Аннотация

к рабочей программе дисциплины ОГСЭ.06 «Физическая культура» по специальности 19.02.07 Технология молока и молочных продуктов (срок обучения 3 года 10 мес.)

1.Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена.

Программа учебной дисциплины является частью ППССЗ по специальности **19.02.07 Технология молока и молочных продуктов** (базовая подготовка) и относится к общему гуманитарному и социально-экономическому циклу.

2. Цель изучения дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование физической культуры личности и её способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к профессиональной деятельности.

3. Структура дисциплины

- 1. Понимание роли физической культуры в развитии личности в подготовке ее к профессиональной деятельности;
- 2. Освоение научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- 3. Овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей.

4. Основные образовательные технологии

В процессе изучения дисциплины используются традиционные методы обучения и технологии активного обучения.

5. Требования к результатам освоения дисциплины

- 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте.
- 2. Социально-биологические основы физической культуры. Основы здорового образа жизни студента. Использование средств физической культуры для оптимизации работоспособности.
- 3. Общая и специальная подготовка в системе физического воспитания. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
- 4. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Основы методики самостоятельных занятий и самоконтроль за состоянием своего здоровья.

В рамках данной дисциплины студент должен:

Знать: законодательство РФ в области физической культуры и спорта, средства, методы, принципы физической культуры при совершенствовании

функциональных возможностей организма человека; основы здорового образа жизни студента, особенности использования средств физической культуры для поддержания и повышения уровня здоровья, для полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Уметь: применять средства и методы физической культуры для повышения физического развития и совершенствования; правильно дозировать физическую и умственную нагрузку в процессе учебной и профессиональной деятельности; осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма во время самостоятельных занятий, использовать средства профессионально-прикладной физической подготовки для развития профессионально важных двигательных умений и навыков.

Процесс изучения дисциплины направлен на частичное формирование у студентов общих компетенций: ОК 1-9

6.Общая трудоемкость дисциплины

Максимальная учебная нагрузка обучающегося **-336** часа, в том числе: обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося **- 168** часов; самостоятельная работа обучающегося **- 168** часа.

7. Формы контроля

Промежуточная аттестация: зачет 3,5,7 семестр, дифференцированный зачет – 4,6,8 семестр

8.Составитель: Свистунов Е.А., преподаватель