

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:

ФИО: Волхонов Михаил Станиславович

Должность: Врио ректора

Дата подписания: 27.08.2024 13:39:02

Уникальный программный ключ:

b2dc75470204bc2bfec58d577a1b983ee223ea27559d45aa8c272df0610c6c81

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

"Костромская государственная сельскохозяйственная академия"

(ФГБОУ ВО Костромская ГСХА)

СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической
комиссии

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по научно-
исследовательской работе/Декан

Аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля) **Физическая культура и спорт**

| | |
|------------------------|---|
| Закреплена за кафедрой | Физическая культура и спорт |
| Учебный план | 35.03.04_Агрономия_ДРиФ_1 курс_2024-2025.plx 35.03.04 Агрономия |
| Квалификация | бакалавр |
| Форма обучения | очная |
| Программу составил(и): | доцент, кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой, Якунин Юрий Иванович |

| 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ | |
|---|---|
| Цель | Цель дисциплины: формирование физической культуры личности и способности методически обоснованно и целенаправленно использовать средства физической культуры, позволяющие выпускнику сформировать индивидуальную здоровьесберегающую жизнедеятельность, обеспечивающую его социальную мобильность, профессиональную надежность и устойчивость на рынке труда. |
| Задачи: | Задачи дисциплины: - осознать роль физической культуры в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; знать биологические и психолого-педагогические основы физической культуры и здорового образа жизни; - сформировать установку на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование |
| 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП | |
| Цикл (раздел) ООП: Б1.О1674308 | |
| - овладеть системой знаний и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психологического благополучия, моральных качеств личности; | |
| 2.1. Требования к предварительной подготовке обучающегося: 2.1.1. Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: - приобрести качества и навыки профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность выпускника к профессиональной деятельности; | |
| 2.1.2. - школьная программа предмета «Физическая культура» | |
| - приобрести опыт творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения личных и профессиональных целей. | |
| 2.2.1 | Общая физическая подготовка |
| 2.2.2 | Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена |
| 2.2.3 | Спортивные и подвижные игры |
| 2.2.4 | Адаптивная физическая культура |
| 2.2.5 | Общая физическая подготовка |

| Распределение часов дисциплины по семестрам | | | | |
|---|---------|-----|-------|----|
| Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>) | 1 (1.1) | | Итого | |
| | уп | рп | уп | рп |
| Неделя | 17 | 2/6 | | |
| Вид занятий | уп | рп | уп | рп |
| Лекции | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Практические | 68 | 68 | 68 | 68 |
| Итого ауд. | 72 | 72 | 72 | 72 |
| Контактная работа | 72 | 72 | 72 | 72 |
| Итого | 72 | 72 | 72 | 72 |

| 4. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) |
|---|
| УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |
| Знать: Знать: сущность понятий «Физическая культура личности», «Спорт», «Здоровье», «Здоровый образ жизни», а также их влияние на общую и профессиональную жизнедеятельность; роль оптимальной двигательной активности в повышении функциональных и двигательных возможностей организма человека, работоспособности, в укреплении и поддержании здоровья, общей и профессиональной работоспособности; влияние здоровья и работоспособности человека на его интегрированность в современное общество, способность реализации своих социальных и профессиональных компетенций; методику самостоятельного использования средств физического воспитания для рекреации в процессе учебной и профессиональной деятельности; |
| Уметь: Уметь: самостоятельно методически правильно использовать средства и методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья, коррекции физического |

развития и телосложения; использовать систематические занятия физическими упражнениями, различными видами спорта для достижения должного уровня физической подготовленности, формирования и развития психических качеств и свойств личности, необходимых в социально-культурной и профессиональной деятельности; методически обоснованно применять физические упражнения и другие средства для обеспечения требуемого уровня профессиональной работоспособности и предупреждения профессиональных заболеваний и травматизма; применять средства физического воспитания и отдельных видов спорта для обеспечения профессиональной надежности специалиста при выполнении профессиональных видов работ;

Владеть:

Владеть: навыками выполнения физических упражнений отдельных видов спорта (бег, гимнастика, прыжки, лыжные гонки), необходимых для полноценной социальной и профессиональной деятельности, навыками самоконтроля в занятиях физическими упражнениями.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен**3.1 Знать:**

Знать: сущность понятий «Физическая культура личности», «Спорт», «Здоровье», «Здоровый образ жизни», а также их влияние на общую и профессиональную жизнедеятельность; роль оптимальной двигательной активности в повышении функциональных и двигательных возможностей организма человека, работоспособности, в укреплении и поддержании здоровья, общей и профессиональной работоспособности; влияние здоровья и работоспособности человека на его интегрированность в современное общество, способность реализации своих социальных и профессиональных компетенций; методику самостоятельного использования средств физического воспитания для рекреации в процессе учебной и профессиональной деятельности;

3.2 Уметь:

Уметь: самостоятельно методически правильно использовать средства и методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья, коррекции физического развития и телосложения; использовать систематические занятия физическими упражнениями, различными видами спорта для достижения должного уровня физической подготовленности, формирования и развития психических качеств и свойств личности, необходимых в социально-культурной и профессиональной деятельности; методически обоснованно применять физические упражнения и другие средства для обеспечения требуемого уровня профессиональной работоспособности и предупреждения профессиональных заболеваний и травматизма; применять средства физического воспитания и отдельных видов спорта для обеспечения профессиональной надежности специалиста при выполнении профессиональных видов работ;

3.3 Владеть:

Владеть: навыками выполнения физических упражнений отдельных видов спорта (бег, гимнастика, прыжки, лыжные гонки), необходимых для полноценной социальной и профессиональной деятельности, навыками самоконтроля в занятиях физическими упражнениями.