

# АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

## Б1.Б.22 «Физическая культура и спорт»

по направлению подготовки: 19.03.03 Продукты питания животного происхождения

по профилю «Технология молока и молочных продуктов»

Квалификация выпускника: БАКАЛАВР

Выпускающая кафедра: ХТОМ

Кафедра разработчик рабочей программы: МГД

### 1. Цели освоения дисциплины

Целью дисциплины "Физическая культура и спорт" является содействие формированию у студентов общекультурных компетенций путем овладения специальными знаниями, практическими умениями и навыками, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, коррекцию имеющихся отклонений в функциональном состоянии организма, совершенствование психофизических способностей, профессионально значимых качеств необходимых в будущей профессиональной деятельности.

### 2. Содержание дисциплины «Физическая культура и спорт»

Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке специалистов. Социально-биологические основы физической культуры. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Самоконтроль за состоянием своего организма, занимающихся физическими упражнениями и спортом. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов.

### 3. В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

#### 1) Знать:

основы физической культуры и здорового образа жизни;  
роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста.

#### 2) Уметь:

овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование

психофизических способностей и качеств, самоопределение в физической культуре.

**3) Владеть:**

мотивационно-ценностным отношением к физической культуре, установкой на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, потребностью в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

необходимым уровнем общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность для достижения жизненных и профессиональных целей.

Зав. каф ХТОМ



Хасаншина Э.М.