



## Искусство. Искусствознание

1) Сысоева, Наталья Сергеевна.

**Академический рисунок** : учебное пособие / Н. С. Сысоева. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 92 с. — Библиогр.: с. 90. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44001.pdf>.

**Цена:** 370.00 руб. – ISBN 978-5-8038-2049-9.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки «Технология художественной обработки материалов». Профиль: «Технология художественной обработки драгоценных камней и металлов». Содержит методические и организационные рекомендации по курсу дисциплины «Академический рисунок» и методические рекомендации к выполнению практических заданий. Предназначено для студентов, изучающих дисциплину «Академический рисунок» в рамках подготовки бакалавров.

**Рубрики:** 1. Рисунок.

**Кл. слова:** композиция — линейная перспектива — рисование геометрических тел — форма — объем — пропорции — закон света и теней — тональный рисунок.

**ББК:** Ц154я73

**Инв. номера:** er-44001, 679649, 679650, 679651, 679652, 679653.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 06.05.2026. MFN 304265.

## Культура. Наука. Просвещение

1) Амбарцумян, Рима Агасовна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. "Спортивные игры. Баскетбол"** : методические указания по проведению практических занятий / Р. А. Амбарцумян ; Иркут. нац. исслед. техн. ун-т. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 33 с. — URL:

<http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44047.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета В методических указаниях представлена методика проведения практических занятий баскетболу, отражены правила игры, материальнотехническое обеспечение и техника игры в баскетбол, затронуты вопросы о положительном влиянии занятий баскетболом на организм студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, дана историческая справка возникновения и развития игры. Методические указания предназначены для методического обеспечения учебного процесса по баскетболу для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения)

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44047.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 13.05.2026. MFN 304316.

2) Амбарцумян, Рима Агасовна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные игры. Баскетбол"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (1с-264) / Р. А. Амбарцумян ; Иркут. нац. исслед. техн. ун-т. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 13 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44046.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС /ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. Методические указания по дисциплине «Спортивные игры. Баскетбол» включают поддержание уровня физической подготовленности, увеличение объема двигательной активности, совершенствование двигательных качеств, повышение функциональных возможностей организма, улучшение состояния здоровья, овладение методикой проведения самостоятельных занятий по физической культуре, овладение методами самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом. Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44046.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 13.05.2026. MFN 304315.

3) Амбарцумян, Рима Агасовна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные игры. Баскетбол"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40, 3с-32, 4с-32, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / Р. А. Амбарцумян ; Иркут. нац. исслед. техн. ун-т. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 26 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44043.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. В методических указаниях представлена методика проведения практических занятий баскетболу, отражены правила игры, материально-техническое обеспечение и техника игры в баскетбол, затронуты вопросы о положительном влиянии занятий баскетболом на организм студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, дана историческая справка возникновения и развития игры. Методические указания предназначены для методического обеспечения учебного процесса по баскетболу для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44043.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 12.05.2026. MFN 304312.

4) Амбарцумян, Рима Агасовна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные игры. Баскетбол"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-44, 3с-32, 4с-38, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / Р. А. Амбарцумян ; Иркут. нац. исслед. техн. ун-т. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 26 с. — Библиогр.: с. 6. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44044.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44044.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 12.05.2026. MFN 304313.

5) Амбарцумян, Рима Агасовна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные игры. Баскетбол/Sport games. Basketball"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40, 3с-34, 4с-28, 5с-17, 6с-14, 7с-17) / Р. А. Амбарцумян ; Иркут. нац. исслед. техн. ун-т. – Иркутск : ИРНТУ, 2026. – 26 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44045.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета В методических указаниях представлена методика проведения практических занятий баскетболу, отражены правила игры, материальнотехническое обеспечение и техника игры в баскетбол, затронуты вопросы о положительном влиянии занятий баскетболом на организм студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, дана историческая справка возникновения и развития игры. Методические указания предназначены для методического обеспечения учебного процесса по баскетболу для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики: 1.** Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44045.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 13.05.2026. MFN 304314.

