Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Клочков Юрий Сергеевич
Должность: и.о. ректора
Дата подписания: 01.07.2024 17:34:46
Уникальный программный ключ:
4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a2538d7400d1

Аннотация рабочей программы дисциплины

«Общая физическая подготовка»

основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки

43.03.01 Сервис

Направленность: «Кадровый и правовой сервис в отрасли»

1.Цели изучения дисциплины:

Целью изучения дисциплины «Общая физическая подготовка» является формирование у обучающихся совершенствование физических качеств, средствами физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, направленных на всестороннее и гармоническое развитие личности, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, повышения функциональной устойчивости и адаптивных ресурсов организма к неблагоприятным условиям труда.

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Дисциплина «Общая физическая подготовка» относится к элективным дисциплинам учебного плана по физической культуре и спорту.

3. Результаты освоения дисциплины: формируемые компетенции и индикаторы их достижения

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикаторов достижения компетенций	Результаты обучения по дисциплине
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7. 3. применять принципы здорового образа жизни, использовать творческие средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	Знать: З1: основы физической культуры и здорового образа жизни Уметь: У1: применять правила ЗОЖ и физкультуры на практике Владеть: В1: навыками поддержания ЗОЖ
	УК-7. 4. организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни и готовности к профессиональной деятельности	Знать: З2: методы овладения индивидуально подобранных комплексов общеразвивающих упражнений и общефизическими упражнениями Уметь: У2: планировать свой рабочий (учебный) день и совмещать спортивные занятия; Владеть: В2: навыками применения общеразвивающих упражнений и общефизическими упражнениями в течения дня
	УК-7.5. укреплять свое физическое здоровье, развивать адаптационные резервы своего организма; логично и аргументировано представить необходимость здорового образа жизни	Знать: З3: основы профилактических мероприятий профессиональных заболеваний и вредных привычек Уметь: У3: соблюдать правила здорового образа жизни Владеть: В3: основами общей физической подготовки, основами методики самостоятельных занятий самоконтроль за состоянием своего организма
	УК-7.6. осознавать влияние оздоровительных систем физического воспитания на	Знать: З4: типы и механизм функционирования оздоровительных систем физического воспитания

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 6FA44C50384686A8E7BD5E27735179BC
Владелец: Ефремова Вероника Васильевна
Действителен: с 14.06.2022 до 07.09.2023

	укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек	Уметь: У4: применять оздоровительные системы и физическое воспитание Владеть: В4: опытом спортивной деятельности, физическим самосовершенствованием и самовоспитанием

4. **Общая трудоемкость дисциплины:**
   составляет 328 часов.

5. **Форма промежуточной аттестации:**
   заочная форма обучения: зачет – 3семестр.

Рабочую программу разработали:

А.В. Захарова, преподаватель кафедры физического воспитания,
О.А. Драгич, профессор кафедры физического воспитания, д.б.н.

Заведующий кафедрой  **В.Я. Субботин**