с результатами, полученными в тестовых заданиях, а также установить динамику количественных показателей объема нагрузок за этап, выявить зоны нагрузок, что привело к повышению результативности как соревновательного результата, так и показателей работоспособности.

Оперативный контроль направлен на выявление ближайшего эффекта от выполнения соревновательной программы или упражнения, при этом оценивая качество выполнения, настрой и поведение. Его преимущественная направленность заключается в оптимизации подготовки за счет определенных комплексов упражнений, применение которых будет способствовать максимального уровня достижений.

Все перечисленные виды контроля должны применяться с соблюдением основных требований (Рисунок 3).

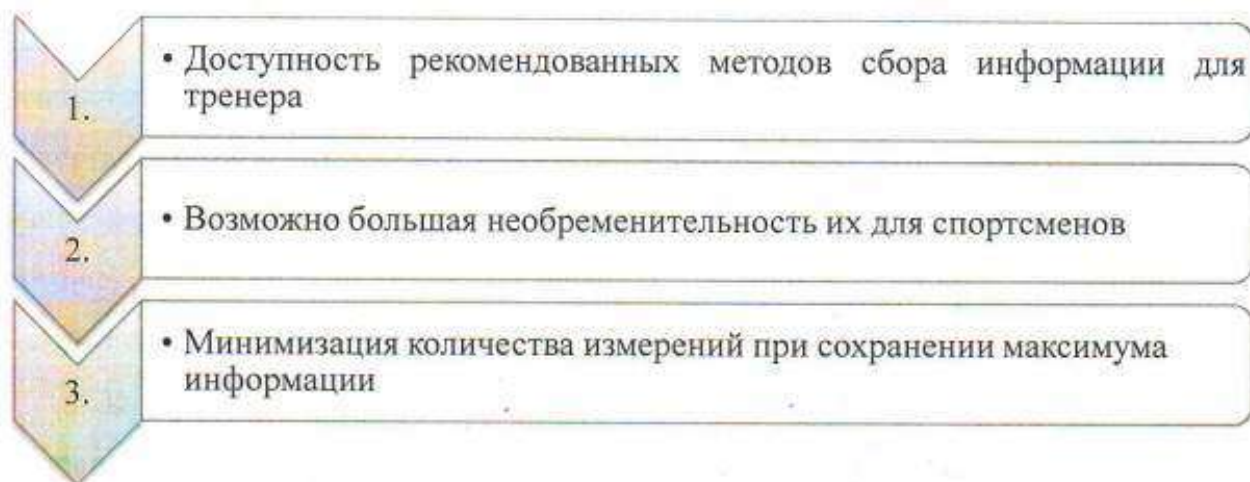


Рисунок 3 – Основные требования при проведении педагогического контроля

Чтобы определить уровень подготовленности гимнаста, необходимо провести тестирование или определить его по итогам участия в соревнованиях. Вышеупомянутыми специально проведенными мероприятиями можно определить показатели специальной физической подготовленности, технической подготовленности, психологического состояния и поведения.

Проконтролировать уровень специальной физической подготовленности можно с помощью оценивания основных физических качеств, которые и способностям. При этом допустимы варианты комплексного оценивания физической подготовленности при помощи разнообразных тестов, оценка уровня одного физического качества или оценка уровня одного из проявлений качества.

Для контроля технической подготовленности необходимо оценить количественную и качественную сторону техники выполнения соревновательных и тренировочных упражнений [5, 11]. Это оценка того, что умеет выполнять гимнаст и насколько он правильно их выполняет.

Первостепенной задачей успешного проведения педагогического контроля является рациональный подбор тестов (Рисунок 4).

