

Аннотация

к рабочей программе дисциплины БД.08 **Физическая культура** по специальности **260201.51 Технология молока и молочных продуктов** (срок обучения 3 года 10 мес.)

1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Программа учебной дисциплины является частью примерной основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО **260201.51 Технология молока и молочных продуктов** (базовая подготовка). Дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

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

Теоретическая часть. Основы здорового образа жизни. **Учебно-методическая часть.** **Учебно-тренировочная часть.** Легкая атлетика. Кроссовая подготовка. Гимнастика. Спортивные игры. Плавание.

4. Основные образовательные технологии

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

5. Требования к результатам освоения дисциплины

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.

По окончании изучения дисциплины студенты должны обладать следующими профессиональными компетенциями: владеть средствами самостоятельного, методически правильного использования методов

физического воспитания и укрепления здоровья, быть готовым к достижению должного уровня физической подготовленности для полноценной социальной и профессиональной деятельности.

6.Общая трудоемкость дисциплины

Максимальная учебная нагрузка обучающегося-**176** часов, в том числе:
обязательная аудиторная учебная нагрузка 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