

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Колин Андрей Дмитриевич  
Должность: ректор  
Дата подписания: 26.11.2024 14:38:10  
Уникальный программный ключ:  
f6c6d686f0c899fdf76a1ed8b448452ab8cac6fb1af6547b6d40cdf1bdc60ae2

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПРИМОРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНО-  
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)  
Методические указания для практических занятий и самостоятельной работы  
обучающихся по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование  
(с двумя профилями подготовки)

*Электронное издание*

Уссурийск 2023

Скрынник О.В. Физическая культура и спорт (элективная дисциплина): методические указания для практических занятий и самостоятельной работы обучающихся по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) [Электронный ресурс]: / сост. О.В. Скрынник; ФГБОУ ВО Приморский ГАТУ. – Электрон. текст. дан. – Уссурийск: ФГБОУ ВО Приморский ГАТУ, 2023. – 19 с. – Режим доступа: [www.de.primacad.ru](http://www.de.primacad.ru)

Методические указания составлены в соответствии с учебным планом и рабочей программой дисциплины (модуля) Физическая культура и спорт (элективная дисциплина). Включают общие методические указания по освоению дисциплины (модулю), материалы для практических занятий, материалы для самостоятельной работы, список литературы. Предназначены для обучающихся по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

*Электронное издание*

Издается по решению методического совета ФГБОУ ВО Приморский ГАТУ

## СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. Общие методические указания по освоению дисциплины (модуля).....	4
РАЗДЕЛ 2. Методические рекомендации по изучению разделов дисциплины.....	8
РАЗДЕЛ 3. Материалы для самостоятельной работы.....	10
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	17

## **РАЗДЕЛ 1. Общие методические указания по освоению дисциплины (модуля)**

### **1.1. Цели и задачи дисциплины (модуля)**

**Цель** освоения дисциплины (модуля): формирование физической культуры личности, умений и навыков направленного использования разнообразных средств и технологий здоровьесбережения, физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки к жизни и профессиональной деятельности.

**Задачи** освоения дисциплины (модуля):

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;

- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность обучающегося к будущей профессии;

- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате изучения дисциплины (модуля) обучающийся должен:

**Знать:**

- способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7.1.);

- правила соблюдения норм здорового образа жизни (УК-7.2.).

**Уметь:**

- использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности (УК-7.1.);

- применять здоровьесберегающие технологии обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7.2.).

## Содержание разделов (модулей) дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела
1.	Раздел 1. Легкая атлетика	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обучение технике низкого старта;</li> <li>- бег на короткие дистанции;</li> <li>- обучение стартовому ускорению в беге на короткие дистанции;</li> <li>- обучение финишированию в беге на короткие дистанции;</li> <li>- обучение технике высокого старта;</li> <li>- обучение технике бега по прямой;</li> <li>- обучение технике бега на средние дистанции;</li> <li>- обучение технике бега на длинные дистанции;</li> <li>- обучение технике эстафетного бега;</li> <li>- обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги»;</li> <li>- обучение технике метания мяча;</li> <li>- бег на короткие дистанции;</li> <li>- техника низкого старта;</li> <li>- техника стартового ускорения;</li> <li>- обучение технике спринтерского бега;</li> <li>- изучение техники отталкивания и приземления в прыжках в длину способом «согнув ноги»;</li> <li>- метание мяча, обучение технике финального усилия;</li> <li>- обучение техники кроссового бега;</li> <li>- бег на короткие дистанции;</li> <li>- совершенствование техники низкого старта и стартового ускорения;</li> <li>- совершенствование техники спринтерского бега</li> <li>- совершенствование техники отталкивания и приземления в прыжках в длину способом «согнув ноги»;</li> <li>- совершенствование техники прыжка в длину способом «согнув ноги»;</li> <li>- метание мяча, совершенствование техники финального усилия;</li> <li>- кроссовая подготовка</li> <li>- совершенствование техники бега на средние дистанции;</li> <li>- совершенствование техники прыжка в длину способом «согнув ноги»;</li> <li>- совершенствование техники метания мяча;</li> <li>- совершенствование техники бега на длинные дистанции</li> <li>- совершенствование техники бега на короткие дистанции;</li> <li>- совершенствование техники бега на средние дистанции;</li> <li>- развитие скоростной выносливости;</li> <li>- совершенствование техники финиширования;</li> <li>- совершенствование техники эстафетного бега;</li> <li>- совершенствование техники кроссового бега;</li> <li>- совершенствование техники бега на короткие дистанции;</li> <li>- совершенствование техники бега на средние дистанции;</li> <li>- совершенствование техники бега на длинные дистанции;</li> <li>- совершенствование техники метания мяча;</li> <li>- совершенствование техники прыжка в длину способом</li> </ul>

