

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Соловьев Дмитрий Александрович

Должность: ректор ФГОУ ВО «Саратовский аграрный университет имени Н.И. Вавилова»

Дата подписания: 21.08.2019 13:06:08

Уникальный идентификатор документа: 528682d78e67f556a607001e000172f755a12



СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой

[Подпись]
«26» августа 2019

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**

**«Саратовский государственный аграрный университет
имени Н. И. Вавилова»**

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора института ЗОиДО
/Никишанов А.Н./

[Подпись]
«14» августа 2019

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Дисциплина

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Направление подготовки

**35.03.08 Водные биоресурсы и
аквакультура**

Направленность
(профиль)

Аквакультура

Квалификация
выпускника

Бакалавр

Нормативный срок
Обучения

4 года

Форма обучения

Заочная

Разработчик(и): доцент, Скосырева Е.Н.

[Подпись]
(подпись)

Саратов 2019

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Общая физическая подготовка» является формирование у обучающихся способности методически обоснованно и целенаправленно использовать разнообразные средства, методы и организационные формы физической культуры, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

В соответствии с учебным планом по направлению подготовки 35.03.08 Водные биоресурсы и аквакультура направленность (профиль) «Аквакультура», дисциплина «Общая физическая подготовка» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1.

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: «Физическая культура и спорт».

Дисциплина «Общая физическая подготовка» является базовой для изучения дисциплин, практик: последующие дисциплины, практики отсутствуют.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижениями компетенций

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся компетенции, представленной в таблице 1.

Требование к результатам освоения дисциплины

Таблица 1

№ п/п	Код компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	Индикаторы достижения компетенций	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:		
				знать	уметь	владеть
1	2	3		4	5	6
1.	УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<i>УК-7.1 Поддержание должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни</i>	содержание и направленность различных систем физических упражнений, их развивающую и оздоровительную эффективность, основы здорового образа жизни	рационально выбирать физические упражнения, учитывая цели, мотивы, уровень физической подготовленности, состояние здоровья	средствами и методами развития физических качеств, укрепления здоровья для полноценной социальной и профессиональной деятельности
			<i>УК-7.2 Использование основ физической культуры для осознанного выбора здоро-</i>	содержание и направленность различных систем физических упражнений, их	рационально выбирать физические упражнения, учитывая цели, мотивы,	средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершен-

			<i>всёберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</i>	оздоровительную и развивающую эффективность, основы профессионально - прикладной физической подготовки, методику самостоятельных занятий	уровень физического развития, состояние здоровья, рационально распределять физическую нагрузку при выполнении различных двигательных действий	ствования, для успешной профессиональной деятельности, системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья
--	--	--	---	--	---	--

4. Объем, структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

Таблица 2

Объем дисциплины

	Всего	Количество часов				
		в т.ч. по годам				
		1	2	3	4	5
Контактная работа – всего, в т.ч.	328	-	82	82	82	82
<i>аудиторная работа:</i>	328	-	82	82	82	82
лекции	-	-	-	-	-	-
лабораторные	-	-	-	-	-	-
практические	328	-	82	82	82	82
<i>промежуточная аттестация</i>	-	-	-	-	-	-
<i>контроль</i>	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа	-	-	-	-	-	-
Форма итогового контроля	-	-	зач.	зач.	зач.	зач.
Курсовой проект (работа)	-	-	-	-	-	-

Таблица 3

Структура и содержание дисциплины

№ п/п	Тема занятия. Содержание	Неделя семестра	Контактная работа			Самостоятельная работа	Контроль знаний	
			Вид занятия	Форма проведения	Количество часов	Количество часов	Вид	Форма
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
2 курс								
1.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта Мониторинг функционального состояния организма.		ПЗ	В	2	-	ВК	Т
2.	Лыжная подготовка: -обучение и совершенствование попеременному двухшажному ходу		ПЗ	Т	16	-	ТК	Д Т

