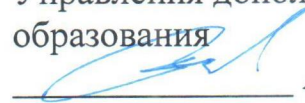


УТВЕРЖДАЮ

Заместитель начальника  
Управления дополнительного  
образования



А.В.Ральников

«20» февраль 2024 г.

## АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

### «Общая теория и методика физической культуры»

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

Количество часов: 46

Форма контроля: зачет

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.