		<p>«согнув ноги»;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствование эстафетного бега;</li> <li>- совершенствование кроссового бега</li> </ul>
2.	Раздел 2. Гимнастика	<ul style="list-style-type: none"> <li>- строевые упражнения;</li> <li>- обще развивающие упражнения (ОРУ), с предметами, без предметов, с отягощениями, в парах</li> <li>- упражнения на гимнастической скамейке;</li> <li>- упражнения с набивным мячом;</li> <li>- упражнения с гантелями</li> <li>- упражнения на гибкость и координацию движений;</li> <li>- прикладные упражнения (упражнения в равновесии)</li> <li>- атлетическая гимнастика</li> </ul>
3.	Раздел 3. Баскетбол	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обучение технике владения мячом;</li> <li>- обучение технике передач;</li> <li>- обучение технике бросков;</li> <li>- обучение игре в команде</li> <li>- совершенствование техники ведения мяча;</li> <li>- совершенствование техники приема и передачи мяча;</li> <li>- совершенствование техники ловли, передачи и броска мяча на два шага;</li> <li>- обучение технике ведения со сменой направления движений;</li> <li>- обучение техники финтов, защитных и атакующих действий;</li> <li>- совершенствование техники поворотов на месте</li> <li>- совершенствование техники передачи мяча на месте и в движении;</li> <li>- совершенствование техники ведения мяча, приема и передачи на месте;</li> <li>- совершенствование техники ведения со сменой направления движений;</li> <li>- совершенствование техники финтов, защитных и атакующих действий;</li> <li>- совершенствование техники индивидуальной защиты;</li> <li>- двусторонняя игра</li> </ul>
4.	Раздел 4. Волейбол	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обучение технике подачи мяча;</li> <li>- обучение технике приема мяча;</li> <li>- обучение технике передвижений;</li> <li>- обучение технике игры</li> <li>- совершенствование техники подачи мяча;</li> <li>- совершенствование техники приема и передачи мяча на месте;</li> <li>- совершенствование техники приема мяча и передачи мяча в движении;</li> <li>- обучение технике игры в защите;</li> <li>- обучение технике нападающего удара;</li> <li>- обучение технике паса и блокирования</li> <li>- совершенствование техники передвижений, приема и передачи мяча сверху и снизу на месте;</li> <li>- совершенствование техники подачи мяча и нападающего</li> </ul>

		<p>удара;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- совершенствование технико-тактического взаимодействия игроков в защите и нападении;</li><li>- совершенствование технических и тактических действий занимающихся в игре;</li><li>- совершенствование техники нападения и защиты;</li><li>- двусторонняя игра</li></ul>
--	--	---

## **РАЗДЕЛ 2. Методические рекомендации по изучению разделов дисциплины**

При реализации дисциплины «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)» на занятиях, необходимо учитывать:

1. Соотношение различных видов двигательной нагрузки и последовательность усвоения учебного материала обусловлены физкультурно-спортивными интересами обучающихся.

2. Основной формой реализации учебного процесса по физическому воспитанию является учебное занятие.

3. Аудиторные занятия проводятся под непосредственным руководством преподавателя. Занятия базируются на широком использовании теоретических знаний и методических умений, на применении разнообразных средств физической культуры, спортивной подготовки обучающихся. Их направленность связана с обеспечением необходимой двигательной активности, достижением и поддержанием оптимального уровня физической и функциональной подготовленности в период обучения; приобретением личного опыта совершенствования и коррекции индивидуального физического развития, функциональных и двигательных возможностей; с освоением жизненно и профессионально необходимых навыков, психофизических качеств. Подбор упражнений на практических занятиях должен предусматривать совершенствование ранее изученных и обучение новым двигательным действиям (умениям и навыкам), а также развитие качеств выносливости, силы, быстроты движений, ловкости и гибкости.