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	-обучение и совершенствование одновременному бесшажному ходу -обучение и совершенствование подъему елочкой -обучение и совершенствование одновременному одношажному ходу -обучение и совершенствование торможение плугом Прохождение дистанции 2 км Игры «Эстафета с передачей палок» Прохождение дистанции 3 км -обучение и совершенствование подъему в гору скользящим шагом -обучение и совершенствование повороту на месте махом -обучение и совершенствование попеременному четырехшажному ходу -обучение и совершенствование переходу с попеременных ходов на одновременный Прохождение дистанции 5 км без учета времени Горнолыжная эстафета с преодолением препятствий Прохождение дистанции 3 км с учетом времени Освоение навыков судейства соревнований. Лыжные гонки							
3.	Стрельба из пневматической винтовки: - заряджение и разряжение стрелкового оружия - отработка стабильности прицеливания - подготовка к стрельбе из различных положений - изучение приёмов стрельбы		ПЗ	Т	4	-	ТК	Д Т
4.	Плавание: - обучение различным вариантам удержания тела на воде - обучение технике работы ног кролем на груди, держась за бортик - обучение технике работы рук при плавании кролем на груди, стоя в воде - обучение технике стартового прыжка - упражнения для мышц ног в технике плавания брассом - обучение поворотам при плавании способом кроль на груди - обучение технике плавания способом брасс - обучение технике подводного плавания - обучение технике работы ног в плавании кролем без помощи рук		ПЗ	Т	18	-	ТК	Д Т
5.	Спортивные игры баскетбол: - обучение основным элементам техники баскетбола - обучение технике владения мячом (занятие№1) - обучение технике владения мячом» (занятие№2) - обучение приемам ведения мяча различным способом - обучение броскам в корзину-(занятие№1) - обучение броскам в корзину-(занятие№2) - техника защиты- (занятие№1) - техника защиты- (занятие№2) - техника защиты- (занятие№3) - обучение приёмам техники нападения		ПЗ	Т	20	-	ТК	Д Т

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	- основы тактики в баскетболе. Тактика нападения-(занятие№1) - основы тактики в баскетболе. Тактика нападения-(занятие№2) - основы тактики в баскетболе. Тактика нападения-(занятие№3)							
6.	Гимнастика: -совершенствование выполнения акробатических упражнений: кувырки, стойки, мост - построение гимнастического комплекса с элементами выполнения: кувырки вперед, назад, колесо, стойки - упражнения на брусьях: техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь - акробатика - комплекс упражнений для развития подвижности опорно - двигательного аппарата (метод круговой тренировки) - составление и проведение вольных упражнений из ранее пройденных элементов с предметами и без - обучение технике лазания по канату-техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь - составление комплексов общеразвивающих и специальных упражнений		ПЗ	Т	20	-	ТК	Д Т
7.	Проведение комплексов физкультминуток, подвижных игр в своей учебной группе.		ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
8.	Выходной контроль - проведение комплекса упражнений на развитие ловкости, координации -выполнение контрольных тестов по физической подготовке					-	ВыхК	3
9.	Итого за 2 курс:				82	-		
3 курс								
10.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта Мониторинг функционального состояния организма.		ПЗ	В	2	-	ВК	Т
11.	Спортивные игры: баскетбол - основы тактики в баскетболе. Обучение тактическим действиям в защите-(занятие№1) - основы тактики в баскетболе. Обучение тактическим действиям в защите-(занятие№2) - основы тактики в баскетболе. Обучение тактическим действиям в защите-(занятие№3) - формирование тактического мышления баскетболистов - освоение навыков судейства соревнований.		ПЗ	Т	16	-	ТК	Д Т
12.	Спортивные игры: волейбол - обучение и совершенствование передачи сверху - обучение и совершенствование передачи сверху в парах на удержание мяча - обучение и совершенствование передачи снизу - обучение и совершенствование нижней передачи над собой - обучение и совершенствование нижней передаче мяча - обучение и совершенствование отражение способом снизу волейбольных мячей набрасываемых партнером		ПЗ	Т	18	-	ТК	Д Т

