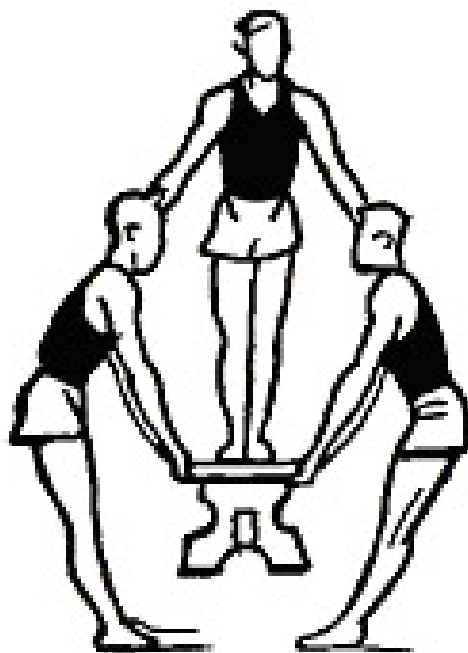


# **Проведение групповых общеразвивающих упражнений на занятиях физической культурой**



Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное агентство по образованию  
Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова  
Кафедра физического воспитания и спорта

# **Проведение групповых общеразвивающих упражнений на занятиях физической культурой**

*Методические указания*

*Рекомендовано  
Научно-методическим советом университета для студентов  
всех специальностей*

Ярославль 2007

УДК 796.015  
ББК Ч 511.2я73  
П 78

*Рекомендовано  
Редакционно-издательским советом университета  
в качестве учебного издания. План 2007 года*

Рецензент  
кафедра физического воспитания и спорта Ярославского государственного  
университета им. П.Г. Демидова

Составители: Н.Г. Аршинова, С.Н. Авдеева

**П 78      Проведение групповых общеразвивающих упражнений на заняти-  
ях физической культурой: метод. указания / Н.Г. Аршинова,  
С.Н. Авдеева; Яросл. гос. ун-т. – Ярославль : ЯрГУ, 2007. – 36 с.**

В методических указаниях широко представлены и классифицированы упражнения, направленные на развитие физических качеств, повышение эмоционального фона учебно-тренировочных занятий. Они даются в виде рисунков и имеют описание и рекомендации по их выполнению.

Предназначены для студентов всех специальностей очной формы обучения (дисциплина «Физическая культура», блок ГСЭ).

УДК 796.015  
ББК Ч 511.2я73

© Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, 2007  
© Н.Г. Аршинова, С.Н. Авдеева, 2007

---

Учебное издание

## **Проведение групповых общеразвивающих упражнений на занятиях физической культурой**

Составители: **Аршинова** Наталья Германовна  
**Авдеева** Светлана Николаевна

Редактор, корректор В.Н. Чулкова  
Компьютерная верстка Е.Л. Шелеховой

Подписано в печать 23.04.2007 г. Формат 60×84/8. Бумага тип.  
Усл. печ. л. 2,09. Уч.-изд. л. 1,5. Тираж 300 экз. Заказ .

Оригинал-макет подготовлен в редакционно-издательском отделе ЯрГУ.  
Отпечатано на ризографе.  
Ярославский государственный университет.  
150000 Ярославль, ул. Советская, 14.