

| Индекс          | Наименование и краткое содержание дисциплины (модулей) и практик  | Объем, з.е. |
|-----------------|---|-------------|
| К.М.01.ДВ.01.02 | <p><b>Силовые виды спорта</b><br/>УК-7.1; УК-7.2; УК-7.3</p> <p>Целями дисциплины являются гармоническое развитие всех мышечных групп опорно-двигательного аппарата, путем использования избирательных силовых упражнений, а также всестороннее развитие силовых возможностей в единстве с освоением жизненно важных двигательных действий (умений и навыков). Рассматриваются особенности правильного формирования и всестороннего развития организма и отдельных его систем, поддержания высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения. Изучаются технологии овладения основами силовых видов спорта, овладения широким спектром силовых упражнений с предметами и без предметов для укрепления здоровья занимающихся и выступления на соревнованиях. Формируются мотивационно-ценностные отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом. Элективная дисциплина «Силовые виды спорта» направлена на приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту.</p> |             |
|                 | <p><b>Приведенная аннотация снабжена индексом для профиля</b> Прикладные информационные системы (очная форма)</p>   |             |