1	2	3	4	5	6	7	8	9
13.	Стрельба из пневматической винтовки: - целеуказание различными способами, - техника дыхания при стрельбе - Проведение контрольных стрельб.		ПЗ	Т	4	-	ТК	Д Т
14.	Плавание: - обучение технике работы ног в плавание кролем на спине без помощи рук - обучение технике работы ног в плавание брассом без помощи рук - обучение технике работы рук плавание кролем без помощи ног - обучение технике финиша - обучение технике плавания дельфин - освоение навыков судейства соревнований.		ПЗ	Т	12	-	ТК	Д Т
15.	Гимнастика: -низкоударная, ьвысокоударная аэробика; степ-аэробика.; комплексы силовых упражне- ний без отягощений и с отягощениями; стрет- чинг. (девушки) - комплекс упражнений для мышц рук, груди. - комплекс упражнений для мышц живота, спины, ног. (юноши) - комбинированные комплексы.		ПЗ	Т	14	-	ТК	Д Т
16.	Легкая атлетика: - обучение и совершенствование технике бега - обучение и совершенствование технике прыжка в длину с места - обучение и совершенствование технике бега на короткие дистанции - обучение и совершенствование технике низкого старта		ПЗ	Т	14	-	ТК	Д Т
17.	Проведение любой части занятия		ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
18.	Выходной контроль - проведение комплекса упражнений на разви- тие гибкости -выполнение контрольных тестов по физиче- ской подготовке					-	ВыхК	З
19.	Итого за 3 курс:				82	-		
4 курс								
20.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта Мониторинг функционального состояния организма.		ПЗ	В	2	-	ВК	Т
21.	Легкая атлетика: - совершенствование техники низкого старта - совершенствование техники высокого старта - развитие скоростно-силовых качеств - обучение технике и тактике прохождения дистанции в беге на 500 и 1000 м. - кроссовая подготовка		ПЗ	Т	18	-	ТК	Д Т
22.	Спортивные игры: волейбол - обучение и совершенствование нападающе- му удару, подаче - обучение действиям игрока в защите и напа- дении - обучение передачи в парах - обучение нападающего удара с собственного подброса - обучение нападающего удара в прыжке с передачи партнера		ПЗ	Т	20	-	ТК	Д Т
23.	Ритмическая гимнастика (девушки.) - стретчинг.		ПЗ	Т	20		ТК	Д Т

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	- упражнения из раздела «атлетическая гимнастика» адаптируемые для женщин. - круговая тренировка с использованием упражнений на разные группы мышц. - специальные силовые (динамические и статические) и изометрические упражнения для развития мышц спины. - составление и проведение комплекса производственной гимнастики Атлетическая гимнастика (юноши.) - специальные силовые (динамические и статические) и изометрические упражнения для развития мышц спины. - упражнения для развития мышечной силы рук (дельтовидная мышца, трапецевидная, трех и двуглавая мышцы плеча), брюшного пресса и ног. - круговая тренировка с использованием упражнений на разные группы мышц. - составление и проведение комплекса производственной гимнастики							
24.	Спортивные игры с профессиональной направленностью: - упражнения с мячом, направленные на развитие общей ловкости. - упражнения на ловкость рук. - упражнения, развивающие точность движений, глазомер и внимание. - упражнения для развития быстроты движений и реакции. - упражнения на реакцию выбора (быстрый выбор нужного двигательного ответа из ряда возможных). - упражнения для развития силы и ловкости кисти, предплечья и плеча. - упражнения для развития простой реакции, реакции слежения и реакции на движущийся объект. - упражнения для развития быстроты и координации движений. - упражнения на внимание. - упражнения для совершенствования психофизических качеств (эмоциональная устойчивость, способность противостоять стрессовым ситуациям).		ПЗ	Т	20		ТК	Д Т
25.	Проведение занятия по избранному виду спорта		ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
26.	Выходной контроль -проведение комплекса упражнений на развитие выносливости -выполнение контрольных тестов по физической подготовке					-	ВыхК	З
27.	Итого за 4 курс:				82	-		
5 курс								
28.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта Мониторинг функционального тестирования организма.		ПЗ	В	2	-	ВК	Т
29.	Спортивные игры: волейбол - обучение и совершенствование защитным действиям при блокировании - обучение и совершенствование тактике по-		ПЗ	Т	18	-	ТК	Д Т

