**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Элективные курсы по физической культуре и спорту»**

по направлению подготовки: 15.03.02 «Технологические машины и оборудование»
по профилю «Пищевая инженерия малых предприятий»
Квалификация выпускника: БАКАЛАВР
Выпускающая кафедра: ПИМП
Кафедра-разработчик рабочей программы: «Физического воспитания и спорта»

***1. Цели освоения дисциплины***

Целями освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» являются:

а) освоение методико-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

б) овладение системой знаний, умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;

в) приобретение необходимого опыта в формировании потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом.

***2. Содержание дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту»:***

Психофизические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности; средства физической культуры в регулировании умственной и физической работоспособности.

Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов; физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра.

Общая и специальная физическая подготовка.

Тестирование уровня физической подготовленности.

Легкая атлетика.

Спортивная гимнастика.

Спортивные игры.

Лыжная подготовка.

Спортивные единоборства.

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

1) Знать:

а) основные понятия физической культуры человека и общества, ее историю и роль в формировании здорового образа жизни;

б) научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни.

2) Уметь:

а) творчески использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей, повышения функциональных и двигательных способностей;

б) проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических качеств, коррекции телосложения и осанки, поддерживать оптимальный уровень умственной и физической работоспособности.

3) Владеть:

а) системой знаний, умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;

б) средствами самостоятельного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, способностью достижения необходимого уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной профессиональной и социальной деятельности

Зав. каф. ПИМП, профессор Поливанов М.А.