



**ТЕРМИНОЛОГИЯ:
СТРОЕВЫЕ И
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ
УПРАЖНЕНИЯ**

Смоленск
2022

ФГБОУ ВО «СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Дарданова Н.А., Ярославцева Е.И.,
Коржакова А.С., Горелова О.Ю.

**ТЕРМИНОЛОГИЯ:
СТРОЕВЫЕ И ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ
УПРАЖНЕНИЯ**
(Учебное пособие)

Смоленск
2022

УДК 796.4
ББК 75.69

Дарданова, Н.А. Терминология: строевые и общеразвивающие упражнения: учебное пособие / Н.А. Дарданова, Е.И. Ярославцева, А.С. Коржакова, О.Ю. Горелова. – Смоленск: СГУС, 2022 – 63 с.

Учебное пособие предназначено для преподавателей и студентов кафедр спортивно-педагогических дисциплин вузов физической культуры и спорта, для учителей физического культуры и тренеров ДЮСШ и СШОР. В учебном пособии рассматриваются терминологические понятия строевых и общеразвивающих упражнений, подача команд и её запись. Учебное пособие подготовлено в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлениям подготовки 49.04.03 «Спорт», 49.03.01 «Физическая культура», 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» и 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм».

Строевые и общеразвивающие упражнения, как известно, занимают в занятиях по физическому воспитанию исключительно важное место. Это объясняется тем, что с их помощью можно быстро и удобно разметить занимающихся в зале (на площадке), обеспечить надлежащий порядок и дисциплину, решить образовательные и физиологические задачи разминки. Правильное, точное и краткое наименование этих упражнений существенно упрощает руководство педагогическим процессом, повышает эффективность обучения, увеличивает плотность занятий, облегчает описание и понимание техники упражнений.

Пользование терминологией в строгом соответствии с принятыми правилами ускоряет формирование соответствующего навыка у студентов, расширяет возможности пользования ими специальной методической литературой.

Рецензенты:

Заведующий кафедрой водных видов спорта ФГБОУ ВО «СГУС», профессор А.Б. Куделин;

Заведующий кафедрой спортивной медицины и АФК ФГБОУ ВО «СГУС», доцент Федорова Н.И.