

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Клочков Юрий Сергеевич  
Должность: и.о. ректора  
Дата подписания: 19.04.2024 16:08:10  
Уникальный программный ключ:  
4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a2538d7400d1

Аннотация рабочей программы учебной дисциплины  
«Общая физическая подготовка»  
основной профессиональной образовательной программы  
Направления подготовки: 07.03.03 Дизайн архитектурной среды  
Направленность (профиль): «Проектирование городской среды»

1. **Целью** изучения дисциплины «Общая физическая подготовка», является формирование у обучающихся физических качеств, средствами физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, 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 Блока 1 части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений по направлению подготовки 07.03.03 Дизайн архитектурной среды, направленность (профиль): «Проектирование городской среды»

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. 3-1<br>Здоровьесберегающие технологии                                                                                               | 3-1.1 <b>знать</b> средства и методы физической культуры и спорта, для формирования собственного здоровья, поддержания физической формы и восстановления работоспособности.                                                      |
|                                                                                                                                                  | УК-7. У-1. Заниматься физической культурой и спортом.                                                                                     | У.1.1: <b>Уметь</b> использовать средства и методы физической культуры и спорта для поддержания должного уровня физической подготовленности                                                                                      |
|                                                                                                                                                  | УК-7.2. У-2. Использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.   | У.2.1: <b>Уметь</b> осуществлять подбор физических упражнений и форм двигательной активности для адаптации организма к физическим нагрузкам, повышении ресурсов здоровья и устойчивости к неблагоприятным факторам внешней среды |
|                                                                                                                                                  | УК-7. В-1 Навыками самостоятельного использования методов укрепления здоровья для достижения должного уровня физической подготовленности. | В.1.1: <b>Владеть</b> техникой рационального подбора индивидуальных форм, средств и методов физической культуры и спорта с учётом сохранных ресурсов здоровья, для организации самостоятельных занятий                           |

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

5. **Форма промежуточной аттестации:**

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

Рабочую программу разработала: С.И. Хромина, доцент, к.б.н, доцент

Заведующая кафедрой ФК и С

С.И. Хромина

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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