

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Клочков Юрий Сергеевич  
Должность: и.о. ректора  
Дата подписания: 03.04.2024 10:19:20  
Уникальный программный ключ:  
4e7c4ea90328ec8e6515d8058549a2538d7400d1

## Аннотация рабочей программы учебной дисциплины «Общая физическая подготовка»

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

### 1. Цель изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины - формирование у обучающихся физической подготовленности, через всестороннее развитие физических качеств, средствами физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

### 2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.

Дисциплина «Общая физическая подготовка» относится к элективным дисциплинам по физической культуре и спорту части Блока 1 учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений

### 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 Способен 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) нормативы индивидуальной физической подготовленности                                                         |
|                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                     | Уметь (У1) использовать средства физической культуры для поддержания индивидуальной физической подготовленности         |
|                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                     | Владеть (В1) техникой выполнения тестовых упражнений при контроле физической подготовленности                           |
|                                                                                                                                               | УК-7.2 Применяет на практике разнообразные средства физической культуры и спорта, туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки.                        | Знать (З2) нормативы комплекса ГТО в своей возрастной ступени                                                           |
|                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                     | Уметь (У2) использовать физические упражнения и средства для формирования индивидуальных физических качеств             |
|                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                     | Владеть (В2) спортивно-туристическими навыками и разнообразными средствами физической культуры в освоении комплекса ГТО |
|                                                                                                                                               | УК-7.3 Использует средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни | Знать (З3) средства, методы и технологии сохранения и укрепления физического здоровья                                   |
|                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                     | Уметь (У3) рационально использовать физические упражнения и средства для поддержания оптимального уровня здоровья       |
|                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                     | Владеть (В3) техникой выполнения физических упражнений профессионально-прикладного назначения                           |

### 4. Общая трудоемкость дисциплины составляет – 328 часов

### 5. Форма промежуточной аттестации:

очная форма обучения: зачет – 2, 3, 4, 5, 6 семестры  
заочная форма обучения: 3 семестр

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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