

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Самарская государственная сельскохозяйственная академия»

С. Н. Блинков
В. А. Мезенцева
С. Е. Бородачева

ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Учебное пособие

Кинель 2018

ББК 75 я 7
УДК 796/799 (075)
Б69

Рецензенты:

канд. пед. наук, доцент, зав. кафедрой «Физическое воспитание и спорт»
ФГБОУ ВО Самарского ГУПС

И. А. Васельцова;

канд. пед. наук, доцент, зав. кафедрой «Педагогика, философия
и история» ФГБОУ ВО Самарской ГСХА

Д. В. Романов

Блинков, С. Н.

Б69 Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / С. Н. Блинков, В. А. Мезенцева, С. Е. Бородачева. – Кинель : РИО СГСХА, 2018. – 161 с.

ISBN 978-5-88575-500-9

В учебном пособии представлено содержание и методика учебных занятий по элективным курсам по физической культуре и спорту. Рассматриваются вопросы реализации методических подходов проведения занятий с обучающимися по общей физической подготовке, легкой атлетике, баскетболу, волейболу и футболу. Материал изложен в соответствии с требованиями Федерального Государственного образовательного стандарта.

Предназначено для подготовки студентов всех форм обучения, направлений и профилей подготовки сельскохозяйственного вуза к зачету по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту», для преподавателей образовательных учреждений высшего образования, ведущих дисциплины: «Элективные курсы по физической культуре и спорту», «Физическая культура и спорт». Пособие также может быть полезно специалистам по физической культуре и спорту образовательных организаций общего образования и профессиональных организаций.

ISBN 978-5-88575-500-9

**ББК 75 я 7
УДК 796/799 (075)**

© Блинков С. Н., Мезенцева В. А., Бородачева С. Е., 2018
© ФГБОУ ВО Самарская ГСХА, 2018

ПРЕДИСЛОВИЕ

Элективные курсы по физической культуре и спорту как учебная дисциплина выполняет в высшей школе важную социальную роль, способствует подготовке высококвалифицированных специалистов к трудовой деятельности по программе «бакалавр» и «специалист».

Преподаватели физической культуры, укрепляя здоровье студентов, занимаясь повышением их физической и спортивной подготовленности, формируя у студентов знания, умения и навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями, а также навыки инструктора и спортивного судьи, тем самым решают задачу формирования общекультурной компетенции – способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Наряду с этим решается важная задача – внедрение физической культуры в повседневную жизнь студенческой молодежи и, тем самым способствуя укреплению и сохранению здоровья, как основополагающего фактора развития человеческого капитала обучающихся.

Элективные курсы по физической культуре и спорту должны способствовать формированию активной жизненной позиции будущих специалистов, способствовать воспитанию людей неравнодушных, обладающих высокими гражданскими качествами, умеющих качественно и производительно работать, готовых, если понадобится, к защите страны.

Кафедры физической культуры и спортивные клубы вузов призваны воспитывать у студентов глубокое чувство ответственности за состояние их здоровья и физической подготовленности, потребность в физическом и нравственном совершенствовании, развивать моральные качества, готовность к выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

Выпускники вузов должны не только сами в условиях производства и самостоятельно регулярно заниматься физической культурой и спортом, но и быть умелыми организаторами массовой физкультурной и спортивной работы в своих коллективах, широко и активно использовать физическую культуру и спорт в профессиональной деятельности. Не менее важно привить обучающимся знания по использованию средств физической культуры