

**АННОТАЦИЯ**  
**к рабочей программе дисциплины**  
**«Общая физическая подготовка»**

**1. Общая характеристика:**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы ФГБОУ ВО Донской ГАУ по направлению подготовки **38.03.07 Товароведение (направленность Товароведение и экспертиза в сфере производства и обращения сельскохозяйственного сырья и продовольственных товаров)**, разработанной в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 38.03.07 Товароведение (уровень бакалавриата), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 4 декабря 2015 № 1429.

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

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:  
Общекультурные компетенции (ОК):

- способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-7);
- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

В результате изучения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

**Знание:** влияния оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья; основные понятия и компоненты здорового образа жизни; средства и методы базовой, спортивной, оздоровительной, профессионально-прикладной физической культуры; методов оценки и развития общей выносливости и координации; скоростных и силовых способностей; основные компоненты технологии управления тренировочно-соревновательным процессом; правила и системы проведения соревнований; способы профилактики профессиональных заболеваний и вредных привычек; социальную роль физической культуры в развитии личности; влияние оздоровительных систем на профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; теорию и методику самостоятельных занятий по физической культуре; индивидуальные особенности своего организма, средства и методы развития основных физических качеств.

**Умение:** проводить измерения физического и функционального состояние организма в процессе занятий физической культурой; применять методы оценки и развития общей выносливости и координации; скоростных и силовых способностей; составлять варианты комплексов физических упражнений различной направленности; составлять варианты комплексов физических упражнений для снятия профессионального утомления; планировать учебный, тренировочный и соревновательный процесс; правильно выполнять физические упражнения; составлять комплексы упражнений для развития различных качеств; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры.

**Навык:** применения методов оценки и развития общей выносливости и координации; скоростных и силовых способностей; комплексной оценки физической и функциональной подготовленности; выполнения подобранных комплексов упражнений на практических занятиях; применения технологий управления тренировочно-соревновательным процессом;

- применения методов оценки и развития общей выносливости и координации; скоростных и силовых способностей; комплексной оценки физической и функциональной подготовленности; выполнения подобранных комплексов упражнений на практических занятиях; применения технологий управления тренировочно-соревновательным процессом.

**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:** канд. с.-х. наук, зав. кафедрой физического воспитания Габибов А.Б.