

**АННОТАЦИЯ**  
**к рабочей программе дисциплины**  
**«Гиревой спорт»**

**1. Общая характеристика.**

Рабочая программа дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы ФГБОУ ВО Донской ГАУ по специальности 35.03.05 Садоводство, направленность Садоводство, разработанной в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по специальности 35.03.05 Садоводство, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 1 августа 2017 г. № 737.

**2. Требования к результатам освоения.**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций:

**Универсальные компетенции (УК):**

Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7):

**Индикаторы достижения компетенции:**

- 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, оценивает уровень развития личных физических качеств

- методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, профилактики профессиональных заболеваний, восстановления работоспособности

*Умения:* оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека, оценивает 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:* оценки влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека, оценивает уровень развития личных физических качеств.

приобретать опыт деятельности выбора методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, профилактики профессиональных заболеваний, восстановления работоспособности

**3. Содержание программы дисциплины:**

Раздел 1 «Правила соревнований и термины в гиревом спорте. Избежание травматизма в упражнениях гиревого спорта, судейство».

Раздел 2 «Общая физическая подготовка».

Раздел 3 «Специальная физическая подготовка в гиревом спорте».

Раздел 4 «Технико-тактическая подготовка, методы тренировок классического толчка двух гирь от груди толчка по длинному циклу, рывка гири».

**Форма промежуточной аттестации:** зачет.

**4. Разработчик:** кандидат сельскохозяйственных наук, доцент, заведующий кафедрой физического воспитания Габиров А.Б.