6) Артемьева, Мария Александровна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Аэробика** : методические указания к практическим занятиям / М. А. Артемьева, Е. А. Койпышева ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНТУ, 2026. – 34 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44076.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС /ОС ИРНТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета В методических указаниях представлено современное оздоровительное направление – фитнес-аэробика. Описаны упражнения для формирования всесторонне физически развитой личности студентов, использующие средства фитнес-аэробики для укрепления и сохранения собственного здоровья, организации активного отдыха. Собрана и систематизирована информация о различных направлениях в аэробике, дана терминология базовых шагов и степ-аэробики, а также даны упражнения и программы силовой направленности. Составлены танцевальные зачетные комплексы разных стилей. Методические указания к выполнению практических занятий предназначены для преподавателей и обучающимся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.

**Рубрики: 1.** Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44076.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304479.

7) Векшина, Дарья Владимировна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные игры. Волейбол /Sport games Volleyball"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40, 3с-34, 4с-28, 5с-17, 6с-14, 7с-17) / Д. В. Векшина ; Иркут. нац. исслед. техн. ун-т. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 39 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44048.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. Методические указания по «Спортивные игры. Волейбол» включают поддержание уровня физической подготовленности, увеличение объема двигательной активности, совершенствование двигательных качеств, повышение функциональных возможностей организма, улучшение состояния здоровья, овладение методикой проведения самостоятельных занятий по физической культуре, овладение методами самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом. Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета.

**Рубрики: 1.** Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44048.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 13.05.2026. MFN 304435.

8) Векшина, Дарья Владимировна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные игры. Волейбол"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (1с-264) / Д. В. Векшина ; Иркут. нац. исслед. техн. ун-т. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 15 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44051.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. Методические указания по «Спортивные игры. Волейбол» включают поддержание уровня физической подготовленности, увеличение объема двигательной активности, совершенствование двигательных качеств, повышение функциональных возможностей организма, улучшение состояния здоровья, овладение методикой проведения самостоятельных занятий по физической культуре, овладение методами самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом. Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета.

**Рубрики: 1.** Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44051.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 13.05.2026. MFN 304441.

9) Векшина, Дарья Владимировна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные игры. Волейбол"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40, 3с-32, 4с-32, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / Д. В. Векшина ; Иркут. нац. исслед. техн. ун-т. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 39 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44049.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствует требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. Методические указания по «Спортивные игры. Волейбол» включают поддержание уровня физической подготовленности, увеличение объема двигательной активности, совершенствование двигательных качеств, повышение функциональных возможностей организма, улучшение состояния здоровья, овладение методикой проведения самостоятельных занятий по физической культуре, овладение методами самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом. Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44049.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 13.05.2026. MFN 304436.

10) Векшина, Дарья Владимировна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные игры. Волейбол"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-44, 3с-32, 4с-38, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / Д. В. Векшина ; Иркут. нац. исслед. техн. ун-т. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 39 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44050.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствует требованиям ФГОС ВО для всех направлений (ФГОС / ОС ИРНИТУ). Методические указания по «Спортивные игры. Волейбол» включают поддержание уровня физической подготовленности, увеличение объема двигательной активности, совершенствование двигательных качеств, повышение функциональных возможностей организма, улучшение состояния здоровья, овладение методикой проведения самостоятельных занятий по физической культуре, овладение методами самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом. Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44050.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 13.05.2026. MFN 304439.

11) Гальцев, Сергей Александрович.

**Физическая культура и спорт** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (для обучающихся по заочной форме обучения) / С. А. Гальцев, А. В. Малыхин ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 137 с. — Библиогр.: с. 7. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44052.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствуют требованиям ФГОС /ОС ИРНИТУ «Физическая культура и спорт» для всех специальностей специалитета и направлений подготовки бакалавриата (заочная форма обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44052.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 13.05.2026. MFN 304442.

12) Гальцев, Сергей Александрович.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Военно-прикладная физическая подготовка / Military-applied Physical Training"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40, 3с-34, 4с-28, 5с-17, 6с-14, 7с-17) / С. А. Гальцев ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 43 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44054.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС /ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. Методические указания по военно-прикладной физической подготовке включают комплексы упражнений, направленные на совершенствование силы, силовой выносливости, ловкости, быстроты и скоростно-силовых качеств, методы контроля уровня подготовленности (нормативы). Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44054.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 14.05.2026. MFN 304444.

13) Гальцев, Сергей Александрович.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Военно-прикладная физическая подготовка"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (1с-264) / С. А. Гальцев ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 16 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44053.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС /ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. Методические указания по военно-прикладной физической подготовке включают комплексы упражнений, направленные на совершенствование силы, силовой выносливости, ловкости, быстроты и скоростно-силовых качеств, методы контроля уровня подготовленности (нормативы). Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44053.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 14.05.2026. MFN 304443.

