



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 |
| 2.1 | Требования к предварительной подготовке обучающегося: |
| 2.1.1 | для освоения данной дисциплины необходимы знания, полученные в результате изучения предмета «Физическая культура» на уровне средней школы |
| 2.2 | Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее: |
| 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