

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	4
<b>МЕТОДЫ ПРОВЕДЕНИЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ</b> .....	7
Метод слова .....	7
Метод показа .....	8
Метод слова и показа .....	8
Метод распоряжения и показа .....	10
Метод распоряжения без показа .....	13
<b>СПОСОБЫ СОСТАВЛЕНИЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ</b> .....	13
Одинарный способ .....	13
Способ совмещений .....	16
I группа совмещений .....	16
II группа совмещений .....	19
III группа совмещений .....	20
Выводы и предложения .....	22
<b>СПОСОБЫ ПРОВЕДЕНИЯ КОМПЛЕКСОВ ОРУ</b> .....	23
Раздельный способ проведения комплекса ОРУ .....	23
Поточный способ проведения комплекса ОРУ .....	23
I проходной способ проведения комплекса ОРУ .....	25
Комбинированный способ проведения комплекса ОРУ .....	30
<b>МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ</b> .....	33
Приемы с предметной направленностью .....	35
Приемы соревновательного характера .....	39
Приемы в различных построениях .....	48
Приемы, содействующие развитию чувства времени и ритма ...	53
Приемы, повышающие активность, самостоятельность и сознательное восприятие упражнений .....	57
<b>ЛИТЕРАТУРА</b> .....	62