

УТВЕРЖДАЮ

Начальник Управления
дополнительного образования
_____ *З/* О.В. Золотарева

«*16*» *ноября* 2023 г.

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

«Теория и методика физической культуры и спорта»

Учебная дисциплина входит в состав дополнительной профессиональной программы – программы профессиональной переподготовки «Физическая культура и спорт».

Количество часов: 90

Форма контроля: экзамен

Содержание:

Цель, задачи и общие принципы функционирования системы физической культуры в обществе. Общепедагогические и специфические принципы занятий физическими упражнениями.

Средства и методы формирования физической культуры человека.

Общая характеристика физических способностей. Методика развития силовых и скоростных способностей.

Выносливость и методика ее развития. Координационные способности и методика их развития. Гибкость и методика их развития.

Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста. Физическое воспитание детей школьного возраста.

Формы построения занятий физическими упражнениями. Планирование, контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями.