Аннотация

к рабочей программе дисциплины БД.08«**Физическая культура»** по специальности СПО **19.02.07 Технология молока и молочных продуктов**

1.Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Программа учебной дисциплины является частью ППССЗ в соответствии с ФГОС по специальности **19.02.07 Технология молока и молочных продуктов и** относится к базовым дисциплинам общеобразовательной подготовки.

2. Цель изучения дисциплины

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 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями

6.Общая трудоемкость дисциплины

максимальной учебной нагрузки обучающегося **-176** часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **- 117** часов;

теоретические занятия - 6 часов;

самостоятельной работы обучающегося **- 59** часов.

7.Формы контроля

Промежуточная аттестация: зачет – 1 семестр, дифференцированный зачет – 2 семестр

8.Составитель: Свистунов Е.А. преподаватель