14) Гальцев, Сергей Александрович.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Военно-прикладная физическая подготовка"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40, 3с-32, 4с-32, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / С. А. Гальцев ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 44 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44055.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствует требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. Методические указания по военно-прикладной физической подготовке включают комплексы упражнений, направленные на совершенствование силы, силовой выносливости, ловкости, быстроты и скоростно-силовых качеств, методы контроля уровня подготовленности (нормативы). Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44055.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 14.05.2026. MFN 304445.

15) Гальцев, Сергей Александрович.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Военно-прикладная физическая подготовка. Рукопашный бой"** : методические указания к практическим занятиям / С. А. Гальцев ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 54 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44057.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствуют требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ по дисциплине «Военно-прикладная физическая подготовка. Рукопашный бой». Методические указания к выполнению практических занятий предназначены для преподавателей и обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44057.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 14.05.2026. MFN 304447.

16) Грицай, Елена Николаевна.

**Физическая культура и спорт/ Physical education and sports** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (1 семестр - 40 ч.) / Е. Н. Грицай, О. И. Кузьмина ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 287 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44059.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствуют требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ дисциплина «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ/ PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (очная форма обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44059.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 14.05.2026. MFN 304449.

17) Грицай, Елена Николаевна.

**Физическая культура и спорт** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (1 семестр - 40 ч.) / Е. Н. Грицай, О. И. Кузьмина ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 287 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44058.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ дисциплина «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (очная форма обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44058.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 14.05.2026. MFN 304448.

18) Грицай, Елена Николаевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Адаптивная физическая культура. Дартс** : методические указания к проведению практических занятий со студентами инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья / Е. Н. Грицай, Л. Ф. Наталевич ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – 2-е издание, переработанное и дополненное. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 22 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44062.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС /ОС ИРНИТУ по дисциплине «Адаптивная физическая культура. Дартс» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения). Методические указания могут быть использованы преподавателями и обучающимися по всем специальностям и направлениям подготовки в ВУЗе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт — Адаптивная физическая культура.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44062.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304465.

19) Грицай, Елена Николаевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания** : методические указания к проведению практических занятий / Е. Н. Грицай, Л. Ф. Наталевич, Л. Н. Просвирина ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – 2-е издание, исправленное и дополненное. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 21 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44065.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС /ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета Представлено описание часто встречающихся заболеваний органов дыхания, задачи и методика проведения лечебной физкультуры. Методические указания к выполнению практических занятий предназначены для преподавателей и обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт. 2. Лечебная физическая культура.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44065.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304468.

20) Грицай, Елена Николаевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Подвижные игры :** методические указания к проведению практических занятий / Е. Н. Грицай, Л. Ф. Наталевич, Л. Н. Просвирина ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – 2-е издание, исправленное и дополненное. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 63 с. — URL:

<http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44063.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Методические указания являются методической и теоретической информацией для студентов технического вуза по подвижным играм, в которых приводятся указания по развитию психофизической сферы личности студентов: двигательного и пространственного воображения, зрительной памяти, внимания, мышления, наблюдательности, дается их характеристика. В приложениях приводится наиболее полный перечень простых и доступных подвижных игр, рекомендуемых для развития психофизической сферы личности в процессе оздоровительной и учебной работы с методическими указаниями и наиболее часто встречающимися организационно-методическими ошибками, допускаемыми в процессе проведения игры. Методические указания к выполнению практических занятий предназначены для преподавателей и обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44063.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304466.

21) Грицай, Елена Николаевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Профилактика плоскостопия и формирование осанки у обучающихся III функциональной медицинской группы :** методические указания к проведению практических занятий / Е. Н. Грицай, Л. Н. Просвирина, О. И. Кузьмина ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – 2-е издание, исправленное и дополненное. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 33 с. — URL:

<http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44061.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС /ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. Методические указания посвящены профилактике и коррекции дефектов осанки и плоскостопия. Цель - помочь внедрить физические упражнения в процесс воспитания и в повседневную жизнь молодежи. Методические указания к проведению практических занятий предназначены для преподавателей и обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44061.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304464.

