

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Всероссийский физкультурно спортивный комплекс Готов к труду и обороне (ГТО)**

#### **1. Место дисциплины в структуре ОПОП.**

Дисциплина Всероссийский физкультурно спортивный комплекс Готов к труду и обороне (ГТО) 49.03.01 относится к дисциплинам Блока 1 обязательной части Б1.О.03.05.07.

#### **2. Объем дисциплины:** - зачетные единицы.

**3. Содержание дисциплины:** Предмет «Всероссийский физкультурно спортивный комплекс Готов к труду и обороне (ГТО)». Введение в дисциплину. Цели и задачи курса. Нормативные требования. Изучение техники бега на короткие дистанции. Техника метания гранаты. Преодоление различных полос полосы препятствий. Средства и методы развития физических качеств. Методические рекомендации по тестированию населения в рамках ВФС ГТО. История и развития комплекса ГТО. Организация внеклассных занятий для подготовки к норм ГТО. Кроссовая подготовка. Прыжки в длину с разбега и с места.

#### **4. Планируемые результаты обучения по дисциплине.**

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие компетенции:

- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности **(УК-7)**.

#### **5. Форма контроля:** зачет.

#### **6. Разработчик:** ст. преподаватель Годжиев Г.Т., доцент Воробьева И.Н.