Дисциплина «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)» включает 4 раздела: раздел 1. Легкая атлетика, раздел 2. Гимнастика, раздел 3. Баскетбол, раздел 4. Волейбол.

### **Раздел 1. Легкая атлетика**

#### **Вопросы, подлежащие рассмотрению:**

Основы техники бега на короткие дистанции. Низкий старт. Стартовый разбег. Бег по дистанции. Финиширование. Тренировка в беге на короткие дистанции. Бег на средние и длинные дистанции. Старт, стартовый разбег. Бег по дистанции. Особенности бега по виражу. Финиширование. Тактическое построение бега на средние и длинные дистанции. Эстафетный бег. Техника эстафетного бега. Особенности тренировки эстафетных команд. Передача эстафетной палочки. Спортивная ходьба. Особенности техники спортивной ходьбы. Финишный спурт. Тактическое построение ходьбы по дистанции. Прыжки в длину: с места, в длину с разбега. Техника метания

мяча. Метание мяча на дальность с места из-за головы. Метание мяча с разбега.

## **Раздел 2. Гимнастика**

### **Вопросы, подлежащие рассмотрению:**

Строевые упражнения. Общие развивающие упражнения (ОРУ), с предметами, без предметов, с отягощениями, в парах. Упражнения на гимнастической скамейке. Упражнения с набивным мячом. Упражнения с гантелями. Упражнения на гибкость и координацию движений. Прикладные упражнения (упражнения в равновесии). Атлетическая гимнастика.

## **Раздел 3. Баскетбол**

### **Вопросы, подлежащие рассмотрению:**

Передвижение в нападение и защите; Ловля летящего мяча в прыжке после отскока и от щита; Передача мяча различными способами; Ведение мяча; Броски по кольцу с места и в движении; Зона защиты; взаимодействие игроков нападения и защиты; Учебная игра.

## **Раздел 4. Волейбол**

### **Вопросы, подлежащие рассмотрению:**

Техника безопасности. Практический материал: Техника нападения: стойки, перемещения, подачи, передачи, нападающий удар. Техника защиты: стойки и перемещения, приём мяча, блокирование. Тактика игры: индивидуальная, групповая, командная. Двухсторонняя игра.

### РАЗДЕЛ 3. Материалы для самостоятельной работы

Самостоятельная работа это совокупность всей самостоятельной деятельности обучающихся, как в учебной аудитории, так и вне ее, в контакте с преподавателем и в его отсутствии, формы проявления которой заключается в освоении тем дисциплины (модуля) по рекомендуемой учебной литературе, написании рефератов, подготовке к текущему и рубежному контролю. Аудиторная самостоятельная работа по учебной дисциплине (модулю) выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию. Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется по заданию преподавателя без его непосредственного участия.

Самостоятельная работа проводится с целью: систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся; углубления и расширения теоретических знаний; формирования умений использовать специальную литературу; развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, ответственности и организованности; развития исследовательских умений.

#### Методические указания по выполнению реферата

Реферат является продуктом самостоятельной работы, представляющим собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы, где автор излагает существующие точки зрения по осваиваемой теме и приводит собственную.

Выполняется согласно рекомендациям преподавателя и предполагает прохождение следующих стадий:

- выбор темы работы;
- подбор и изучение теоретических источников;
- составление плана работы;
- написание работы;
- сдача работы на проверку преподавателя;
- внесение исправлений в работу;
- защита работы.

*Цель* реферирования и реферата – научиться и продемонстрировать, используя приемы и методы, умение работать с различными информационными источниками.

Основными *задачами* подготовки реферата являются закрепление и расширение теоретических знаний по дисциплине, развитие навыков самостоятельной работы, формирование умений анализировать, сравнивать, работать с каталогами, научной и справочной литературой.

Подготовка реферата начинается со сбора информации: отбор источников, конспектирование.

Далее составляется план, который определяется логикой темы, и следует собственно написание реферата.

Разработка плана реферата состоит в определении его структуры как логической последовательности изложения результатов реферирования.

Общий алгоритм включает в себя:

- введение;
- основную часть реферата (по разделам),
- заключение
- библиографию.

План основной части зависит от темы, источников конспектирования и приемов обработки информации.