22) Грицай, Елена Николаевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Спортивные игры. Волейбол :** методические указания к проведению практических занятий по волейболу / Е. Н. Грицай ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – 2-е издание, исправленное и дополненное. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 74 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44064.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета В методических указаниях рассмотрены основы методики физической, технической и тактической подготовки по волейболу. С позиций системного подхода раскрывается содержание физической и технической подготовки. Методические указания предназначены для преподавателей и обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44064.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304467.

23) Демидов, Александр Геннадьевич.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Бокс / Boxing" :** методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40,3с-34,4с-28,5с-17,6с-14,7с-17) / А. Г. Демидов ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 33 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44069.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС ВО для всех направлений (ФГОС / ОС ИРНИТУ). Методические указания по «БОКС / Boxing» включают поддержание уровня физической подготовленности, увеличение объема двигательной активности, совершенствование двигательных качеств, повышение функциональных возможностей организма, улучшение состояния здоровья, овладение методикой проведения самостоятельных занятий по физической культуре, овладение методами самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом. Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44069.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304472.

24) Демидов, Александр Геннадьевич.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Бокс"** : методические указания для практических занятий / А. Г. Демидов ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 62 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44070.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ по всем специальностям и направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. В методических указаниях представлены организационно-методические рекомендации, направленные на освоение техники бокса на этапе начальной подготовки. Представлены выдержки из правил вида спорта бокс для студенческого возраста. Подробно описан раздел техники бокса. Рассмотрены боксерская стойка, передвижения, боевые дистанции и защитные действия, биомеханика ударных движений, средства, методы и принципы обучения, приведена примерная структура и содержание учебных занятий. Представлен фонд оценочных средств для контроля текущей успеваемости, промежуточной аттестации студента и примерный план по самостоятельной работе студента направленной на их физическое развитие. Методические указания по выполнению практических занятий предназначены для преподавателей и обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44070.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304473.

25) Демидов, Александр Геннадьевич.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Бокс"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (1с-264) / А. Г. Демидов ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 15 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44067.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС ВО для всех направлений (ФГОС / ОС ИРНИТУ). Методические указания по «БОКС» включают поддержание уровня физической подготовленности, увеличение объема двигательной активности, совершенствование двигательных качеств, повышение функциональных возможностей организма, улучшение состояния здоровья, овладение методикой проведения самостоятельных занятий по физической культуре, овладение методами самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом. Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44067.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304470.

26) Демидов, Александр Геннадьевич.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Бокс"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40,3с-32,4с-32,5с-16,6с-16,7с-16) / А. Г. Демидов ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНТУ, 2026. – 33 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44066.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС ВО для всех направлений (ФГОС / ОС ИРНТУ).

Методические указания по «БОКС» включают поддержание уровня физической подготовленности, увеличение объема двигательной активности, совершенствование двигательных качеств, повышение функциональных возможностей организма, улучшение состояния здоровья, овладение методикой проведения самостоятельных занятий по физической культуре, овладение методами самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом. Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44066.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304469.

27) Демидов, Александр Геннадьевич.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Бокс"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-44,3с-32,4с-38,5с-16,6с-16,7с-16) / А. Г. Демидов ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНТУ, 2026. – 33 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44068.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС ВО для всех направлений (ФГОС / ОС ИРНТУ). Методические указания по «БОКС» включают поддержание уровня физической подготовленности, увеличение объема двигательной активности, совершенствование двигательных качеств, повышение функциональных возможностей организма, улучшение состояния здоровья, овладение методикой проведения самостоятельных занятий по физической культуре, овладение методами самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом. Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44068.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304471.

28) Демидов, Александр Геннадьевич.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Методики спортивной тренировки в учебном процессе** : методические указания к практическим занятиям / А. Г. Демидов ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – 2-е издание, исправленное и дополненное. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 29 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44071.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета В работе представлены организационно-методические указания по организации учебного процесса с использованием методик спортивной тренировки. Раскрыты основные стороны спортивной тренировки, тренировочные нагрузки и функциональные эффекты. Методические указания предназначены для методического обеспечения учебного процесса по модулю «Элективные курсы по физической культуре и спорту» для обучающихся в соответствии с требованиями ФГОС ВО по всем специальностям и направлениям подготовки в ИРНИТУ.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44071.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304474.

29) Епифанова, Марина Георгиевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Адаптивная физическая культура. Дартс"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (1с-264) / М. Г. Епифанова ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 11 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44075.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствуют требованиям ФГОС/ ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Адаптивная физическая культура. Дартс» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44075.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304478.

