

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Клочков Юрий Сергеевич
 Должность: и.о. ректора
 Дата подписания: 12.04.2024 09:24:53
 Уникальный программный ключ:
 4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a2538d710031

Аннотация рабочей программы дисциплины

«Общая физическая подготовка»

основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки

13.03.02 Электроэнергетика и электротехника

направленность (профиль) «Электроснабжение»

1. Цель изучения дисциплины: формирование у обучающихся физических качеств, средствами физической культуры и спорта, 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 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 (31) основы построения тренировочного процесса
		Уметь (У1) применить систему индивидуального тренировочного процесса
		Владеть (В1) техникой построения индивидуальной тренировки
	УК-7.2. Применяет на практике разнообразные средства физической культуры и спорта, туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки	Знать (32) основы биологических ритмов человека
		Уметь (У2) планировать рабочий день, рационально распределяя режим двигательной активности
		Владеть (В2) техникой составления режима рабочего дня, с поддержанием оптимального двигательного режима
	УК-7.3. Использует средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	Знать (33) зоны тренировочного режима
		Уметь (У3) построить рациональный режим индивидуальной тренировки с использованием цифровых сервисов и устройств
		Владеть (В3) техникой самоконтроля и восстановления с использованием электронных устройств

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет – 328 часов

5. Форма промежуточной аттестации: очная форма обучения: зачёт – 2,3,4,5,6 семестр;

заочная форма обучения: зачёт – 2,3,4,5,6 семестр; зимняя сессия; очно-заочная форма обучения: не реализуется.

Заведующий кафедрой физического воспитания _____

В.Я. Субботин