

**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**ИНСТИТУТ ВЕТЕРИНАРНОЙ МЕДИЦИНЫ**

Кафедра физического воспитания и спорта

Аннотация рабочей программы дисциплины

**Б1. О. 32 Физическая культура и спорт**

Направление подготовки: **35.03.08 Водные биоресурсы и аквакультура**

Профиль: **Рыбоводство пресноводное**

Уровень высшего образования – **бакалавриат**

Квалификация – **бакалавр**

Форма обучения – **очная**

Троицк  
2019

## 1. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП

### 1.1. Цель и задачи дисциплины

Бакалавр по направлению 35.03.08 Водные биоресурсы и аквакультура должен быть подготовлен к решению задач профессиональной деятельности следующих типов: производственно-технологической.

**Цель дисциплины** – формирование компетенции, обеспечивающей готовность к поддержанию должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности в соответствии с формируемой компетенцией.

**Задачи дисциплины:** осознание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; освоение 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.

### 1.2. Компетенции и индикаторы их достижений

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

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Формируемые ЗУН	
ИД-1 УК-7 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	знания	Обучающийся должен знать: основы физической культуры, техники спортивных игр, показатели уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (Б1.О.32, УК -7 -3.1)
	умения	Обучающийся должен уметь: демонстрировать систему практических умений и навыков, обеспечивающих развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической подготовке) поддерживать должный уровень физической подготовленности (Б1.О.32, УК -7 -У.1)
	навыки	Обучающийся должен владеть: навыками поддержки должного уровня физической подготовленности, методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. (Б1.О.32, УК -7 -Н.1)

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части основной профессиональной образовательной программы специалитета.

### 3. Объём дисциплины и виды учебной работы

Объём дисциплины составляет 2 зачетных единицы (ЗЕТ), 72 академических часа (далее часов). Дисциплина изучается в 1,3 семестре.

#### 3.1. Распределение объема дисциплины по видам учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
<b>Контактная работа (всего)</b>	<b>72</b>
<i>В том числе:</i>	
<i>Лекции (Л)</i>	16
<i>Практические занятия (ПЗ)</i>	56
<i>Контроль самостоятельной работы (КСР)</i>	-
<b>Самостоятельная работа обучающихся (СР)</b>	-
<b>Контроль</b>	<b>зачет</b>
<b>Итого</b>	<b>72</b>

### 4. Содержание дисциплины

#### Раздел Легкая атлетика

Техника бега на короткие, средние дистанции, стартовый разбег, бег по прямой, финиширование. Эстафетный бег. Общефизическая подготовка. Общеразвивающие упражнения. Техника прыжков. Кроссовая подготовка. Техника метания мяча и гранаты. Метание с разбега способом «из-за спины, через плечо». Техника бега при метании.

#### Раздел Волейбол

Техника передвижений в волейболе. Специальная подготовка волейболиста. Владение техникой владения мячом. Владение техникой нападающего удара в волейболе. Отработка техники подачи. Упражнения по специальной физической подготовке волейболиста. Совершенствование связок в защите, нападении, обороне. Работа в парах с мячом. Игровые комбинации. Парные упражнения в защите, обороне, нападении. Тренировочные игры, встречи с различными командами. Правила соревнований по волейболу.

#### Раздел Баскетбол

Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Ведение – два шага – бросок. Ведение мяча. Ведение мяча одной рукой, двумя руками попеременно, высокое, низкое. Броски в корзину. Техника игры в защите. ОРУ. Учебная игра. Техника игры в нападении. Техника игры в защите. Бросок со средней дистанции, трехочковый бросок. Сдача контрольных нормативов.

#### Раздел Настольный теннис

Обучение технике игры: стойки, перемещения, хватки ракетки, игра «откидной», «подрезка» справа, слева, подача и прием подач, подача «накатом» слева, справа. Обучение тактическим действиям в настольном теннисе: действия в нападении, действия в защите (индивидуальные, командные).