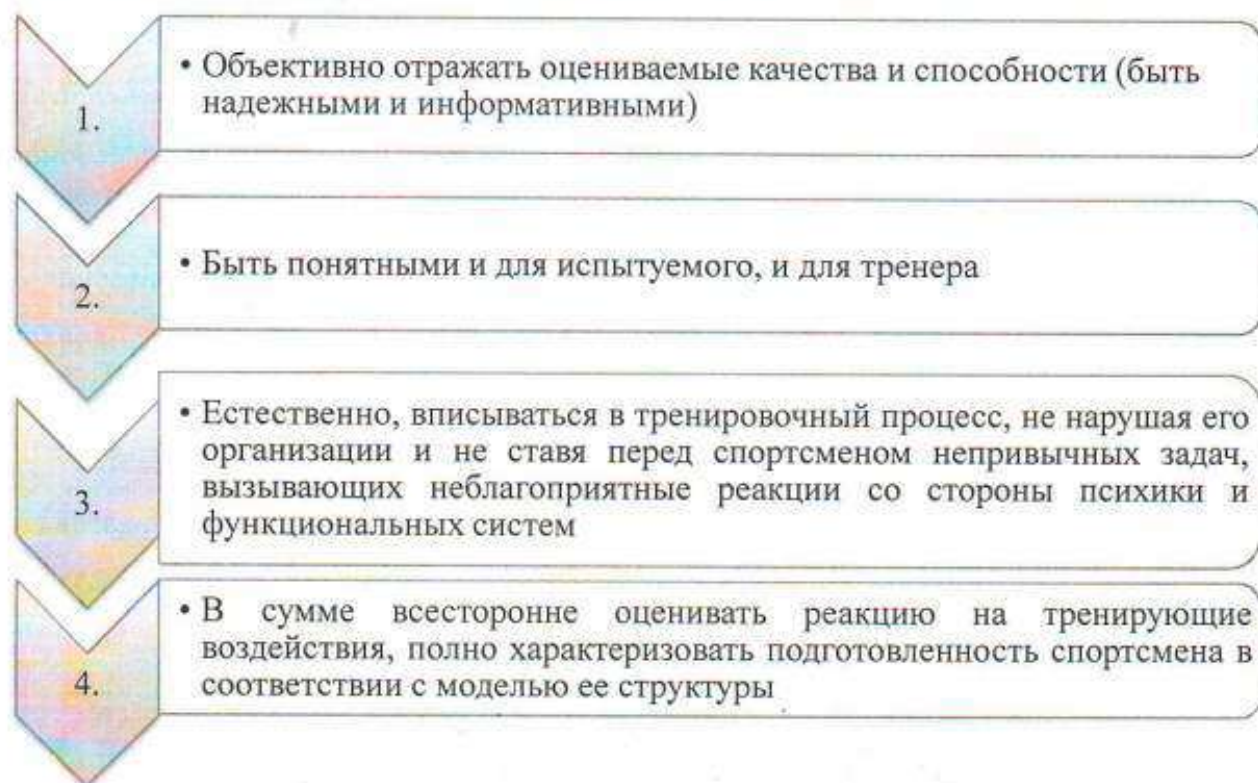


Рисунок 4 – Требования к тестовым заданиям

По мнению Н.Н. Пилюка с соавторами (2018) «... в практике спорта педагогический контроль является основным видом оценки состояния и готовности спортсмена к выполнению соревновательных упражнений. Этим целям служат показатели, получаемые путем объективной регистрации соревновательной деятельности и анализа ее состава (из каких элементов состоит) и структуры (как эти элементы связаны друг с другом)».

Основными направлениями обследования соревновательной деятельности являются (Рисунок 5).

