



УТВЕРЖДАЮ  
 Руководитель ООП  
 Спирина У.Н.  
 25 апреля 2022 г.

## Аннотация рабочей программы дисциплины **Адаптивная физическая культура**

Закреплена за кафедрой **Физического воспитания**  
 Учебный план 35.03.01 Лесное дело  
 Квалификация **Бакалавр**  
 Форма обучения **очная**  
 Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 328  
 в том числе:  
 аудиторные занятия 128  
 самостоятельная работа 200  
 Виды контроля в семестрах:  
 зачеты 2, 4

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		Итого	
	17	15	17	15						
Неделя	уп	рпд	уп	рпд	уп	рпд	уп	рпд	уп	рпд
Практические	34	34	30	30	34	34	30	30	128	128
Итого ауд.	34	34	30	30	34	34	30	30	128	128
Контактная работа	34	34	30	30	34	34	30	30	128	128
Сам. работа	48	48	52	52	48	48	52	52	200	200
Итого	82	82	82	82	82	82	82	82	328	328

### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	максимально возможное развитие жизнеспособности человека, двигательной активности, физических и психологических способностей, обеспечивающих адаптацию личности к своему состоянию здоровья, окружающей среде, обществу и различным видам деятельности, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта
-----	---

#### Задачи :

-	понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
-	знание практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
-	формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни;
-	формирование жизненно необходимых знаний, умений и навыков по сохранению и поддержанию организма в активном функциональном состоянии;
-	формирование волевых качеств, интереса, осознанной необходимости в постоянных занятиях физическими упражнениями;
-	использование средств физической культуры в профилактике и лечении различных заболеваний;
-	укрепление состояния здоровья, устранение отклонений в физическом развитии, повышение функциональных возможностей организма, развитие компенсаторных функций, двигательных способностей, устойчивости организма к неблагоприятным факторам окружающей среды;
-	приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
-	создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ОП:	Б1.О.ДВ.01
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	для освоения данной дисциплины необходимы знания, полученные в результате изучения предмета «Физическая культура» на уровне средней школы
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Учебная практика
2.2.2	Безопасность жизнедеятельности
2.2.3	Производственная практика
2.2.4	Преддипломная практика

### 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

**УК-7.1: Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности**

**УК-7.2: Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности**

**УК-7.3: Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности**

**Язык преподавания: русский**