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	дачи и нападения - обучение и совершенствование командным действиям в защите - обучение и совершенствование командным действиям в нападении - освоение навыков судейства соревнований							
30.	Ритмическая гимнастика(девушки.) - комплексы аэробики с различным темпом и нагрузкой - комплексы силовых упражнений (без отягощений) для различных групп мышц. Атлетическая гимнастика(юноши.) - специальные силовые упражнения для мышц шеи с отягощениями, с сопротивлением партнера, сидя и лежа. - упражнения для развития силы и гибкости мышц кисти и предплечья		ПЗ	Т	20	-	ТК	Д Т
31.	Спортивные игры с профессиональной направленностью: - упражнения направленные на развитие профессионально важных качеств		ПЗ	Т	20	-	ТК	Д Т
32.	Легкая атлетика: - совершенствование скоростно-силовых качеств в беге на короткие дистанции - освоение тренировочных программ и методов подготовки для начинающих бегунов - совершенствование техники низкого старта - совершенствование техники высокого старта - обучение технике и тактике прохождения дистанции в беге на 500 и 1000 м. - развитие скоростно-силовых качеств - кроссовая подготовка - обучение технике прыжка в длину с разбега - обучение и совершенствование технике и подбора разбега и отталкивания прыжка в длину - совершенствование скоростно-силовых качеств. - развитие силовой выносливости, бег 1000 метров. - бег 2000, 3000 м. - освоение навыков судейства соревнований		ПЗ	Т	20	-	ТК	Д Т
33.	Проведение комплекса УГГ с элементами ППФП		ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
34.	Выходной контроль - проведение комплекса упражнений на развитие силы -выполнение контрольных тестов по физической подготовке					-	ВыхК	3
35.	Итого за 5 курс:				82	-		
36.	Всего по дисциплине				328			

Примечание:

Условные обозначения:

Виды аудиторной работы: ПЗ – практическое занятие.

Формы проведения занятий: Т - занятие проводимое в традиционной форме, В- занятие проводимое в форме визуализации, РИ – ролевая игра.

Виды контроля: ВК – входной контроль, ТК – текущий контроль, ВыхК – выходной контроль.

Форма контроля: Д – демонстрация практического навыка, Т-тестирование, 3 – зачет.

5. Образовательные технологии

Организация занятий по дисциплине «Общая физическая подготовка» проводится по видам учебной работы: практические занятия, текущий контроль.

Реализация компетентностного подхода в рамках направления подготовки 35.03.08 Водные биоресурсы и аквакультура направленность (профиль) «Аквакультура», предусматривает использование в учебном процессе как традиционных педагогических технологий, так и методов активного обучения для формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

Практические занятия проводятся в спортивных залах, залах СМО, на открытых спортивных площадках, лыжной базе, в тире, бассейне.

Целью практических занятий является выработка практических навыков работы с методами и средствами физической культуры и спорта, для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности, формирование образовательной среды по видам спорта, способствующей удовлетворению познавательных интересов обучающихся, усилению мотивации обучения видам спорта.

