

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

**ФГАОУ ВО «КАЗАНСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ИНСТИТУТ ФУНДАМЕНТАЛЬНОЙ МЕДИЦИНЫ И БИОЛОГИИ**

**Р.Р. Абзалов, Н.И. Абзалов, Р.А. Абзалов,
А.М. Валеев, С.В. Абзалова**

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ**

Учебно-методическое пособие

КАЗАНЬ 2018

УДК 7А (075.8)

ББК 75.1я73

Печатается по решению кафедры теории и методики физической культуры, спорта и ЛФК, Ученого совета Института фундаментальной медицины и биологии Казанского федерального университета

Научный редактор:

Ю.С.Ванюшин – д.б.н., профессор, заведующий кафедрой физического воспитания Казанского государственного аграрного университета

Рецензенты:

Р.Р.Нигматуллина – д.б.н., профессор Казанского государственного медицинского университета

Р.К.Бикмухаметов – д.п.н., профессор, декан факультета спорта Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма

Абзалов Р.Р.

Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки: Учебно-методическое пособие / Абзалов Р.Р., Абзалов Н.И., Абзалов Р.А., Валеев А.М., Абзалова С.В. - Казань: КФУ, 2018. – 52 с.

Учебно-методическое пособие составлено в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта высшего образования и программой теории и методики физической культуры и спорта. Оно предназначено для студентов институтов физической культуры, спорта и учителей физической культуры общеобразовательных школ.

© Абзалов Р.Р., Абзалов Н.И., Абзалов Р.А., Валеев А.М., Абзалова С.В., 2018