

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Элективные курсы по физической культуре и спорту

по направлению подготовки: 19.03.02 «Продукты питания из растительного сырья»

по профилю «Технология бродильных производств и виноделие»

Квалификация выпускника: БАКАЛАВР

Выпускающая кафедра: ОПП

Кафедра-разработчик рабочей программы: «Физического воспитания и спорта»

1. Цели освоения дисциплины

Целями элективных курсов по физической культуре и спорту являются:

- а) освоение методико-практических основ физической культуры и спорта 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 элективных курсов по физической культуре и спорту:

1. Психофизические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности; средства физической культуры и спорта в регулировании умственной и физической работоспособности.
2. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов; физическая культура и спорт в профессиональной деятельности бакалавра.
3. Общая и специальная физическая подготовка.
4. Тестирование уровня физической подготовленности.
5. Легкая атлетика.
6. Спортивная гимнастика.
7. Спортивные игры.
8. Лыжная подготовка.
9. 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 спорта 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. ОПП



Николаев А.Н.