

**Аннотация к рабочей программе дисциплины
Направление подготовки (специальность) 36.03.01 Ветеринарно-санитарная
экспертиза**

Автор: Хамитов Р.Р.

Наименование дисциплины: Б1.В.ДВ.09.01 ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Цель освоения дисциплины:

- понимание роли физической культуры в развитие личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях 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;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

1. Требования к результатам освоения дисциплины:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Знать основные средства и методы физического воспитания	<i>Знать:</i> теорию и методику самостоятельных занятий по физической культуре; <i>Уметь:</i> правильно выполнять физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения, <i>Владеть:</i> техникой выполнения упражнений на любые группы мышц,
	УК-7.2 Уметь подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств	<i>Знать:</i> индивидуальные особенности своего организма; <i>Уметь:</i> уметь составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств, <i>Владеть:</i> навыками самоконтроля физического состояния,
	УК-7.3 Владеть методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<i>Знать:</i> средства и методы развития основных физических качеств. <i>Уметь:</i> Знать способы самоконтроля. <i>Владеть:</i> теоретическими знаниями для физического совершенствования организма

2. Содержание дисциплины:

- Тема 1. Инструктаж по охране труда при проведении занятий по общей физической подготовке
- Тема 2. Обучение совершенствование техники бега на короткие дистанции
- Тема 3. Обучение и совершенствование техники бега на длинные дистанции
- Тема 4. Обучение совершенствование техники прыжка в длину с места
- Тема 5. Обучение и совершенствование техники метания гранаты на дальность
- Тема 6. Инструктаж по охране труда при проведении занятий по общей физической подготовке
- Тема 7. Обучение и совершенствование техники бега на длинные дистанции
- Тема 8. Сущность игры и правила соревнований в волейбол. Судейство игры: жесты.
- Тема 9. Обучение совершенствование техники стоек, перемещений в волейболе
- Тема 10. Обучение и совершенствование техники верхней и нижней (приема) передачи мяча
- Тема 11. Обучение совершенствование техники подачи волейбольного мяча
- Тема 12. Обучение и совершенствование техники нападающего удара
- Тема 13. Функциональный тренинг
- Тема 14. Инструктаж по охране труда при проведении занятий по общей физической подготовке
- Тема 15. Сущность игры в баскетбол и правила соревнований. Судейство игры: жесты
- Тема 16. Баскетбол. Техничко-тактическая подготовка
- Тема 17. Обучение совершенствование техники стоек, остановок, перемещений
- Тема 18. Обучение и совершенствование техники ловли и передачи баскетбольного мяча
- Тема 19. Обучение и совершенствование техники ведения мяча
- Тема 20. Обучение и совершенствование техники нападающего удара
- Тема 21. Инструктаж по охране труда при проведении занятий по общей физической подготовке
- Тема 22. Обучение совершенствование техники броска мяча в корзину
- Тема 23. Техничко- тактическая подготовка
- Тема 24. Развитие силовых возможностей. Силовые направления фитнеса
- Тема 25. Развитие координации движений
- Тема 26. Развитие гибкости
- Тема 27. Профилактика нарушений осанки
- Тема 28. Развитие общей выносливости с использованием средств фитнес- аэробики
- Тема 29. Инструктаж по охране труда при проведении занятий по общей физической подготовке
- Тема 30. Профилактика травматизма на занятиях. Противопоказанные к применению упражнения
- Тема 31. Пауэрлифтинг. Построение тренировочных программ на период начального соревновательного цикла
- Тема 32. Совершенствование техники приседания
- Тема 33. Совершенствование техники выполнения жима
- Тема 34. Тренировочная программа для жима лежа

3. Общая трудоемкость дисциплины: 328 академических часов