Получение выводов – особое действие в реферировании. Оно может входить в написание реферата, но в силу специфики его следует выделить. Выводы даются в заключении.

Список литературы составляется с соблюдением всех правил ГОСТа.

Оформление реферата – завершающий и ответственный этап работы. Требования к структуре реферата: титульный лист; оглавление; введение; основная часть; заключение; список использованной литературы; приложения.

Техническое оформление должно соответствовать требованиям, предъявляемым ГОСТом.

Реферат выполняется на белой бумаге формата А4 (297 х 210 мм) на одной стороне листа, обратная сторона остается чистой. Стандартный текст печатается через 1,5 интервала на компьютере с полями слева не менее 3 см. Шрифт «TimesNewRoman», размер шрифта 14. Объем реферата составляет 15-25 страниц, которые должны быть пронумерованы. Текст реферата выполняется одинаковым цветом: черным или синим.

По завершению обучающимся подготовки реферата преподаватель проверяет, подписывает его. При получении предварительной положительной оценки обучающийся допускается к защите реферата.

В случае неподготовленности реферата в установленный срок, обучающийся дорабатывает реферат.

Обучающимся, получившим неудовлетворительную оценку за выполнение реферата или за его защиту, предоставляется право выбора новой темы или, по решению преподавателя, устанавливается срок доработки и сдачи прежней темы реферата.

При защите реферата обучающимся необходимо соблюдать регламент 5-7 минут. Приветствуется использование презентации. На слайдах рекомендуется размещать рисунки, фотографии, видео (при необходимости), таблицы, графики и схемы, которые дополняют выступающего, создавая целостную и яркую картину доклада.

Реферат относится к текущему виду контроля и оценивается согласно фонду оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся.

**Темы рефератов по Физической культуре и спорту (элективная дисциплина):**

1. Составляющие здорового образа жизни.
2. Работоспособность. Средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния.
3. Общая и специальная физическая подготовка. Физические качества.
4. Пути достижения физической, технической, тактической и психической подготовленности. Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий.
5. Профессионально-прикладная физическая подготовка.
6. Производственная физическая культура.
7. Требования к современному уроку по гимнастике.
8. Условия успешного обучения гимнастическим упражнениям.
9. Современный уровень развития легкой атлетики в нашей стране.
10. Основные этапы развития легкой атлетики в России.
11. История возникновения и развития волейбола в нашей стране.
12. История возникновения и развития волейбола за рубежом.
13. Эволюция правил игры в волейболе.
14. Функции игроков в волейболе, их модельные характеристики.
15. История возникновения и развития баскетбола в нашей стране.
16. История возникновения и развития баскетбола за рубежом.
17. Развитие баскетбола для инвалидов в России и достижения игроков различных нозологий.

Сообщение обучающийся имеет право представить в виде презентации

**Критерии оценки презентации сообщения:**

Оценка	50-60 баллов (неудовлетворительно)	61-75 баллов (удовлетворительно)	76-85 баллов (хорошо)	86-100 баллов (отлично)
<b>Критерии</b>	<b>Содержание критериев</b>			
<b>Раскрытие проблемы</b>	Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы	Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы	Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Не все выводы сделаны и/или обоснованы	Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы

<b>Представление</b>	Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины	Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна . использовано 1-2 профессиональных термина	Представляемая информация не систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов	Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Использовано более 5 профессиональных терминов
<b>Оформление</b>	Не использованы технологии PowerPoint. Больше 4 ошибок в представляемой информации	Использованы технологии PowerPoint частично. 3-4 ошибки в представляемой информации	Использованы технологии PowerPoint. Не более 2 ошибок в представляемой информации	Широко использованы технологии (PowerPoint и др.). Отсутствуют ошибки в представляемой информации
<b>Ответы на вопросы</b>	Нет ответов на вопросы	Только ответы на элементарные вопросы	Ответы на вопросы полные и/или частично полные	Ответы на вопросы полные, с приведением примеров и/или пояснений

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ЗАЧЕТА**

Контроль и оценка знаний обучающихся является неотъемлемой составной частью учебно-воспитательного процесса в образовательной организации высшего образования.

