



Министерство сельского хозяйства
Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение
высшего образования
«Самарский государственный
аграрный университет»

Кафедра «Физическая культура и спорт»

В. А. Мезенцева

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Методические указания

Кинель
ИБЦ Самарского ГАУ
2021

ББК 75.5
УДК 796
М74

Мезенцева, В. А.

М74 Подвижные игры : методические указания / В.А. Мезенцева, –
Кинель : ИБЦ Самарского ГАУ, 2021. – 23 с.

Методические указания написаны в соответствии с рабочей программой для обучающихся всех направлений и специальностей по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры». В методических указаниях изложена методика преподавания подвижных игр. Рассмотрены игры с предметами и без предметов, развивающие основные физические и психические качества обучающихся. Дан материал по используемым на занятиях подвижным играм, подводящим к видам спорта (баскетбол, волейбол, легкая атлетика).

© ФГБОУ ВО Самарский ГАУ, 2021
© Мезенцева В. А., 2021

Предисловие

Целью методических указаний является содействие развитию физических качеств обучающихся, формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья, активного отдыха и досуга посредством подвижных игр на занятиях физической культуры. Повышение у обучающихся интереса к физической культуре и спорту и достижение высоких результатов. Повышение уровня знаний в области физической культуры и спорта.

В методических указаниях в доступной форме изложены вопросы теории подвижных игр, значение игры в жизни человека и общества, понятие об игровой деятельности, место подвижных игр в педагогической деятельности.

При создании методических указаний использованы разработки ведущих специалистов по теории и практике подвижных игр.

Играя в грамотно и планомерно подобранные преподавателем специализированные или вспомогательные подвижные игры, обучающиеся овладевают умениями быстрее и лучше мыслить, анализировать складывающуюся обстановку, укрепляют свое здоровье и совершенствуют функциональные возможности организма, осваивают актуальные способы физкультурной деятельности с общеприкладной и спортивно-рекреационной направленностью учебного предмета.

Для повышения общей результативности проводимых занятий рекомендуемые игры составлены таким образом, что их практическое проведение осуществляется преимущественно так, когда одновременно играют все занимающиеся. А само содержание игры, может легко и оперативно варьироваться – усложняться или упрощаться по усмотрению преподавателя, исходя из конкретно складывающейся учебной ситуации.

Таким образом, подвижные игры и эстафеты играют значительную роль в процессе профессионального образования студенческой молодежи, воспитывая основные физические и жизненно важные качества необходимые будущим специалистам.