

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П.Астафьева»
(КГПУ им. В.П.Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина
Кафедра теоретических основ физического воспитания

ВЕБЕР КАТАРИНА АЛЕКСАНДРОВНА

НАУЧНЫЙ ДОКЛАД

об основных результатах подготовленной научно-квалификационной работы

**ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФИТНЕС
ТРЕНИРОВОК ПО МЕТОДУ ПИЛАТЕСА С ПРИМЕНЕНИЕМ
СРЕДСТВ МИОФАСЦИАЛЬНОГО РЕЛИЗА ДЛЯ ЖЕНЩИН 36-55 ЛЕТ**

Направление подготовки 49.06.01. – физическая культура и спорт

Направленность (профиль) образовательной программы: «Теория и методика
физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и
адаптивной физической культуры»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

заведующий кафедрой

доктор пед. наук, профессор

Л.К. Сидоров

(подпись)

Руководитель программы подготовки

доктор пед. наук, профессор

Л.К. Сидоров

(подпись)

Научный руководитель

доктор пед. наук, профессор

Л.К. Сидоров

(подпись)

Красноярск 2020

Работа выполнена на кафедре теоретических основ физического воспитания, институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина, федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева».

Научный руководитель: доктор педагогических наук, профессор
Сидоров Леонид Константинович