

ЗМІСТ

Перелік умовних скорочень	4
Вступ	5
Розділ 1. Рухливі ігри від інстинкту до соціалізації	7
1.1. Гра в історії людства	7
1.2. Рухливі ігри в системі фізичного виховання студентів	19
Розділ 2. Структура та класифікація рухливих ігор	31
2.1. Характеристика рухливих ігор	33
2.2. Особливості рухливих ігор та естафет	36
2.3. Класифікаційне групування ігор	37
2.4. Основні педагогічні вимоги до проведення рухливих ігор	39
Розділ 3. Методика проведення рухливих ігор та естафет	42
Розділ 4. Рухливі ігри для загальної фізичної підготовки	50
4.1. Рухливі ігри на розвиток рухових якостей	52
4.2. Рухливі ігри за видами спорту	93
4.3. Рухливі ігри з елементами спортивних ігор	112
Список рекомендованих джерел	152