30) Епифанова, Марина Георгиевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Адаптивная физическая культура. Дартс"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40, 3с-32, 4с-32, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / М. Г. Епифанова ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 23 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44072.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствуют требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Адаптивная физическая культура. Дартс» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44072.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304475.

31) Епифанова, Марина Георгиевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Адаптивная физическая культура. Дартс"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-44, 3с-32, 4с-38, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / М. Г. Епифанова ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 62 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44074.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация: Соответствуют требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Адаптивная физическая культура. Дартс» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).*

**Рубрики: 1.** Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44074.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304477.

32) Епифанова, Марина Георгиевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Адаптивная физическая культура. Дартс/ Adaptive Physical Education. Darts"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40, 3с-34, 4с-28, 5с-17, 6с-14, 7с-17) / М. Г. Епифанова ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 23 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44073.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация: Соответствуют требованиям ФГОС /ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Адаптивная физическая культура. Дартс /Adaptive Physical Education. Darts» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).*

**Рубрики: 1.** Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44073.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304476.

33) Койпышева, Елена Александровна (Физической культуры и спорта)

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Оздоровительный фитнес. Пилатес** : методические указания к проведению практических занятий / Е. А. Койпышева ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 52 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44077.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация: Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета В методических указаниях представлено современное оздоровительное направления фитнеса – пилатес. Описаны упражнения для формирования всесторонне физически развитой личности студентов, использующие ценности физической культуры и, в частности, средства оздоровительной фитнес-аэробики для укрепления и сохранения собственного здоровья, организации активного отдыха. Методические указания предназначены для преподавателей и обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.*

**Рубрики: 1.** Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44077.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304480.

34) Коновалова, Татьяна Геннадьевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные танцы"**  
: методические указания по выполнению самостоятельной работы (1с-264) / Т. Г. Коновалова ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 18 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44081.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Спортивные танцы» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44081.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304484.

35) Коновалова, Татьяна Геннадьевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные танцы"**  
: методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40,3с-32,4с-32,5с-16,6с-16,7с-16) / Т. Г. Коновалова ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 28 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44079.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Спортивные танцы» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44079.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304482.

36) Коновалова, Татьяна Геннадьевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные танцы"**  
: методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-44,3с-32,4с-38,5с-16,6с-16,7с-16) / Т. Г. Коновалова ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 28 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44078.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Спортивные танцы» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44078.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304481.

37) Коновалова, Татьяна Геннадьевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные танцы/Sport dance"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40,3с-34,4с-28,5с-17,6с-14,7с-17) / Т. Г. Коновалова ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 28 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44080.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Спортивные танцы / Sports dancing» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения)

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44080.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304483.

38) Коптева, Екатерина Николаевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Адаптивная физическая культура. Пилатес"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (1с-264) / Е. Н. Коптева ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 12 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44082.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Адаптивная физическая культура» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44082.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304485.

39) Коптева, Екатерина Николаевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Адаптивная физическая культура. Пилатес"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40, 3с-32, 4с-32, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / Е. Н. Коптева ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 30 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44086.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Адаптивная физическая культура» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44086.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304491.

40) Коптева, Екатерина Николаевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Адаптивная физическая культура. Пилатес"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-44, 3с-32, 4с-38, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / Е. Н. Коптева ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 30 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44084.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Адаптивная физическая культура» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44084.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304489.

41) Коптева, Екатерина Николаевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Адаптивная физическая культура. Пилатес/ Adaptive physical culture. Pilates"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40, 3с-34, 4с-28, 5с-17, 6с-14, 7с-17) / Е. Н. Коптева ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 30 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44085.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Адаптивная физическая культура» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44085.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304490.

42) Коптева, Екатерина Николаевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Стретчинг** : методические указания к практическим занятиям / Е. Н. Коптева ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 41 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44083.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета В методических указаниях к практическим занятиям описана методика стретчинга. Даны упражнения на все мышечные группы, направленные на развитие гибкости и оздоровления студентов. Методические указания к выполнению практических занятий предназначены для преподавателей и обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44083.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304486.

43) Кузнецова, Лариса Владимировна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Оздоровительная физическая культура"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-44, 3с-32, 4с-38, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / Л. В. Кузнецова ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 76 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44088.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствуют требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Оздоровительная физическая культура» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44088.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304494.

