

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Алейник Станислав Николаевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.10.2021 16:22:10
Уникальный программный ключ:
5258223550ea9fbeb23726a1609b644b33d8986ab6255891f288f913a1351fae

АННОТАЦИЯ

Рабочей программы дисциплины
«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту – Общая физическая подготовка» направление подготовки 35.03.04 – «Агрономия» (квалификация выпускника – бакалавр) профиль: «Агрономия»

1. Цель и задачи дисциплины

Целью физкультурного образования в вузе является формирование физической культуры личности.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих задач:

- осознание студентами роли физической культуры в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- усвоение научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизиологических способностей, качеств и свойств личности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре» является дисциплиной по выбору и входит в вариативную часть.

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни (УК 7.1),
- Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности (УК7.2).

В результате освоения дисциплины студент должен:

Знать:

- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.

Уметь:

- выполнять индивидуальные комплексы упражнений оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики;

- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения.

Владеть:

- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 328 часов. Из них контактная работа – 187 ч., самостоятельная работа – 109 часов, внеаудиторная работа – 32 ч. Форма контроля – зачет.

Автор: ст. преподаватель Герей Л.В., доцент Самойлов Ю.П.,