

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ  
«Физическое воспитание»**

по основной профессиональной образовательной программе по направлению подготовки  
12.03.01 «Приборостроение» (уровень бакалавриата)

**Направленность (профиль):** Измерительные информационные технологии

**Общий объем дисциплины** – 0 з.е. (328 часов)

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:**

- ОК-8: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

**Содержание дисциплины:**

Дисциплина «Физическое воспитание» включает в себя следующие разделы:

**Форма обучения заочная. Семестр 3.**

**Объем дисциплины в семестре** – 0 з.е. (81 часов)

**Форма промежуточной аттестации** – Зачет

**1. Общефизическая подготовка. Методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.** Гимнастика: основы техники безопасности; разминка; комплексы общеразвивающих упражнений; подвижные игры для развития силы, быстроты, выносливости и т.д.

Легкая атлетика: бег на различные дистанции; техника выполнения видов легкой атлетики..

**Форма обучения заочная. Семестр 4.**

**Объем дисциплины в семестре** – 0 з.е. (81 часов)

**Форма промежуточной аттестации** – Зачет

**1. Общефизическая подготовка. Методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.** Спортивные игры: Основы техники безопасности на занятиях; упражнения для развития силы, быстроты, выносливости, гибкости и т.д.; спортивными играми; игра в баскетбол, волейбол, мини-футбол..

**Форма обучения заочная. Семестр 5.**

**Объем дисциплины в семестре** – 0 з.е. (83 часов)

**Форма промежуточной аттестации** – Зачет

**1. Общефизическая подготовка. Методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.** Плавание: Основы техники безопасности; Начальное обучение плаванию; подвижные игры на воде; освоение техники способов плавания; общая и специальная подготовка пловца..

**Форма обучения заочная. Семестр 6.**

**Объем дисциплины в семестре** – 0 з.е. (83 часов)

**Форма промежуточной аттестации** – Зачет

**1. Общефизическая подготовка. Методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.** Легкая атлетика: разминка, бег на различные дистанции; прыжки в длину с места.

Гимнастика: выполнение силовых упражнений (подтягивание, отжимание); выполнение упражнений на пресс..

Разработал:

старший преподаватель  
кафедры ОФКС

А.М. Поляков

Проверил:

Директор ГИ

В.Ю. Инговатов