Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Клочков Юрий Сергеевич
Должность: и.о. ректора
Дата подписания: 02.07.2024 10:54:19
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 Б1.В.13.01 «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	Знать: УК-7.З.2. методы сохранения и укрепления физического здоровья и уметь использовать их для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать: З.2.1. - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек
	Знать: УК-7.З.3. – принципы здорового образа жизни в развитии человека и его готовности к профессиональной деятельности.	Знать: З.3.1. -методы овладения индивидуально подобранных комплексов общеразвивающих упражнений и общефизическими упражнениями
	УК-7.З.4. – влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек	Знать: З.4.1. - адаптационные резервы своего организма; основы профилактических мероприятий профессиональных заболеваний и вредных привычек
	Уметь: УК-7.У.1. - использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	Уметь: У.1.1. - планировать и проводить самостоятельные занятия, физкультминутки с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью; планировать свой рабочий (учебный) день и совмещать спортивные занятия;

	Уметь: УК-7.У.2. - укреплять свое физическое здоровье, развивать адаптационные резервы своего организма; логично и аргументировано представить необходимость здорового образа жизни человека	Уметь: У.2.1. - укреплять свое физическое здоровье, развивать адаптационные резервы своего организма; логично и аргументировано представить необходимость здорового образа жизни человека
	УК-7.У.3. – организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни и готовности к профессиональной деятельности	Уметь: У.3.1. - соблюдать правила здорового образа жизни;
	Владеть: УК-7.В.1.– опытом спортивной деятельности, физическим самосовершенствованием и самовоспитанием	Владеть: В.1.1. - основами общей физической подготовки, основами методики самостоятельных занятий самоконтроль за состоянием своего организма
	УК-7.В.2. – способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Владеть: В.2.1. – основами общей физической подготовки в целях последующих жизненных и профессиональных достижений

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**