44) Кузнецова, Лариса Владимировна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Оздоровительная физическая культура"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40, 3с-32, 4с-32, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / Л. В. Кузнецова ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 77 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44087.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствуют требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Оздоровительная физическая культура» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44087.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304492.

45) Несмеянов, Андрей Иванович.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Атлетическая гимнастика"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40, 3с-32, 4с-32, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / А. И. Несмеянов ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 19 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44092.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствует требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. Методические указания по атлетической гимнастике включают поддержание уровня физической подготовленности, увеличение объема двигательной активности, совершенствование двигательных качеств, повышение функциональных возможностей организма, улучшение состояния здоровья, овладение методикой проведения самостоятельных занятий по физической культуре, овладение методами самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом. Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44092.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304498.

46) Несмеянов, Андрей Иванович.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Атлетическая гимнастика"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (1с-264) / А. И. Несмеянов ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНТУ, 2026. – 13 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44090.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС/ОС ИРНТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. Методические указания по атлетической гимнастике включают поддержание уровня физической подготовленности, увеличение объема двигательной активности, совершенствование двигательных качеств, повышение функциональных возможностей организма, улучшение состояния здоровья, овладение методикой проведения самостоятельных занятий по физической культуре, овладение методами самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом. Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44090.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304496.

47) Несмеянов, Андрей Иванович.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Атлетическая гимнастика"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-44, 3с-32, 4с-38, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / А. И. Несмеянов ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНТУ, 2026. – 19 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44091.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС/ОС ИРНТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. Методические указания по атлетической гимнастике включают поддержание уровня физической подготовленности, увеличение объема двигательной активности, совершенствование двигательных качеств, повышение функциональных возможностей организма, улучшение состояния здоровья, овладение методикой проведения самостоятельных занятий по физической культуре, овладение методами самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом. Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44091.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304497.

48) Несмеянов, Андрей Иванович.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Атлетическая гимнастика/ Athletic gymnastics"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40,3с-34,4с-28,5с-17,6с-14,7с-17) / А. И. Несмеянов ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 19 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44093.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине *Атлетическая гимнастика/ Athletic gymnastics* для всех специальностей БРИКС (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44093.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304500.

49) Оробей, Максим Николаевич.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Оздоровительная физическая культура"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (1с-264) / М. Н. Оробей ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 40 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44094.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине *«Оздоровительная физическая культура»* для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44094.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304501.

50) Оробей, Максим Николаевич.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Оздоровительная физическая культура/ Health-Improving Physical Education"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40, 3с-34, 4с-28, 5с-17, 6с-14, 7с-17) / М. Н. Оробей ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 76 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44095.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС /ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине *«Оздоровительная физическая культура/Health-Improving Physical Education»* для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я3

**Инв. номер:** ег-44095.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304503.

51) Пономарев, Александр Иванович.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные игры. Футбол"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40,3с-32,4с-32,5с-16,6с-16,7с-16) / А. И. Пономарев ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 26 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44098.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС/ ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Спортивные игры. Футбол» бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44098.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304506.

52) Пономарев, Александр Иванович.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные игры. Футбол"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-44, 3с-32, 4с-38, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / А. И. Пономарев ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 26 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44097.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Спортивные игры. Футбол» бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44097.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304505.

53) Пономарев, Александр Иванович.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные игры. Футбол/ Sport games. Football"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40, 3с-34, 4с-28, 5с-17, 6с-14, 7с-17) / А. И. Пономарев ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 26 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44099.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «дисциплина «Спортивные игры. Футбол/ Sport games. Football» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44099.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304507.

54) Пономарев, Александр Иванович.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Спортивные игры. Футбол** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (1с-264) / А. И. Пономарев ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНТУ, 2026. – 13 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44101.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствуют требованиям ФГОС/ ОС ИРНТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Спортивные игры. Футбол» для обучающихся по очной форме обучения.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44101.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304510.

55) Пономарев, Александр Иванович.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Мини-футбол** : методические указания к практическим занятиям по мини-футболу / А. И. Пономарев, М. Н. Оробей ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – 2-е издание, исправленное и дополненное. – Иркутск : ИРНТУ, 2026. – 49 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44096.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета Представлен начальный курс обучения по мини - футболу для студентов с изложением основ методики физической, технической, и тактической подготовки. С позицией системного подхода раскрывается содержание физической и технической подготовки. Методические указания могут быть использованы преподавателями и обучающимися по всем специальностям и направлениям подготовки в ВУЗе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44096.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304504.

