

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Курганский государственный университет»  
(КГУ)

Кафедра «Физическая культура и спорт»



УТВЕРЖДАЮ:  
Первый проректор  
Т.Р. Змызгова /  
\_\_\_\_\_ 2023 г.

Рабочая программа учебной дисциплины  
«Теория и методика физической культуры и спорта»

образовательной программы высшего образования –  
программы бакалавриата  
49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль):  
*Спортивная тренировка*

Формы обучения: очная, очно-заочная, заочная

Курган 2023

Аннотация к рабочей программе дисциплины  
**«Теория и методика физической культуры и спорта»**

образовательной программы высшего образования –  
программы бакалавриата

**49.03.01 – Физическая культура**

Направленность (профиль):

**Спортивная тренировка**

Трудоемкость дисциплины: 11 ЗЕ (396 академических часов)

Семестр: 3,4 (очная, очно-заочная формы обучения); 6,7 (заочная форма обучения)

Форма промежуточной аттестации: экзамен (3 семестр), экзамен (4 семестр), курсовая работа

Содержание дисциплины

Теория физической культуры и спорта в системе физкультурного образования. Средства и методы формирования физической культуры личности. Теория и технология обучения двигательным действиям. Процесс формирования двигательных умений и навыков. Характеристика физических способностей и методика их развития. Формы построения занятий физическими упражнениями. Планирование, контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями. Теоретико-методологические основы спортивной тренировки.