

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»**

### **1. Место дисциплины в структуре ОПОП.**

Дисциплина «Теория и методика физической культуры и спорта» относится к дисциплинам Блока 1, обязательной части Б1.О.19.

### **2. Объем дисциплины: 8 зачетных единиц.**

**3. Содержание дисциплины:** Предмет цели и задачи курса, основные понятия. Научные и практические аспекты физической культуры и спорта этапы развития системы физической культуры и спорта. Формы и методы проведения занятий физической культурой и спортом. Средства физической культуры и спорта. Система планирования и проведения основных видов физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного и школьного возраста, взрослыми людьми, с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных условий. Организация и проведение занятий по физической культуре и спорту. Формирование двигательных умений и навыков. Основы обучения и совершенствования физических кондиций человека в процессе занятий физической культурой и спортом. Закономерности развития морфофункциональных способностей человека в процессе занятий физической культурой и спортом. Основы технологии обучения различных категорий людей двигательным действиям и развитию физических качеств в процессе физкультурно-спортивных занятий.

### **4. Планируемые результаты обучения по дисциплине.**

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие компетенции:

- способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста (ОПК-1);
- способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий (ОПК-2);
- способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся (ОПК-9);
- способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности (ОПК-11);
- способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса (ОПК-14).

**5. Форма контроля:** 3 семестр – зачет, 4 семестр – зачет, 5 семестр – зачет, курсовая работа, 6 семестр – экзамен.

**6. Разработчик:** доцент, к.п.н. Хамиков А.А.