

УДК 796.01(075.8)
ББК 75.1
С 60

Рецензенты:
д.п.н., профессор, К.С. Дунаев
к.п.н., доцент С.В. Лепешкина

С 60 Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие / А.С. Солнцева, В.Х. Шнайдер; Моск. гос. акад. физ. культуры. – Малаховка, 2018. – 104 с.

В учебно-методическом пособии раскрывается учебный материал по дисциплине «Физическая культура и спорт». В пособии представлены основные понятия, определен алгоритм выполнения самостоятельной работы, предложены задания для письменных опросов, приведены методические рекомендации для обучающихся при освоении программного материала дисциплины.

Учебно-методическое пособие предназначено для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлениям подготовки бакалавров и магистрантов, а также может представлять интерес для специалистов – слушателей курсов повышения квалификации.

Утверждено учебно-методической комиссией
МГАФК в качестве учебно-методического пособия

© Солнцева А.С., Шнайдер В.Х., 2018.
© ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры», 2018.

СОДЕРЖАНИЕ

| | Стр. |
|--|------|
| Пояснительная записка | 4 |
| 1. Цели и задачи дисциплины | 5 |
| 2. Планируемые результаты обучения | 5 |
| 3. Объем дисциплины и виды учебной работы | 6 |
| 4. Календарно-тематическое планирование программного материала дисциплины | 6 |
| 5. Дидактические единицы дисциплины по видам учебных занятий: | 8 |
| 5.1. Лекции | 8 |
| 5.2. Семинары | 13 |
| 6. Самостоятельная работа студента | 17 |
| 7. Учебно-методическое и информационно-коммуникативное обеспечение дисциплины | 27 |
| 7.1. Основная литература | 27 |
| 7.2. Дополнительная литература | 28 |
| 7.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине | 30 |
| 7.4. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы | 31 |
| 7.5. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети «Интернет», используемой при освоении дисциплины | 31 |
| 7.6. Электронные ресурсы библиотеки МГАФК | 33 |
| 8. Методические рекомендации для обучающихся по освоению дисциплины | 34 |
| 9. Тематика рефератов по дисциплине | 39 |
| 10. Письменные опросы | 43 |
| Письменный опрос №1 | 43 |
| Письменный опрос №2 | 47 |
| Письменный опрос №3 | 50 |
| 11. Объемные требования к аттестации | 51 |
| 12. Контрольный тест по дисциплине | 53 |
| 13. Критерии оценки промежуточной аттестации | 91 |
| Глоссарий | 92 |
| Список использованной литературы | 100 |