

**АННОТАЦИЯ**  
Рабочей программы дисциплины  
**«Физическая культура и спорт»**  
направление подготовки 35.03.04 – «Агрономия»  
(квалификация выпускника – бакалавр)  
профиль: «Агрономия»

**1. Цель и задачи дисциплины**

**Целью** физкультурного образования в вузе является формирование физической культуры личности.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих задач:

- осознание студентами роли физической культуры в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- усвоение научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизиологических способностей, качеств и свойств личности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

**2. Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина «Физическая культура и спорт» является обязательной дисциплиной базовой части.

**3. Требования к результатам освоения дисциплины:**

Выпускник должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК):

ОК-8 - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. В результате освоения дисциплины студент должен:

**Знать:**

- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.

**Уметь:**

- выполнять индивидуальные комплексы упражнений оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики;

- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;

преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения.

**Владеть:**

- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

**4. Объём дисциплины и виды учебной работы**

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2 зачётные единицы – 72 часа, в том числе: практических занятий – 16 часов, внеаудиторная работа – 20 часов, самостоятельная работа 36 часов. Форма контроля – зачет в 1-м семестре.

Автор: ст. преподаватель Герей Л.В., доцент Самойлов Ю.П.,