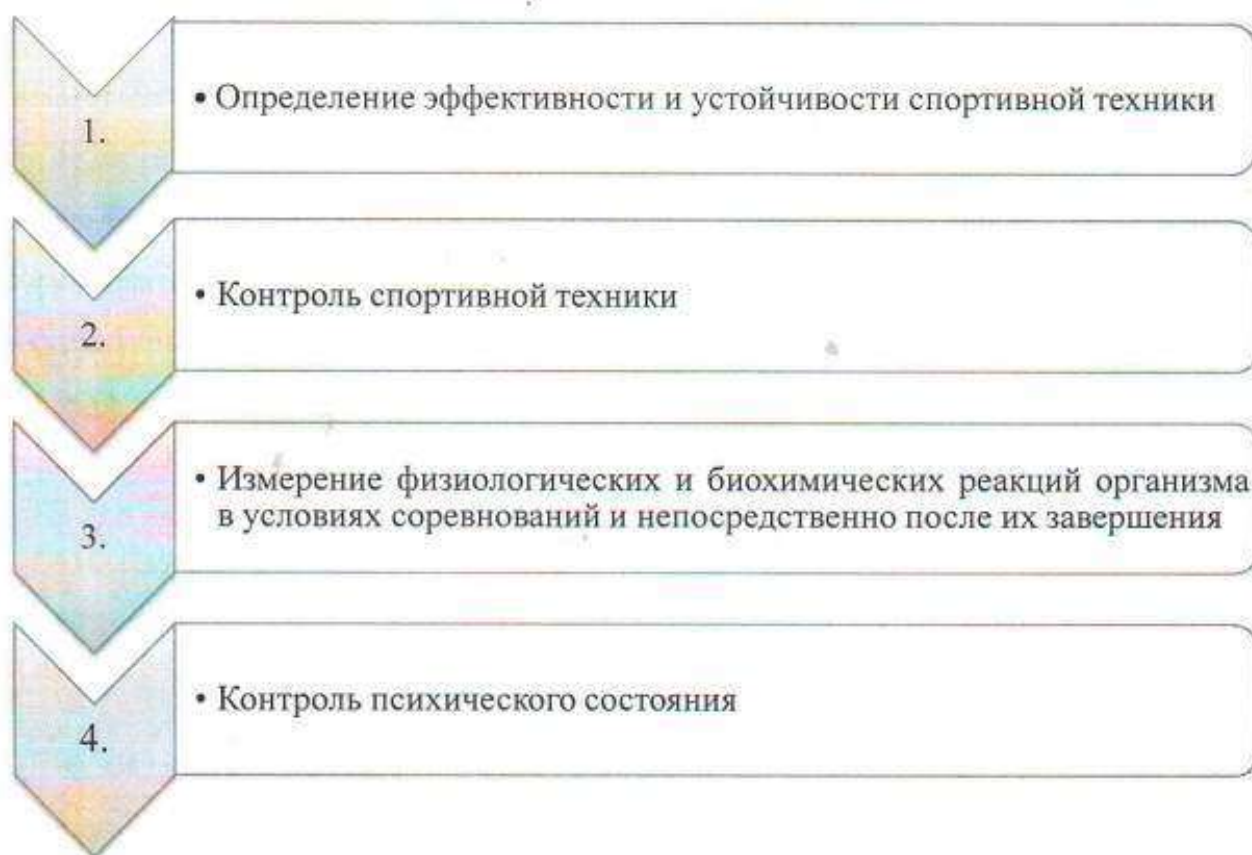


Рисунок 5 - Основные направления обследования соревновательной деятельности в гимнастике

Знание и квалифицированное применение показателей педагогической оценки, позволит обеспечить контроль и коррекцию процесса спортивной подготовки [12, 20, 22].

Таким образом, подготовка в гимнастике представляет собой процесс целесообразного использования всей совокупности факторов (средств, методов,

условий), позволяющих направленно воздействовать на развитие спортсмена и обеспечить необходимую степень его готовности к спортивным достижениям.

В современной спортивной практике широкое применение нашел комплексный контроль, проведение которого заключается в применении мероприятий организационного характера и методических приемов, направленных на определение уровня развития показателей, от которых зависит спортивные достижения.

Создание программы комплексного контроля для спортивной практики включает в себя следующие этапы (Рисунок 6).

