

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 /  
«*Змызгова*» 2022 г.

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

образовательной программы высшего образования –  
программы бакалавриата

49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):  
*Адаптивное физическое воспитание*

Формы обучения: заочная

Курган 2022

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

образовательной программы высшего образования –  
программы бакалавриата  
49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья (Адаптивная физическая культура)

**Направленность (профиль):**  
Адаптивное физическое воспитание

Трудоемкость дисциплины: 11 ЗЕ (396 академических часов)

Семестр: 6,7

Форма промежуточной аттестации: курсовая работа, зачет, экзамен

**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.