Зачет – это метод проверки знаний обучающихся по части или полному курсу учебной дисциплины, произведенный путем постановки устных или письменных вопросов. Он дает объективную официально фиксируемую оценку успехов обучающихся за определенный отрезок времени.

Зачет преследует многогранную цель: во-первых, это – проверка знаний обучающихся, во-вторых, они сами по себе являются важным звеном во владении наукой, в-третьих, это продолжение учебного процесса; наконец, они имеют большое значение как фактор стимулирования глубокого изучения предмета.

Подготовка к зачету состоит из двух взаимосвязанных этапов. Первый – систематический труд на протяжении семестра, учебного года, охватывающий все формы учебного процесса: лекции, изучение и конспектирование рекомендованной литературы, активное участие в семинарских занятиях. Второй – подготовка непосредственно перед зачетом. Она позволяет обучающимся за сравнительно короткий отрезок времени охватить всю перспективу изученного и лучше понять основные закономерности и явления.

Ограниченность времени для непосредственной подготовки к зачету по каждому предмету требует от обучающихся спокойно, без нервной суеты и спешки еще раз внимательно продумать изученный в течение семестра материал, тщательно отработать вопросы, недостаточно изученные или плохо понятые, с тем, чтобы по возможности устранить все пробелы в своих знаниях.

Готовиться надо по строго продуманному графику, последовательно переходя от темы к теме, не пропуская ни одну из них. Сложные вопросы, недостаточно уясненные в процессе подготовки к зачету, необходимо записать и получить на них разъяснения у преподавателей во время консультаций.

Следует заметить, что обучающиеся, которые не ходят на консультации из-за отсутствия, по их мнению, сложных вопросов, поступают опрометчиво.

На консультациях очень часто лектор не только отвечает на заданные вопросы, но и по собственной инициативе разъясняет наиболее трудные разделы курса.

Итак, основной задачей подготовки обучающихся к зачету является систематизация знаний учебного материала, его творческое осмысливание. Важнейшим учебным пособием на этом этапе работы студента является собственный конспект прослушанных лекций и самостоятельно проработанных тем курса.

### **Вопросы к зачету по дисциплине (модулю)**

#### **«Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»**

1. Физическая культура и спорт – органическая часть общечеловеческой культуры.
2. Оздоровительная роль производственной физической культуры.
3. Врачебный контроль за физическим воспитанием обучающихся и методы обследований.
4. Физиологические основы лечебно – оздоровительных тренировок.
5. Влияние физических упражнений на системы организма человека (пищеварительная, нервная, сердечно – сосудистая, выделительная и т.п.)
6. Влияние физических упражнений на полноценное развитие организма человека.
7. Нарушение функций опорно-двигательного аппарата при естественном старении человека и оздоровительная роль физических упражнений.
8. Лечебная физическая культура. Понятие. Формы и методы лечебной физкультуры.
9. Основные методы коррекции фигуры с помощью физических упражнений.
10. Меры предосторожности во время занятий физической культурой.
11. Адаптация к физическим упражнениям на разных возрастных этапах.
12. Травматизм на занятиях физической культурой. Его предупреждение.
13. Валеология – наука о здоровье. Валеологические знания в системе образования.
14. Здоровый образ жизни. Основные его составляющие.
15. Образ жизни обучающегося и его влияние на здоровье.
16. Роль физического труда и физической культуры в формировании здорового образа жизни.
17. Общая физическая подготовка, её цели и задачи.
18. Гигиена физической культуры и спорта: закаливание, личная гигиена, рациональное питание, психогигиена, восстановительные средства.
19. Гиподинамия и гипокinezия, их влияние на организм человека.
20. Понятие о выносливости. Виды и показатели выносливости.

21. Гибкость. Методика и методы развития.
22. Понятие ловкости. Виды. Методические приёмы развития.
23. Определение профессионально – прикладной физической подготовленности, её цели и задачи.
24. Производственная физическая культура, ее цель и задачи.
25. Производственная гимнастика.
26. ППФП в свободное время.
27. Характеристика сторон тренировочного процесса в легкой атлетике.
28. Методы развития силы, быстроты и выносливости в легкой атлетике.
29. Основные средства тренировки в легкой атлетике.
30. Классификация легкоатлетических упражнений.
31. Значение легкой атлетики в системе физического воспитания (оздоровительное, прикладное, спортивное).
32. Гимнастика, как средство физического воспитания.
33. Методические особенности гимнастики.
34. Виды гимнастики и формы занятий
35. Средства гимнастики
36. Причины травматизма на занятиях гимнастики.
37. Классификация техники приемов игры в баскетбол в нападении.
38. Классификация техники приемов игры в баскетбол в защите.
39. Сущность, характеристика, основные правила игры в баскетбол.
40. Классификация техники игры в волейбол.
41. Классификации тактики игры в волейбол.
42. Методические особенности проведения занятий волейболом с лицами с нарушением опорно-двигательного аппарата.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Основная литература:

1. Иваненко, Т. А. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту с использованием современных образовательных технологий: учебное пособие / Т. А. Иваненко. – Санкт-Петербург: СПбГУТ им. М.А. Бонч-Бруевича, 2022. – 103 с. – ISBN 978-5-89160-254-0. – URL: <https://e.lanbook.com/book/279188>. – Режим доступа: по подписке ПримГАТУ. – Текст: электронный.

2. Современные дидактические средства обучения физической культуре и спорту по направлениям педагогической подготовки: учебное пособие / Р. Р. Магомедов, А. В. Агеев, А. М. Дауров [и др.]; под редакцией Р. Р. Магомедова. – Ставрополь: СГПИ, 2020. – 349 с. – ISBN 978-5-907345-51-5. – URL: <https://e.lanbook.com/book/193042>. – Режим доступа: по подписке ПримГАТУ. – Текст: электронный.

3. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка: учебное пособие для вузов / А. А. Зайцев [и др.]; под общей редакцией А. А. Зайцева. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Юрайт, 2022. – 227 с. – ISBN 978-5-534-12624-2. – URL: <https://urait.ru/bcode/496335>. – Режим доступа: по подписке ПримГАТУ. – Текст: электронный.

### Дополнительная литература:

1. Буров, А. В. Баскетбол: методика обучения тактическим действиям в нападении / А. В. Буров, В. Е. Калинин, И. В. Орлан. – Волгоград: ВГАФК, 2021. – 96 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/251570>. – Режим доступа: по подписке ПримГАТУ. – Текст: электронный.

2. Гусева, М. А. Физическая культура. Волейбол: учебное пособие / М. А. Гусева, К. А. Герасимов, В. М. Климов. – Новосибирск: НГТУ, 2019. – 80 с. – ISBN 978-5-7782-3932-6. – URL: <https://e.lanbook.com/book/152335>. – Режим доступа: по подписке ПримГАТУ. – Текст: электронный.

3. Коновалов, В. Л. Баскетбол: учебное пособие / В. Л. Коновалов, В. А. Погодин. — 2-е изд., стер. – СПб.: Лань, 2021. – 84 с. – ISBN 978-5-8114-8250-4. – URL: <https://e.lanbook.com/book/173797>. – Режим доступа: по подписке ПримГАТУ. – Текст: электронный.

4. Никитушкин, В. Г. Легкая атлетика в начальной школе: учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. – Москва: Юрайт, 2023. – 205 с. – ISBN 978-5-534-05786-7. – URL: <https://urait.ru/bcode/515033>. – Режим доступа: по подписке ПримГАТУ. – Текст: электронный.

5. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие / Е. В. Конеева [и др.]; под общ. ред. Е. В. Конеевой. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2022. – 322 с. – ISBN 978-5-534-11314-3. – URL: <https://urait.ru/bcode/495012>. – Режим доступа: по подписке ПримГАТУ. – Текст: электронный.

6. Теория и практика волейбола: краткий курс: учебное пособие / Г. Р. Данилова, Е. В. Невмержицкая, И. Е. Коновалов [и др.]. – 2-е изд., стереотип. – Казань: Поволжский ГУФКСиТ, 2020. – 195 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/154963>. – Режим доступа: по подписке ПримГАТУ. – Текст: электронный.

Скрынник Ольга Викторовна

Физическая культура и спорт (элективная дисциплина) [электронный ресурс]: методические указания для практических занятий и самостоятельной работы обучающихся по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование

*ЭЛЕКТРОННОЕ ИЗДАНИЕ*

ФГБОУ ВО Приморский ГАТУ

Адрес: 692510, г. Уссурийск, пр-т Блюхера, 44