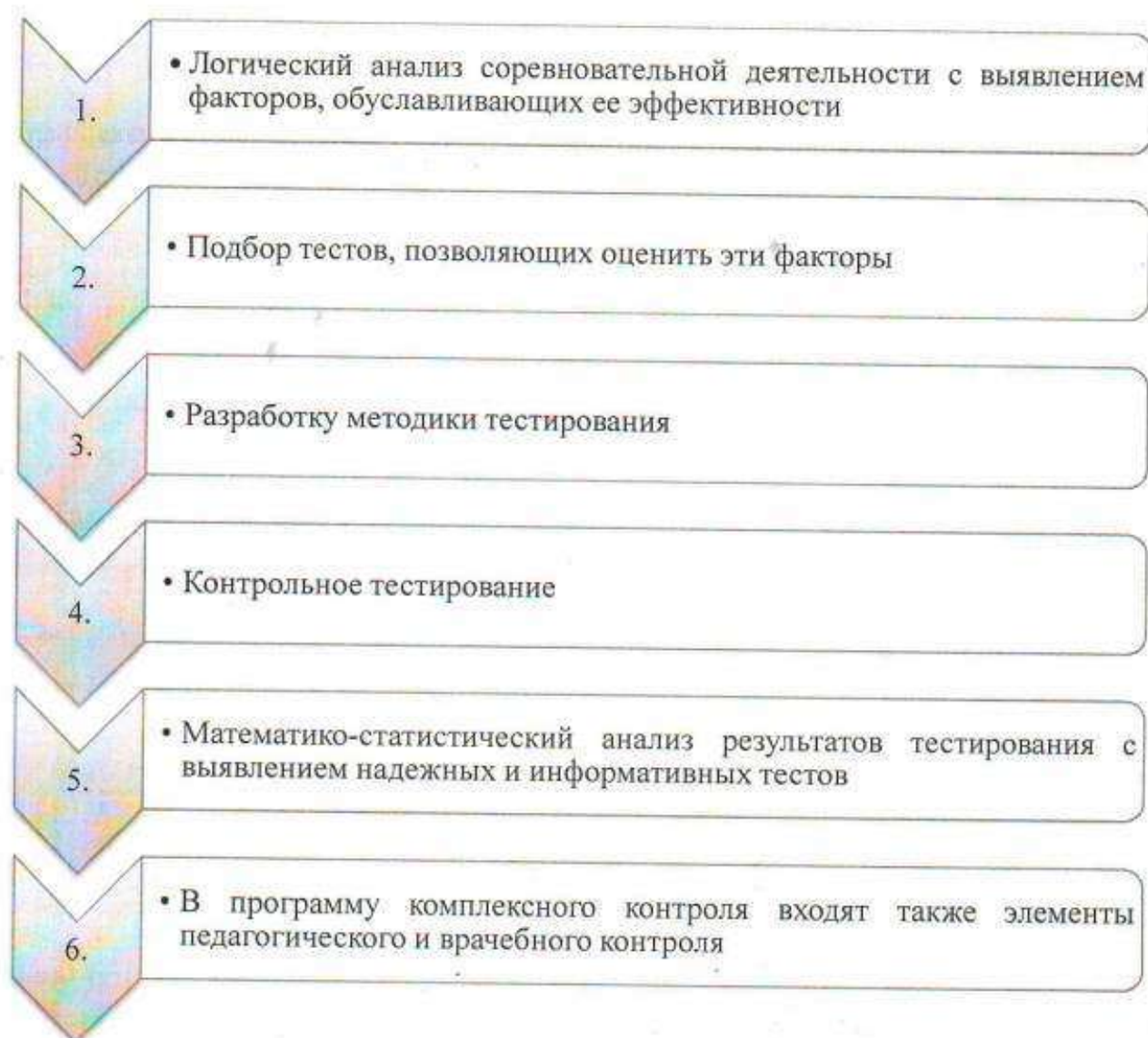


Рисунок 6 - Программа комплексного контроля в гимнастике

Таким образом, задачи педагогического контроля могут состоять в определении динамики нагрузок, уровня развитости физической, технической и психологической подготовленности гимнастов, выявлении возможности достижения запланированного результата, в оценки поведения. При этом основными методами являются систематическое педагогическое наблюдение и контрольные упражнения [5].

2 ОСОБЕННОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ В ЖЕНСКИХ АКРОБАТИЧЕСКИХ ПАРАХ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

2.1 Определение информативности тестов технической подготовленности акробатов высокой квалификации, специализирующихся в женских парах

По мнению Ю.К. Гавердовского и В.М. Смолевского (2014) « ... техническая подготовка охватывает не столько соревновательные упражнения, сколько специально отработанные и систематизированные упражнения, позволяющие заложить необходимую техническую базу перспективного технического совершенствования и являющиеся, таким образом, не целью, а средством технической подготовки».

В свете современных тенденций развития спортивной акробатики большинство тренеров успешное решение проблемы результативности спортивной деятельности высококвалифицированных спортсменов связывают с совершенствованием процесса технической подготовки, важным компонентом которого является педагогический контроль. Периодически сравнивая фактическое изменение контролируемых показателей с планируемыми, можно своевременно определить эффективность применяемых средств и методов и вносить коррективы в тренировочный процесс [6].

На этапе высшего спортивного мастерства основными средствами технической подготовки являются соревновательные упражнения и их тренировочные формы [1, 4, 14], при выполнении которых, во-первых, достигаются высокие и рекордные результаты; определяется предельный уровень адаптационных возможностей спортсмена. Во-вторых, сами соревновательные упражнения можно рассматривать как наиболее удобные и объективные наглядные модели резервных возможностей спортсменок.

