

**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 «Охрана труда»), разработанной в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования РФ от 25 мая 2020 г. N 680.

**2. Требования к результатам освоения дисциплины:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: Универсальные компетенции (УК): способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7).

Индикаторы достижения компетенций: оценивает уровень развития личных физических качеств (УК-7.1); выбирает методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, профилактики профессиональных заболеваний и утомления на рабочем месте (УК-7.2).

В результате изучения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

**Знания:** влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека, оценки уровня развития личных физических качеств; методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, профилактики профессиональных заболеваний, восстановления работоспособности.

**Умения:** оценивать влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека, оценивать уровень развития личных физических качеств; выбирать методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, профилактики профессиональных заболеваний, восстановления работоспособности.

**Навык и (или) опыт деятельности:** способность оценивать влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека, оценивать уровень развития личных физических качеств; выбирать методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, профилактики профессиональных заболеваний, восстановления работоспособности.

**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. кафедры физического воспитания, канд. с.-х. наук, доцент Габибов

А.Б.