Для достижения этих целей используются формы работы - проведение занятий в традиционной форме, в форме визуализации и ролевой игры.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература (библиотека СГАУ)

№ п/п	Наименование, ссылка для электронного доступа или кол-во экземпляров в библиотеке	Автор(ы)	Место издания, издательство, год	Используется при изучении разделов (из п. 4.3)
1	2	3	4	5
1.	Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: Учебное пособие http://znanium.com/bookread2.php?book=1000483	Ш.З. Хуббиев, С.М. Лукина, Т.Е. Коваль, Л.В. Ярчиковская	СПб:СПбГУ, 2018	1-9
2.	Элективные курсы по физической культуре и спорту. Общая физическая подготовка. Методические рекомендации: http://znanium.com/bookread2.php?book=1010174	Мрочко О.Г.	Москва:Альтаир МГАВТ, 2018	1-9

б) дополнительная литература

№ п/п	Наименование, ссылка для электронного доступа или кол-во экземпляров в библиотеке	Автор(ы)	Место издания, издательство, год	Используется при изучении разделов (из п. 4.3)
1	2	3	4	5
1.	Физическая культура: учебно-методическое пособие http://znanium.com/bookread2.php?book=993540	Ю.С. Филиппова	Москва: ИН-ФРА-М, 2019	1-9
2.	Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности: учеб-	Л.К. Караулова.	Москва: ИН-ФРА-М, 2018	1-9

№ п/п	Наименование, ссылка для электронного доступа или кол-во экземпляров в библиотеке	Автор(ы)	Место издания, издательство, год	Используется при изучении разделов (из п. 4.3)
1	2	3	4	5
	ник http://znanium.com/bookread2.php?book=976392			
3.	Физическая культура и здоровый образ жизни: учеб.пособие http://znanium.com/bookread2.php?book=1036690	О.В. Морозов, В.О. Морозов.	Москва: ФЛИН-ТА, 2015.	1-9

в) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Для освоения дисциплины рекомендуются следующие сайты информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- Официальный сайт университета: <http://www.sgau.ru/>;
- Государственная политика в области образования-Российское образование. Федеральный портал-URL: http://www.edu.ru/index.php?page_id=105
- Официальный сайт Электронной библиотеки диссертаций Российской государственной библиотеки. <http://diss.rsl.ru/>
- Электронная библиотека: Труды ученых ИГУ. <http://ellib.library.isu.ru/index.php>

г) периодические издания

1. Научный журнал включен в список ВАК России «Теория и практика физической культуры». - ISSN: 00403601

д) информационные справочные системы и профессиональные базы данных

Для пользования стандартами и нормативными документами рекомендуется применять информационные справочные системы и профессиональные базы данных, доступ к которым организован библиотекой университета через локальную вычислительную сеть.

Для пользования электронными изданиями рекомендуется использовать следующие информационные справочные системы и профессиональные базы данных:

1. Научная библиотека университета <http://read.sgau.ru/biblioteka/>

Базы данных содержат сведения обо всех видах литературы, поступающей в фонд библиотеки. Более 1400 полнотекстовых документов (учебники, учебные пособия и т.п.). Доступ – с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

2. Электронная библиотечная система «Лань» <http://e.lanbook.com>.

Электронная библиотека издательства «Лань» – ресурс, включающий в себя как электронные версии книг издательства «Лань», так и коллекции полнотекстовых файлов других российских издательств. После регистрации с компьютера университета – доступ с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

3. Электронно-библиотечная система «IPRbooks» <http://ibooks.ru> - ресурс новейших информационных технологий и учебной лицензионной литературы. Доступ к полному тексту изданий на сайте возможен после авторизации. Пройдя

личную регистрацию в дальнейшем можно работать под своими учетными данными в любой точке, где есть доступ в сеть Интернет.

4. Электронно-библиотечная система «Znanium» <http://znanium.com>

Электронная библиотечная система «Znanium» содержит электронные версии изданий, публикуемых Научно-издательским центром ИНФРА-М, коллекции книг и журналов других российских издательств, а также произведения отдельных авторов. Доступ – с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

5. «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru>.