Специально-подготовительные включают элементы соревновательных действий, их варианты, а также действия, имеющие существенное сходство с выполнением элементов и связок соревновательных комбинаций [13].

В этой связи в основе средств педагогического контроля технической подготовленности высококвалифицированных акробатов – представительниц женских пар должны находиться такие двигательные задания, которые формировались бы с учетом особенностей их соревновательной деятельности и определяющие уровень мастерства спортсменок.

Личный педагогический опыт, позволил нам определить тестовые задания для этапного контроля уровня технической подготовленности спортсменок и подвергнуть их математико-статистической обработке. В качестве основного критерия информативности выступал итоговый соревновательный результат, набранный на Чемпионате России 2024г.

Информативность тестов, характеризующих уровень технической подготовленности акробатов высокой квалификации, специализирующихся в женских парах, определялась на основе расчёта коэффициентов корреляции между результатами, полученными при оценки тестовых заданий технической подготовленности в соответствии со сбавками, представленными в таблице 1 и критерием информативности.

Таблица 1 – Сбавки при оценке технической подготовленности в спортивной акробатике

Невыполнение элемента	Искажение техники	Грубые ошибки	Значительные ошибки	Мелкие ошибки	Идеальное выполнение элемента
1б	0,5	0,3	0,2	0,1	0

Результаты корреляционного анализа представлены в таблице 2.

Таблица 2 - Информативность показателей технической подготовленности акробатов высокой квалификации, специализирующихся в женских парах (n=7)

Название теста	M± m	σ	r	p
Балансовое упражнение				
Из упора углом «вне» в прямых руках «Нижней» - стойка силой (балл)	9,3±0,1	0,26	0,75	p>0,05
Из положения стойки на руках переход «Верхней» в положение «коробочка» в прямых руках «Нижней» (балл)	9,44±0,2	0,58	0,79	p<0,05
Из упора углом «вне» в хвате «узкоручкой» в прямой руке «Нижней» - стойка силой (балл)	9,21±0,1	0,25	0,93	p<0,01
Из стойки ноги врозь правой / левой - опускание «Нижней» в шпагат «Верхняя» стойка на руках в хвате «узкоручкой» (балл)	9,13±0,2	0,44	0,95	p<0,01
Горизонтальный упор «Верхней» в прямых руках «Нижней» (балл)	9,07±0,2	0,46	0,94	p<0,01
Из упора углом «вне» в хвате «узкоручкой» - стойка силой в ноге «Нижняя» в мосте (балл)	9,23±0,15	0,38	0,95	p<0,01
Динамическое упражнение				
С согнутых рук «Нижней» - «Верхняя» сальто назад в группировке (4/4) в согнутые руки «Нижней» (балл)	8,95±0,06	0,15	0,75	p>0,05
«Верхняя» двойное сальто назад в группировке в соскок 8/4 с согнутых рук «Нижней» (балл)	9,14±0,05	0,45	0,97	p<0,01
«Верхняя» с «фуса» двойное сальто назад в группировке 8/4 (балл)	8,81±0,23	0,6	0,93	p<0,01
«Верхняя» с «фуса» сальто назад прогнувшись с поворотом на 360° 4/4 (балл)	9,33±0,06	0,15	0,78	p<0,05
С согнутых рук «Нижней» - «Верхняя» сальто назад прогнувшись с поворотом на 360° 4/4 (балл)	9,17±0,16	0,41	0,94	p<0,01
«Верхняя» 6/4 сальто вперед согнувшись накат в стойку на руках (балл)	9,13±0,17	0,43	0,95	p<0,01

Анализируя полученные значения коэффициента корреляции, установлено, что высокую степень информативности ($p < 0,01$) проявили следующие тестовые задания:

В балансовом упражнении - «Из упора углом «вне» в хвате «узкоручкой» в прямой руке «Нижней» - стойка силой» - переход в упор на локте др. в сторону поддержкой» $r = 0,93$, «Из стойки ноги врозь правой / левой - опускание «Нижней» в шпагат «Верхняя» стойка на руках в хвате «узкоручкой»» $r = 0,95$, «Горизонтальный упор «Верхней» в прямых руках «Нижней»» $r = 0,94$, «Из упора углом вне в хвате «узкоручкой» - стойка силой в ноге «Нижняя» в мосте» $r = 0,95$.

