

**АННОТАЦИЯ**  
**к рабочей программе дисциплины**  
**«Физическая культура и 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 Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.

Раздел 2 Социально-биологические основы физической культуры.

Раздел 3 Здоровый образ жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья.

Раздел 4 Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности студентов. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.

Раздел 5 Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания.

Раздел 6 Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности

Раздел 7 Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями.

Раздел 8 Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений.

Раздел 9 Спорт. Индивидуальный выбор спорта или система физических упражнений.

Раздел 10 Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.

Раздел 11 Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста (выпускника Высшей школы).

**Форма промежуточной аттестации:** зачет.

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