

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Лужанин Владимир Геннадьевич
Должность: исполняющий обязанности ректора
Дата подписания: 08.02.2022 16:09:32
Уникальный программный ключ:
4f6042f92f26818253a667205646475b93807ac6

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.Б.22 Физическая культура и спорт

~~Код и наименование направления~~ подготовки, профиля: 19.03.01 Биотехнология, Фармацевтическая биотехнология.

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр.

Форма обучения: очная.

Формируемые компетенции:

Дисциплина Б.1.Б.22 «Физическая культура и спорт» обеспечивает овладение следующей компетенцией: ОК-8 – способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, формируется данной дисциплиной полностью.

В результате освоения дисциплины у студентов должны быть:

ОК-8

– сформированы знания: о роли физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста, об основах здорового образа жизни, методах самоконтроля физического состояния, средствах повышения уровня физической подготовленности;

– сформированы умения: применять полученные знания в предстоящей профессиональной деятельности и быту;

– сформированы навыки: обеспечивать сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизиологических способностей и качеств, выполнение определенных элементов техники отдельных видов двигательной активности, достижение определенного уровня физической подготовленности.

Объем и место дисциплины в структуре ОПОП: Дисциплина Б.1.Б.22 «Физическая культура и спорт» относится к базовой части и является обязательной для освоения на 3 курсе, в 6 семестре, общая трудоемкость дисциплины составляет 72 академических часа / 2 зачетные единицы (з. е.).

Количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем – 72, из них 4 часа – лекций, 32 часа – практические занятия; на самостоятельную работу обучающихся – 36 часов. Форма промежуточной аттестации – зачет. Дисциплина реализуется в течение всего периода обучения, базируясь на школьном курсе физической культуры.

План дисциплины:

Раздел 1. Техническая подготовка.

Тема 1.1.Техника стоек и перемещений.

Тема 1.2.Техника выполнения передач мяча.

Тема 1.3.Техника ведения мяча.

Тема 1.4.Техника выполнения двойного шага.

Тема 1.5.Двусторонняя игра.

Раздел 2. Физическая подготовка.

Тема 2.1.Методика развития гибкости.

Тема 2.2.Методика развития силы.

Тема 2.3.Методика развития выносливости.

Тема 2.4.Методика развития быстроты.

Тема 2.5.Скоростно-силовая подготовка.

Тема 2.6. Особенности сдачи норм ГТО.

Формы текущего контроля и промежуточной аттестации: тестирование.

Промежуточная аттестация – зачёт.