

**Аннотация**  
**к рабочей программе учебной дисциплины Б1.О.32 «Физическая культура и спорт»**  
**направления подготовки бакалавров 35.03.04 Агрономия**

**Дисциплина учебного плана подготовки бакалавров по направлению 35.03.04 Агрономия, профиль «Агрономия».**

**Цель изучения дисциплины** - формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

**Задачами дисциплины** являются:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

**Основные блоки и темы дисциплины:**

- Практический (основной), содействующий приобретению опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечивающих полноценную общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность к будущей профессии и быту;
  - Контрольный, определяющий объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов.
  - Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов;
  - Социально-биологические основы физической культуры;
  - Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья;
  - Психо-физиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.
- Средства физической культуры в регулировании работоспособности;**
- Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания;
  - Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями;
  - Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
- Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений;**
- Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений;
  - Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом;
  - Профессионально- прикладная физическая подготовка студентов;
  - Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и магистра.

**Учебная дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в перечень дисциплин базовой части ОП.**

В результате изучения дисциплины обучающийся должен обладать следующей универсальной компетенцией (УК-7), предусмотренными ФГОС ВО:

- способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни

В результате изучения дисциплины бакалавр должен:

**знать:** нормы здорового образа жизни и требования к уровню физической подготовленности, обеспечивающему полноценную социальную и профессиональную деятельность. Требования к физическим качествам, предъявляемые профессией; иметь представление о предоставляемых физической культурой возможностях укрепления здоровья, совершенствования физических качеств, в том числе профессионально необходимых.

**уметь:** использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личностных, жизненных целей. Оценивать свой уровень физической подготовленности на основе рекомендованных критериев, выявлять проблемы в сфере формирования физических качеств и ставить цели по совершенствованию собственной физической подготовленности.

**владеть** средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования. Основами оздоровительной физической культуры с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

УК-7.2 Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

**Знать** требования к физическим качествам, предъявляемые профессией; иметь представление о предоставляемых физической культурой возможностях укрепления здоровья, совершенствования физических качеств, в том числе профессионально необходимых.

**Уметь** оценивать свой уровень физической подготовленности на основе рекомендованных критериев, выявлять проблемы в сфере формирования физических качеств и ставить цели по совершенствованию собственной физической подготовленности.

**Владеть** основами оздоровительной физической культуры с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» изучается посредством лекционных и практических занятий, выполнением тестов и завершается зачётом.

**Общая трудоемкость дисциплины** составляет 72 часа, 2 зачётные единицы.

**Вид промежуточной аттестации:** зачет.

Заведующий кафедрой  
физического воспитания, д.п.н., проф.

Свечкарёв В.Г.

Заведующий выпускающей кафедры