



Федеральное агентство морского и речного транспорта  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Государственный университет морского и речного флота  
имени адмирала С.О. Макарова»  
Воронежский филиал ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова»

Кафедра гуманитарных и социальных наук

## АННОТАЦИЯ

дисциплины «*Элективные курсы по физической культуре и спорту*»

Направление подготовки 09.03.02 Информационные системы и технологии

Направленность (профиль) Информационные системы на транспорте

Уровень высшего образования бакалавриат

Форма обучения очная, очно-заочная

Промежуточная аттестация зачет

### 1. Место дисциплины в структуре образовательной программ

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к обязательной части Блока 1 и изучается на 1, 2 курсах в семестрах 2-4 очной и очно-заочной формах обучения.

### 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК – 7 Способен поддержать данный уровень физической подготовленности	УК - 7.1	Выбор здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма
	УК -7.2	Обеспечение работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки

для обеспечения полноценной и профессиональной деятельности	УК- 7.3	Соблюдение норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
---	---------	--

### **3. Объем дисциплины по видам учебных занятий**

Объем дисциплины составляет 328 часов, из которых по очной и очно-заочной формам 204 часа составляет контактная работа обучающегося с преподавателем – практические занятия.

### **4. Основное содержание дисциплины**

Тема 1. Легкая атлетика

Тема 2. Спортивные игры

Тема 3 Силовая подготовка

Составитель: старший преподаватель Чеснокова Н. П.

Зав. кафедрой: к. г. н., И. В. Комов