56) Пономарев, Александр Иванович.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Спортивные игры. Футбол** : методические указания к проведению практических занятий по футболу. Технические приемы игры в футбол / А. И. Пономарев ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНТУ, 2026. – 49 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44100.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета Рассмотрена последовательность обучения игры в футбол с большим количеством наглядного материала. Описана техника и методика освоения основных технических приемов, необходимых для квалифицированной игры. Методические указания к проведению практических занятий по футболу предназначены для обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44100.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304509.

57) Рыбина, Людмила Дмитриевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Фитнес-технологии"**  
: методические указания по выполнению самостоятельной работы (1с-264) / Л. Д. Рыбина ;  
Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ,  
2026. – 12 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44104.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Фитнес-технологии» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44104.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304513.

58) Рыбина, Людмила Дмитриевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Фитнес-технологии"**  
: методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40,3с-32,4с-32,5с-16,6с-16,7с-16) / Л. Д. Рыбина ; Иркутский национальный исследовательский технический университет.  
– Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 24 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44103.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Фитнес-технологии» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44103.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304512.

59) Рыбина, Людмила Дмитриевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Фитнес-технологии"**  
: методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-44, 3с-32, 4с-38, 5с-16, 6с-16, 7с-16) / Л. Д. Рыбина ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 24 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44105.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Фитнес-технологии» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения).

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44105.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304516.

60) Рыбина, Людмила Дмитриевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Фитнес-технологии/ Fitness-technology"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40,3с-34,4с-28,5с-17,6с-14,7с-17) / Л. Д. Рыбина ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 24 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44102.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствуют требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ по дисциплине «Фитнес-технологии / Fitness-technology» для всех специальностей и направлений подготовки бакалавриата и специалитета (обучающихся по очной форме обучения)

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44102.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304511.

61) Рыбина, Людмила Дмитриевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Йога как средство оздоровительной аэробики в физическом воспитании обучающихся** : методические указания к практическим занятиям / Л. Д. Рыбина ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 48 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44107.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета В методическом указании к практическим занятиям описана система йоги, как средство оздоровительной аэробики в физическом воспитании обучающихся. Предлагаются комплексы упражнений на все мышечные группы, направленные на развитие физических качеств и оздоровления студентов университета основной и подготовительной функциональных групп. Методические указания к практическим занятиям могут быть использованы как преподавателями, так и предназначены для студентов, обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44107.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304518.

62) Рыбина, Людмила Дмитриевна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Фитнес-технологии** : методические указания к практическим занятиям / Л. Д. Рыбина, Е. А. Койпышева ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 40 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44106.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета В методических указаниях представлено современное направление – фитнес-технологии. Описаны упражнения для формирования всесторонне физически развитой личности студентов, использующие средства фитнестехнологии для укрепления и сохранения собственного здоровья, организации активного отдыха. Собрана и систематизирована информация о различных направлениях фитнес-технологии, дана терминология степаэробики, представлены упражнения и программы силовой направленности, а также стретчинг и система пилатеса. Методические указания к выполнению практических занятий предназначены для преподавателей и обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я72

**Инв. номер:** ег-44106.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304517.

63) Яловенко, Ольга Викторовна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Общая физическая подготовка"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (1с-264) / О. В. Яловенко, М. Ю. Кривенков ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 17 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44110.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС /ОС ИРНИТУ. Методические указания по общей физической подготовке включают комплексы упражнений для развития силы, выносливости, гибкости, скорости и координации, методы контроля уровня подготовленности (нормативы). Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44110.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304521.

64) Яловенко, Ольга Викторовна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Общая физическая подготовка"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40,3с-32,4с-32,5с-16,6с-16,7с-16) / О. В. Яловенко, М. Ю. Кривенков ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 46 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44109.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствует требованиям ФГОС /ОС ИРНИТУ. Методические указания по общей физической подготовке включают комплексы упражнений для развития силы, выносливости, гибкости, скорости и координации, методы контроля уровня подготовленности (нормативы). Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44109.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304520.

65) Яловенко, Ольга Викторовна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Общая физическая подготовка"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-44,3с-32,4с-38,5с-16,6с-16,7с-16) / О. В. Яловенко, М. Ю. Кривенков ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 46 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44111.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствует требованиям ФГОС/ОС ИРНИТУ. Методические указания по общей физической подготовке включают комплексы упражнений для развития силы, выносливости, гибкости, скорости и координации, методы контроля уровня подготовленности (нормативы). Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44111.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304522.

