

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФГАОУ ВО «КАЗАНСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**Институт фундаментальной медицины и биологии**

---

**Р.Р. Абзалов, Н.И. Абзалов, Р.А. Абзалов**

**Методика проведения в вузе  
комплексных занятий по гимнастике**

*Учебно-методическое пособие*

**Казань  
2022**

**УДК 796.012**

**ББК 75.1я73**

Печатается по решению кафедры теории и методики физической культуры,  
спорта и лечебной физической культуры,  
Ученого совета Института фундаментальной медицины и биологии  
Казанского федерального университета

**Научный редактор:**

**В.И.Максимов** – д.б.н., профессор, профессор кафедры физиологии, фармакологии и токсикологии Московской государственной академии ветеринарной медицины и биотехнологии им. К.И.Скрябина

**Рецензенты:**

**Ю.С.Ванюшин** – д.б.н., профессор, профессор кафедры теории и методики лыжного спорта Поволжского государственного университета физической культуры, спорта и туризма г.Казань

**О.П.Панфилов** - д.б.н., профессор, профессор кафедры теории и методики физической культуры и спорта Тульского государственного педагогического университета

**Абзалов Р.Р.**

**Методика проведения в вузе комплексных занятий по гимнастике:**  
учебно-методическое пособие / Р.Р. Абзалов, Н.И. Абзалов, Р.А. Абзалов. –  
Казань: изд-во «Вестфалика», 2022. – 46с.

В учебно-методическом пособии рассматриваются вопросы содержания и методики проведения комплексных занятий с использованием систем гимнастических упражнений. Внедрение в учебный процесс инновационных оздоровительных технологий повысит мотивацию студентов к регулярным занятиям по физической культуре и разнообразит программу, как учебных занятий, так и вариативной (факультативной) части учебного процесса.

Предназначено для студентов, изучающих дисциплины: «Физическая культура и спорт» и «Элективные курсы по физической культуре и спорту», всех форм обучения и профилей подготовки, а так же для преподавателей вузов и спортивных специалистов.