

## Аннотация рабочей программы дисциплины

### Б1.Б.04 «Физическая культура и спорт»

#### Направления подготовки – 35.03.07 – Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции (уровень бакалавриата)

Общая трудоемкость дисциплины – 2 зачетные единицы, 72 часа.

1. Цель и задачи дисциплины. Целью физкультурного образования в вузе является формирование физической культуры личности. Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих задач: осознание студентами роли физической культуры в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; усвоение научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни; формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание; овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизиологических способностей, качеств и свойств личности; приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей. Таким образом, результатами образования по завершении обучения в области физической культуры должны быть: формирование устойчивой мотивации и потребности к здоровому и продуктивному образу жизни, физическому самосовершенствованию; приобретение личного опыта творческого использования средств и методов физической культуры; достижение установленного уровня психофизической подготовленности.

#### 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физическая культура» является дисциплиной базовой части Б1.Б.04

#### 3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Выпускник должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК):

ОК-8 - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Знать: - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.

Уметь: - выполнять индивидуальные комплексы упражнений оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики;

-выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;

-преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения.

Владеть: - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической

культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.