В динамическом упражнении - «Верхняя» двойное сальто назад в группировке в соскок 8/4 с согнутых рук «Нижней» $r = 0,97$, «Верхняя» с «фуса» двойное сальто назад в группировке 8/4 $r = 0,93$, «С согнутых рук «Нижней» - «Верхняя» сальто назад прогнувшись с поворотом на 360° 4/4» $r = 0,94$, ««Верхняя» 6/4 сальто вперед согнувшись накат в стойку на руках» $r = 0,95$.

Среднюю степень взаимосвязи ($p < 0,05$) с соревновательным результатом проявили следующие тестовые задания:

В балансовом упражнении – это «Из положения стойки на руках переход «Верхней» в положение «коробочка» в прямых руках «Нижней»» $r = 0,79$.

В динамическом упражнении – ««Верхняя» с «фуса» сальто назад прогнувшись с поворотом на 360° 4/4» $r = 0,78$.

Не проявили взаимосвязи ($p > 0,05$) с соревновательным результатом следующие тесты: «Из упора углом «вне» в прямых руках «Нижней» - стойка силой» $r = 0,75$ в балансовом упражнении и «С согнутых рук «Нижней» - «Верхняя» сальто назад в группировке (4/4) в согнутые руки «Нижней»» $r = 0,75$ в динамическом упражнении.

Таким образом, для контроля технической подготовленности акробатов высокой квалификации, специализирующихся в женских парах целесообразно применять двигательные задания, проявившие высокую степень взаимосвязи с соревновательным результатом на уровне $p < 0,01$:

- «Из упора углом «вне» в хвате «узкоручкой» в прямой руке «Нижней» - стойка силой» - переход в упор на локте др. в сторону поддержкой»
- «Из стойки ноги врозь правой / левой - опускание «Нижней» в шпагат «Верхняя» стойка на руках в хвате «узкоручкой»»
- «Горизонтальный упор «Верхней» в прямых руках «Нижней»»
- «Из упора углом вне в хвате «узкоручкой» - стойка силой в ноге «Нижняя» в мосте»
- «Верхняя» двойное сальто назад в группировке в соскок 8/4 с согнутых рук «Нижней»
- «Верхняя» с «фуса» двойное сальто назад в группировке 8/4
- С согнутых рук «Нижней» - «Верхняя» сальто назад прогнувшись с поворотом на $360^\circ 4/4$ » $r = 0,94$,
- «Верхняя» 6/4 сальто вперед согнувшись накат в стойку на руках» $r = 0,95$.

2.2 Определение модельных характеристик технической подготовленности высококвалифицированных акробатов, специализирующихся в женских парах

С целью обоснованного управления различными сторонами подготовленности акробатов, применяется педагогический контроль, который с помощью определенных средств, методов и методических приемов позволяет оценить состояние спортсменок и на основании полученных данных выстроить коррекционные мероприятия в стратегии подготовки на следующий мезоцикл.

Задача дальнейшего исследования заключалась в определении модельных характеристик технической подготовленности высококвалифицированных акробатов, которые позволят оценить их техническую подготовленность для дальнейшего совершенствования (Таблица 3).

Таблица 3 – Модельные значения технической подготовленности акробатов высокой квалификации, специализирующихся в женских парах (n=7)

