

АННОТАЦИЯ
к рабочей программе учебной дисциплины
Элективные дисциплины по физической культуре и спорту:
Общая физическая подготовка

1. Общая характеристика:

Рабочая программа дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы ФГБОУ ВО Донской ГАУ по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность (направленность «Безопасность технологических процессов и производств»), разработанной в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 21 марта 2016 г. № 246

2. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-1, ОК-4, ОК-8

В результате изучения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

ОК-1

Знание

Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек.

Основные понятия и компоненты здорового образа жизни.

Умение

Проводить измерения физического и функционального состояние организма в процессе занятий физической культурой.

Навык

Владеть навыками применения методов оценки и развития общей выносливости и координации; скоростных и силовых способностей.

ОК-4

Знание

Средства и методы базовой, спортивной, оздоровительной, профессионально-прикладной физической культуры.

Средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, физкультурного самопознания и самосовершенствования

Умение

Применять методы оценки и развития общей выносливости и координации; скоростных и силовых способностей.

Навык

Владеть способами комплексной оценки физической и функциональной подготовленности.

Владеть навыками выполнения подобранных комплексов упражнений на практических занятиях по легкой атлетике, дартсу, настольному теннису.

ОК-8

Знание

Методы оценки и развития общей выносливости и координации; скоростных и силовых способностей.

Основные компоненты технологии управления тренировочно-соревновательным процессом в легкой атлетике, дартсе, настольном теннисе.

Правила и системы проведения соревнований по легкой атлетике, дартсу, настольному теннису.

Умение

Составлять варианты комплексов физических упражнений различной направленности.

Составлять варианты комплексов физических упражнений для снятия профессионального утомления.

Планировать учебный, тренировочный и соревновательный процесс по легкой атлетике, дартсу, настольному теннису, контролировать результаты работы и своевременно вносить соответствующие коррективы

Уметь применять технологии управления тренировочно-соревновательным процессом в легкой атлетике, дартсе, настольном теннисе.

Уметь применять средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, физкультурного самопознания и самосовершенствования

Навык

Владеть навыками применения технологий управления тренировочно-соревновательным процессом в легкой атлетике, дартсе, настольном теннисе.

Владеть навыками самостоятельно проводить занятия по легкой атлетике, дартсу, настольному теннису с общей развивающей, профессионально-прикладной, оздоровительно-корректирующей направленностью.

Владеть практическими навыками и методами проведения учебного, тренировочного и соревновательного процесса по легкой атлетике, дартсу, настольному теннису, самоконтроля и контроля результатов работы и своевременно вносить соответствующие коррективы.

Владеть навыками применения средств и методов физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, физкультурного самопознания и самосовершенствования.

Опыт деятельности

Иметь опыт деятельности применения методов оценки и развития общей выносливости и координации; скоростных и силовых способностей; методов, средств, технологий проведения учебного, тренировочного и соревновательного процесса по легкой атлетике, дартсу, настольному теннису, самоконтроля и контроля результатов работы и своевременно вносить соответствующие коррективы.

Иметь опыт деятельности применения средств и методов физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, физкультурного самопознания и самосовершенствования.

3. Содержание программы учебной дисциплины

Раздел 1 «Методы оценки и развития общей выносливости» ;

Раздел 2 «Методы оценки и развития скоростных способностей»;

Раздел 3 «Методы оценки и развития силовых способностей»;

Раздел 4 «Методы оценки и развития координации»;

Раздел 5 «Занятия по видам спорта. Специальная физическая подготовка».

4. Форма промежуточной аттестации: зачет

5. Разработчик: зав. кафедрой физического воспитания, доцент,
канд. с.-х. наук Габиров А.Б.