

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ «Физическое воспитание»

по основной профессиональной образовательной программе по направлению подготовки 19.03.02 «Продукты питания из растительного сырья» (уровень прикладного бакалавриата)

Направленность (профиль): Современные технологии переработки растительного сырья

Общий объем дисциплины – 0 з.е. (328 часов)

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

- ОК-7: способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

Содержание дисциплины:

Дисциплина «Физическое воспитание» включает в себя следующие разделы:

Форма обучения заочная. Семестр 1.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (54 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Общая физическая подготовка. Элементы подготовки по легкой атлетике.. Основы техники безопасности на занятиях легкой атлетикой.

Ознакомление, обучение и овладение двигательными навыками и техникой видов лёгкой атлетики. Совершенствование знаний, умений, навыков и развитие физических качеств в лёгкой атлетике.

Техника выполнения легкоатлетических упражнений. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами лёгкой атлетики. Способы и методы самоконтроля при занятиях лёгкой атлетикой. Особенности организации и планирования занятий лёгкой атлетикой в связи с выбранной профессией..

Форма обучения заочная. Семестр 2.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (54 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания..

Методические принципы физического воспитания. Отработка на практике методов физического воспитания. Основы обучения движениям. Воспитание физических качеств. Формирование психических качеств в процессе физического воспитания.

Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка. Особенности общей и специальной физической подготовки студентов разных медицинских групп..

Форма обучения заочная. Семестр 3.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (54 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Общая физическая подготовка. Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой.

Используя методы и средства физической культуры и спорта для обеспечения полноценной и профессиональной деятельности.

Включает в себя элементы художественной гимнастики, шейпинга, аэробики и других современных разновидностей гимнастических упражнений; разнообразные комплексы общеразвивающих упражнений, подвижные игры для развития силы, быстроты, общей и силовой выносливости, прыгучести, гибкости, ловкости, координационных способностей, социально и профессионально необходимых двигательных умений и навыков. Основы производственной гимнастики. Составление комплексов упражнений (различные видов и направленности воздействия)..

Форма обучения заочная. Семестр 4.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (54 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Общая физическая подготовка. Используя методы и средства физической культуры и спорта для обеспечения полноценной и профессиональной деятельности.

Основы техники безопасности на занятиях легкой атлетикой.

Ознакомление, обучение и овладение двигательными навыками и техникой видов лёгкой атлетики. Совершенствование знаний, умений, навыков и развитие физических качеств в лёгкой атлетике.

Техника выполнения легкоатлетических упражнений. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами лёгкой атлетики. Способы и методы самоконтроля при занятиях лёгкой атлетикой. Особенности организации и планирования занятий лёгкой атлетикой в связи с выбранной профессией..

Форма обучения заочная. Семестр 5.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (56 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Подвижные игры. Используя методы и средства физической культуры и спорта для обеспечения полноценной и профессиональной деятельности.

Баскетбол. Занятия по баскетболу включают: общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку (упражнения для развития, силы, быстроты, общей и скоростной выносливости, прыгучести, гибкости, скоростной реакции, упражнения для развития ориентировки); освоение техники передвижений, остановки и поворотов без мяча и с мячом, передачи мяча одной и двумя руками на месте и в движении, ловли мяча одной и двумя руками, ведения мяча, обводка противника, бросков мяча с места, в движении, одной и двумя руками. Осваиваются: обманные движения (финты), финт на проход, финт на бросок в корзину, финт на рывок; техника защиты; техника перемещений (основная, защитная стойка и все виды перемещений защитника), техника овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват; противодействие ведению, проходам, броскам в корзину; овладение мячом, отскочившим от щита. Правила игры и основы судейства.

Волейбол. Занятия включают: изучение, овладение основными приёмами техники волейбола (перемещение, приём и передача мяча, подачи, нападающие удары, блокирование). Совершенствование навыков игры в волейбол. Общая и специальная подготовка волейболиста. Техника и тактика игры..

Форма обучения заочная. Семестр 6.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (56 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Самоконтроль студентов, занимающихся физическими упражнениями и спортом..

Используя методы и средства физической культуры и спорта для обеспечения полноценной и профессиональной деятельности.

Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями. Самоконтроль, его основные методы и показатели, дневник самоконтроля. Корректировка содержания занятий со студентами разных медицинских групп по результатам показателей врачебно- педагогического контроля. Показания и противопоказания к занятиям физической культурой для студентов.

Выполнение функциональных проб..

Разработал:

старший преподаватель
кафедры ОФКС

А.М. Поляков

Проверил:

Директор ГИ

В.Ю. Инговатов