

Аннотация рабочей программы учебной дисциплины  
«Общая физическая подготовка»  
основной профессиональной образовательной программы  
по направлению подготовки: 20.03.01 Техносферная безопасность  
по специальности: 20.03.01 Техносферная безопасность

**2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.** Дисциплина «Общая физическая подготовка» относится к элективным дисциплинам Блока 1 учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений по направлению: 20.03.01 Техносферная безопасность, направленность: Безопасность технологических процессов и производств.

| Код и наименование компетенции                                                                                                                             | Код и наименование индикатора достижения компетенции (ИДК)                                                                                                                                 | Код и наименование результата обучения по дисциплине                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                                                                                                                                          | 2                                                                                                                                                                                          | 3                                                                                                                      |
| <b>УК-7</b><br>Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | <b>УК-7.1</b> Понимает роль и значение физической культуры и спорта в жизни человека и общества                                                                                            | <b>З1</b> Знать основы построения тренировочного процесса                                                              |
|                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                            | <b>У1</b> Уметь применить систему индивидуального тренировочного процесса                                              |
|                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                            | <b>В1</b> Владеть техникой построения индивидуальной тренировки                                                        |
|                                                                                                                                                            | <b>УК-7.3</b> Использует средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни | <b>З3</b> Знать зоны тренировочного режима                                                                             |
|                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                            | <b>У3</b> Уметь построить рациональный режим индивидуальной тренировки с использованием цифровых сервисов и устройств. |
|                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                            | <b>В3</b> Владеть техникой самоконтроля и восстановления с использованием электронных устройств                        |

### 5. Форма промежуточной аттестации:

- Рабочую программу разработали:** С.И. Хромина, доцент, к. биол. н., доцент  
О.А. Драгич, профессор, д. биол. н., доцент  
Е.М. Яшкина, ст. преподаватель

Сертификат: 014-0008488-АКТИВНОСТЬ-7851796  
Владелец: Ефремова Вероника Васильевна  
Действителен: с 14.06.2022 до 07.09.2023

С.И. Хромина