66) Яловенко, Ольга Викторовна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Дисциплина "Общая физическая подготовка/ General Physical Training"** : методические указания по выполнению самостоятельной работы (2с-40,3с-34,4с-28,5с-17,6с-14,7с-17) / О. В. Яловенко, М. Ю. Кривенков ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 45 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44112.pdf>.

Цена: 0.00 руб.

*Аннотация:* Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ. Методические указания по общей физической подготовке включают комплексы упражнений для развития силы, выносливости, гибкости, скорости и координации, методы контроля уровня подготовленности (нормативы). Методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для обучающихся по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44112.

Имеется электронный экземпляр.

Введено: Харитонкина 15.05.2026. MFN 304524.

67) Яловенко, Ольга Викторовна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Легкая атлетика** : методические указания к проведению практических занятий по легкой атлетике / О. В. Яловенко, Л. Н. Просвирина ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – 2-е издание, исправленное и дополненное. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 29 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44108.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. В методических указаниях представлены методики обучения технике легкоатлетических упражнений. Рассмотрены популярные виды легкой атлетике: спортивная ходьба, бег на короткие, средние и длинные дистанции, метание мяча, с подробным разбором основных ошибок в технике выполнения и способами их устранения. Методические указания предназначены для преподавателей и обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44108.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304519.

68) Яловенко, Ольга Викторовна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Лыжная подготовка** : методические указания к проведению практических занятий по лыжной подготовке. Техники классических лыжных ходов / О. В. Яловенко ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 44 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44114.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета. Рассмотрены вопросы выбора, подготовки одежды и инвентаря к проведению занятий по лыжной подготовке. Описаны техники основных классических лыжных ходов, изложена методика их освоения. Методические указания адресованы обучающимся и любителям лыжного спорта. Методические указания к выполнению практических занятий по лыжной подготовке предназначены для преподавателей и обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** ег-44114.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304526.

69) Яловенко, Ольга Викторовна.

**Элективные курсы по физической культуре и спорту. Общая физическая подготовка в вузе** : методические указания к выполнению практических занятий по общефизической подготовке / О. В. Яловенко ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 44 с. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44113.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** Соответствует требованиям ФГОС / ОС ИРНИТУ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета Методические указания являются методической и теоретической информацией для обучающихся технического вуза возрастной группы 17- 25 лет по общей физической подготовке и воспитанию физических качеств. Они раскрывают методику развития силы, гибкости, быстроты, выносливости, координации и других производных качеств. Приведены комплексы упражнений с иллюстрациями. Методические указания к выполнению практических занятий по общефизической подготовке предназначены для преподавателей и обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44113.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 15.05.2026. MFN 304525.

70) **Элективные курсы по физической культуре и спорту. Физическая культура для обучающихся с ослабленным здоровьем** : методические указания к проведению практических занятий / Е. Н. Грицай, Л. Ф. Наталевич, Л. Н. Просвирина, Н. М. Ощерина ; под общей редакцией Е. Н. Грицай ; Иркутский национальный исследовательский технический университет. – 2-е издание, исправленное и дополненное. – Иркутск : ИРНИТУ, 2026. – 53 с. — Библиогр.: с. 51. — URL: <http://elib.istu.edu/viewer/view.php?file=/files3/er-44060.pdf>.

**Цена:** 0.00 руб.

**Аннотация:** В методических указаниях «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Физическая культура для обучающихся с ослабленным здоровьем» к проведению практических занятий, обучающихся с ослабленным здоровьем рассмотрены вопросы, связанные с организацией традиционных форм физического воспитания. Подобраны комплексы упражнений с учетом наиболее часто встречающихся в молодом возрасте хронических заболеваний. Методические указания предназначены для преподавателей и обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки в вузе.

**Рубрики:** 1. Физическая культура и спорт.

**ББК:** Ч51я73

**Инв. номер:** er-44060.

Имеется электронный экземпляр.

**Введено:** Харитонкина 14.05.2026. MFN 304450.

*Всего: 71 док.*

*В списке показаны только вновь поступившие экземпляры документов. Более подробные сведения можно получить с помощью электронного каталога.*

*Замечания и предложения по улучшению Бюллетеня  
присылайте на e-mail: [library@istu.edu](mailto:library@istu.edu)*