Тесты \ Уровни развития	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий
	M-2σ	M-σ	M±0,5σ	M+σ	M+2σ
Балансовое упражнение					
«Из упора углом «вне» в хвате «узкоручкой» в прямой руке «Нижней» - «стойка силой» - переход в упор на локте др. в сторону поддержкой»	8,8 и <	8,9 – 9,0	9,1 – 9,3	9,4 – 9,5	9,6 -10,0
«Из стойки ноги врозь правой / левой - опускание «Нижней» в шпагат «Верхняя» стойка на руках в хвате «узкоручкой»»	8,2 и <	8,3 – 8,8	8,9 – 9,3	9,4 – 9,6	9,7 – 10,0
«Горизонтальный упор «Верхней» в прямых руках «Нижней»»	8,5 и <	8,6 – 8,7	8,8 – 9,3	9,4 – 9,5	9,6 – 10,0
«Из упора углом вне в хвате «узкоручкой» - стойка силой в ноге «Нижняя» в мосте»	8,7 и <	8,8 - 8,9	9,0 – 9,4	9,5 – 9,6	9,7 – 10,0
Динамическое упражнение					
«Верхняя» двойное сальто назад в группировке в соскок 8/4 с согнутых рук «Нижней»	8,6 и <	8,7 - 8,8	8,9 – 9,3	9,4 – 9,6	9,7 – 10,0
Верхняя» с «фуса» двойное сальто назад в группировке	8,1 и <	8,2 - 8,4	8,5 – 9,1	9,2 – 9,4	9,5 – 10,0
С согнутых рук «Нижней» - «Верхняя» сальто назад прогнувшись с поворотом на 360° 4/4	8,6 и <	8,7 – 8,9	9,0 – 9,4	9,4 – 9,6	9,7 - 10,0
«Верхняя» 6/4 сальто вперед согнувшись накат в стойку на руках»	8,6 и <	8,7 – 8,9	9,0 – 9,4	9,4 – 9,6	9,7 - 10,0

Таким образом, ориентируясь на полученные данные, можно не только выявить сильные и слабые стороны технической подготовленности конкретной женской пары, но и по отдельным параметрам прогнозировать возможности достижения тех или иных результатов.

Полученные значения каждого уровня развития технической подготовленности спортсменок, сориентируют тренера в выборе направленности средств совершенствования техники выполнения балансовых и динамических упражнений соревновательной программы.

Предложенные шкалы оценки технической подготовленности акробатов высокой квалификации, представительниц женских пар, нельзя рассматривать как полные и законченные. Они будут постоянно дополняться и совершенствоваться.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенные исследования, позволили определить особенности педагогического контроля технической подготовленности в женских акробатических парах и их взаимосвязь с соревновательным результатом:

1. Разработаны тестовые задания для оценки уровня технической подготовленности высококвалифицированных акробатов, специализирующихся в женских парах.

2. Установлено, что для контроля технической подготовленности акробатов высокой квалификации, специализирующихся в женских парах целесообразно применять двигательные задания, проявившие высокую степень взаимосвязи с соревновательным результатом на уровне $p < 0,01$:

- «Из упора углом «вне» в хвате «узкоручкой» в прямой руке «Нижней» - стойка силой» - переход в упор на локте др. в сторону поддержкой»
- «Из стойки ноги врозь правой / левой - опускание «Нижней» в шпагат «Верхняя» стойка на руках в хвате «узкоручкой»»
- «Горизонтальный упор «Верхней» в прямых руках «Нижней»»
- «Из упора углом вне в хвате «узкоручкой» - стойка силой в ноге «Нижняя» в мосте»
- «Верхняя» двойное сальто назад в группировке в соскок 8/4 с согнутых рук «Нижней»
- «Верхняя» с «фуса» двойное сальто назад в группировке 8/4
- С согнутых рук «Нижней» - «Верхняя» сальто назад прогнувшись с поворотом на 360° 4/4»,
- «Верхняя» 6/4 сальто вперед согнувшись накат в стойку на руках».

3. Определены модельные значения технической подготовленности акробатов высокой квалификации, специализирующихся в женских парах

(Таблица 3), позволяющие тренерам прогнозировать достижение определенных результатов.

В качестве практических рекомендаций тренерам, ведущим подготовку в женских парах спортивной акробатики, можно предложить разработанные модельные показатели (Таблица 3) уровня технической подготовленности высококвалифицированных акробатов для проведения оперативного и текущего контроля.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Береславская, Н.В. Результаты анкетирования тренеров о содержании технической подготовки акробатов высокой квалификации на этапе непосредственной подготовки к соревнованиям / Н.В. Береславская // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции, Краснодар, 11 февраля 2019 года. Том Часть 1. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2019. – С. 27-28.
2. Береславская, Н.В. Контроль технической подготовленности акробатов высокой квалификации в мужских групповых упражнениях на этапе непосредственной подготовки к соревнованиям / Н.В. Береславская // Ценности, традиции и новации современного спорта: Материалы II Международного научного конгресса. Том Часть 1. – Минск: Учреждение образования "Белорусский государственный университет физической культуры", 2022. – С. 61-64.
3. Береславская, Н. В. Совершенствование процесса технической подготовки акробатов высокой квалификации / Н. В. Береславская, Г. В. Пепеляева // Задачи и перспективы развития физической культуры и спорта в современных условиях : Материалы Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 100-летию образования государственного органа управления в сфере физической культуры и спорта, Кемерово, 14–15 сентября 2023 года / Науч. редактор С.Ю. Иванова. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2023. – С. 75-78.
4. Гавердовский, Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики: учебник в 2 т. – Т. 2 / Ю.К. Гавердовский, В.М. Смолевский. – М.: Советский спорт, 2014. – С. 64 - 127.
5. Индлер, Г.В. Организационно-методические основы управления подготовкой гимнастов: учебно-методическое пособие / Г.В. Индлер. – Минск. – 2004. – 73 с.