Электронно-библиотечная система, обеспечивающая доступ к книгам, конспектам лекций, энциклопедиям и словарям, учебникам по различным областям научных знаний, материалам по экспресс-подготовке к экзаменам. После регистрации с компьютера университета – доступ с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. <http://elibrary.ru>.

Российский информационный портал в области науки, медицины, технологии и образования. На платформе аккумулируются полные тексты и рефераты научных статей и публикаций. Доступ с любого компьютера, подключенного к сети Интернет. Свободная регистрация.

7. Профессиональная база данных «Министерство спорта РФ»

8. Поисковые интернет-системы Яндекс, Rambler, Google.

е) информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса:

- программное обеспечение - не предусмотрено программой

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения практических занятий по дисциплине кафедры «Физическая культура» имеются аудитории:

- игровой зал, оснащённый баскетбольной фермой с пластиковым щитом и табло атаки, баскетбольными щитами, воротами для мини футбола, электронным табло, мячами футбольными, баскетбольными и волейбольными, волейбольным комплектом (стойки, сетка, вышка), гимнастическими скамейками, гимнастическими матами и звукоусилительным комплектом PEAVEYEscort (1).
- бассейн, оснащённый досками для плавания;
- зал СМО, оснащённый гимнастической стенкой и скамейками, мячами, обручами, скакалками, гимнастическими палками, гантелями гимнастическими ковриками, теннисным столом и ракетками;
- зал для занятий дартсом, оснащённый мишенями, дротиками и гребным тренажером «Concept 2»;
- спортивно-стрелковый комплекс, оснащённый оружием, мишенями;
- спортивная площадка, оснащённая воротами для мини-футбола;
- лыжная база, оснащённая лыжами, лыжными ботинками, лыжными палками.

8. Оценочные материалы

Оценочные материалы, сформированные для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Общая физическая подготовка» разработан на основании следующих документов:

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

- приказа Минобрнауки РФ от 05.04.2017 № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;

Оценочные материалы представлены в приложении 1 к рабочей программе дисциплины и включает в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;
- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

9. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Самостоятельная работа не предусмотрена учебным планом по направлению подготовки 35.03.08 Водные биоресурсы и аквакультура направленность (профиль) «Аквакультура».

10. Методические указания для обучающихся по изучению дисциплины «Общая физическая подготовка»

Методические указания по изучению дисциплины «Общая физическая подготовка» включают в себя:

Методические указания по выполнению практических занятий.

*Рассмотрено и утверждено на заседании кафедры «Физическая культура»
«26» августа 2019 года (протокол № 1).*

**Лист изменений и дополнений,
вносимых в рабочую программу дисциплины
«Общая физическая подготовка»**

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины «Общая физическая подготовка» на 2020/2021 учебный год:

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература (библиотека СГАУ)

1. Пожидаев, В. П. Физическая культура : методические рекомендации по изучению курса дисциплины «Совершенствование общей физической подготовки студентов в ходе проведения учебных занятий» / В. П. Пожидаев. — Тверь : Тверская ГСХА, 2019. — 26 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/reader/book/134200/#1>
2. Блинков, С. Н. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / С. Н. Блинков, В. А. Мезенцева, С. Е. Бородачева. — Самара : СамГАУ, 2018. — 161 с. — ISBN 978-5-88575-500-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/reader/book/109462/>

б) дополнительная литература

1. Каргин, Н. Н. Теоретические основы здоровья человека и его формирования средствами физической культуры и спорта : учебное пособие / Н.Н. Каргин, Ю.А. Лаамарти. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 243 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/1070927. - ISBN 978-5-16-015939-3. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/read?id=359731>

Актуализированная рабочая программа дисциплины «Общая физическая подготовка» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры «Физическая культура» «31» августа 2020 года (протокол № 1).

Заведующий кафедрой


(подпись)