

Приложение № 2  
к программе дисциплины «Физическая культура»  
направление 36.03.02 «Зоотехния»,  
профиль «Технология производства продуктов  
пчеловодства», «Технология производства молока и  
мяса», «Разведение, генетика и селекция  
сельскохозяйственных животных», «Кинология»

### Аннотация программы

**Цель изучения дисциплины:** формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

**Требования к уровню освоения дисциплины:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующей компетенции:

способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)

**Трудоемкость дисциплины**

Вид занятий	Всего	В том числе по семестрам					
		1	2	3	4	5	6
1. Аудиторные занятия, часов, всего							
в том числе:							
1.1. Лекции	16				16		
1.2. Лабораторные работы							
1.3. Практические (семинарские) занятия	16				16		
2. Самостоятельная работа, часов, всего	40				40		
Итого часов (стр. 1+стр.2)	72				зачет		
Общая трудоемкость, зачетных единиц	2				2		

Формы промежуточной аттестации: зачет.

**Перечень изучаемых тем (приводится в соответствии с тематическим планом изучения дисциплины):**

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов
2. Социально-биологические основы физической культуры
3. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.
4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.
6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
7. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
8. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.
9. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра.

**Обязательные тесты определения физической подготовленности**

Характеристика направленности тестов	Оценка в очках									
	Женщины					Мужчины				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Тест на скоростно-силовую подготовленность бег 100 м (сек)	15,7	16,0	17,0	17,9	18,7	13,2	13,8	14,0	14,3	14,6
Поднимание (сед) и опускание туловища из положения, лежа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз)	60	50	40	30	20	-	-	-	-	-
Тест на силовую подготовленность- подтягивание на перекладине (кол-во раз)	-	-	-	-	-	15	12	9	7	5
Тест на общую выносливость-бег 2000 м (мин., сек.)	10.15	10.50	11.15	11.50	12.15	-	-	-	-	-
Тест на общую выносливость-бег 3000 м (мин., сек.)						12.00	12.35	13.10	13.50	14.00