6. Жигайлова, Л.В. Контроль технической подготовленности в спортивной акробатике на этапе высшего спортивного мастерства / Л.В. Жигайлова, С.В. Шукшов, В.В. Тронеv // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. Материалы международной научно-практической конференции. - 2020. - С. 31-32.
7. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под. ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 3 – е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, 2007. – 464 с.
8. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты: Учеб. для вузов ФК / Л.П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М.: Сов. спорт, 2010. – 340с.
9. Научно-методический семинар: курс лекций / Н.Н. Пилюк, Л.В. Жигайлова, Г. М. Свистун, Н.В. Береславская, О.Ф. Барчо – КГУФКСТ: 2018. – С 72 - 79.
10. Профилированная теория и методика избранного вида спорта: курс лекций / сост. Н.Н. Пилюк, Л.В. Жигайлова, Г.М. Свистун, Н.В. Береславская, О.Ф. Барчо – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С 33 – 60.
11. Программа совершенствования технической подготовленности высококвалифицированных акробатов - представительниц женских групп, возрастной категории 13-19 лет / В.А. Кузьменко, Н.Н. Пилюк, Н.В. Береславская [и др.] // Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2022. – № 1. – С. 28-34.
12. Розин, Е.Ю. Некоторые теоретико-методологические аспекты этапного педагогического контроля физического состояния и подготовленности спортсменов: Теория и практика физической культуры / Е.Ю. Розин. – М.: Физкультура и спорт. – 2007. – № 11. – С. 41-43.
13. Садовский, Е. А. Компоненты структуры технической подготовки акробатов / Е. А. Садовская, В. А. Болобан // Теория и практика физической культуры. 2003. – № 9. – С. 19 – 23.
14. Свод правил по спортивной акробатике 2025-2028 (Утвержден Исполнительным комитетом ФИЖ, февраль 2025). – 67 с.
15. Скрипников, А.П. Особенности технической подготовки в спортивной акробатике / А.П. Скрипников // Сфера знаний: вопросы науки в интерпретации современного образовательного процесса: сборник научных трудов. – Казань:

2018. – С. 221-224.

16. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика): курс лекций для студентов 1-2 курса / Н.Н. Пилюк, Г.М. Свистун, Л.В. Жигайлова. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2012. – С. 117-136.
17. Техническая подготовка спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в спортивной акробатике / Н.Н. Пилюк, Л.В. Жигайлова, С.В. Шукшов, В.В. Тронеv // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2018. – № 1. – С. 59-60.
18. Тихомиров, А.К. К вопросу об управлении процессом подготовки спортсменов / А.К. Тихомиров // На рубеже XXI века. Год 2003-й / Научный альманах МГАФК. – Малаховка, 2004. – Т. V. - С. 73-77.
19. Фискалов, В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: Учеб. для вузов / В.Д. Фискалов – М.: Сов. спорт, 2010. – С. 248 – 250.
20. Характеристика технических ошибок соревновательных программ акробатов / В.А. Кузьменко, Н.Н. Пилюк, Н.В. Береславская [и др.] // Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2021. – № 4. – С. 14-18.
21. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К.Холодов, В.С. Кузнецов. - 5 – е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2007. - 480 с
22. Шпакова, В.А. Особенности современной технической подготовки парно-групповых акробатов / В.А. Шпакова, А.А. Лебедева // Физическая культура, спорт, здоровье и долголетие: Сборник материалов одиннадцатой международной научной конференции, Ростов-на-Дону, 05–08 апреля 2022 года. – Ростов-на-Дону - Таганрог: Южный федеральный университет, 2022. – С. 113-119.