

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Ключков Юрий Сергеевич  
Должность: и.о. ректора  
Дата подписания: 03.04.2024 10:19:20  
Уникальный программный ключ:  
4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a2538d7400d1

## Аннотация рабочей программы дисциплины «Физическая культура и спорт»

для направлений подготовки, реализуемых по индивидуальным образовательным траекториям  
(ИТ-стандарт)

**1. Цель изучения дисциплины** - формирование у обучающихся психофизической готовности и первичных умений и навыков к успешной профессиональной деятельности и военной подготовке.

**2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.** Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части Блока 1 учебного плана.

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

| Код и наименование компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                      | Код и наименование индикатора достижения компетенции (ИДК)                                                                                                                          | Код и наименование результата обучения по дисциплине                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7 Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности                                                                                                                                                    | УК-7.1 Понимает роль и значение физической культуры и спорта в жизни человека и общества                                                                                            | Знать (З1) основы двигательной активности человека и значение физических упражнений                       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     | Уметь (У1) использовать физические упражнения в ежедневной двигательной активности                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     | Владеть (В1) техникой выполнения физических упражнений                                                    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | УК-7.2 Применяет на практике разнообразные средства физической культуры и спорта, туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки.                        | Знать (З2) правила построения индивидуального комплекса упражнений                                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     | Уметь (У2) составлять комплексы упражнений разной направленности и назначения                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     | Владеть (В2) гигиеническими навыками при выполнении комплекса упражнений                                  |
| УК-8 С способен создавать и поддерживать в повседневной жизни, и в профессиональной деятельности, безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов | УК-7.3 Использует средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни | Знать (З3) критерии самоконтроля за физической нагрузкой                                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     | Уметь (У3) контролировать дозирование физической нагрузки, в том числе с использованием цифровых сервисов |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     | Владеть (В3) техникой самоконтроля дозирования физической нагрузки с использованием электронных устройств |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | УК – 8.4. Использует знания строевой, огневой и стрелковой подготовки в случае возникновения военной угрозы                                                                         | Знать (З4) строевые команды, устройство стрелкового оружия и ручных гранат                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     | Уметь (У4) выполнять строевые команды, обращаться со стрелковым оружием и ручными гранатами               |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     | Владеть (В4) строевыми приемами на месте и в движении, навыками стрельбы из стрелкового оружия            |

**4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы – 72 часа.**

### 4. Форма промежуточной аттестации:

очная форма обучения: зачет – 1 семестр;

заочная форма обучения: зачет – 2 семестр

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 6FA44C50384686A8E7BD5E27735179BC  
Владелец: Ефремова Вероника Васильевна  
Действителен: с 14.06.2022 до 07.09.2023