

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Алейник Станислав Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 15.03.2023 09:38:04

Уникальный идентификатор документа:

5258223550ea9fbeb23776a1609b644b33d8986ab6255891f288f913a1351fae

## Аннотация к рабочей программе дисциплины

### «Олективная дисциплина по физической культуре и спорту. ОФП»

Направление подготовки: 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции

Направленность (профиль): Хранение и переработка сельскохозяйственной продукции

Общая трудоемкость дисциплины составляет: (328ч).

		<p><b>УК-7.2</b> Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- основы здорового образа жизни.</li><li>- приемы, методы, технологии, которые не наносят прямого или косвенного вреда здоровью</li><li>- методы и средства физического развития и физической подготовленности с учетом реализации конкретной профессиональной деятельности.</li><li>- основы здоровьесберегающих технологий.</li></ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- выполнять индивидуальные комплексы упражнений оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики;</li><li>- решать задачи охраны здоровья</li><li>- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации.</li></ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.</li></ul>
--	--	--	---