

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Клочков Юрий Сергеевич  
 Должность: и.о. ректора  
 Дата подписания: 03.04.2024 09:38:53  
 Уникальный программный ключ:  
 4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a2538d7400d1

## Аннотация рабочей программы учебной дисциплины

### «Адаптивная физическая культура»

для направлений подготовки, реализуемых по индивидуальным образовательным траекториям (ИТ - стандарт)

#### 1. Цель изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины - формирование у обучающихся с ограниченными функциональными возможностями, адаптивной физической подготовленности, коррекционными средствами физической культуры, на основе сохранных кондиций, для расширения функциональных резервов организма, в достижении устойчивой адаптации к социальным и профессиональным условиям жизнедеятельности.

**2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.** Дисциплина «Адаптивная физическая культура» относится к элективным дисциплинам Блока 1 учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений

**3. Результаты освоения дисциплины: формируемые компетенции и индикаторы их достижения**

| Код и наименование компетенции                                                                                                                   | Код и наименование индикатора достижения компетенции (ИДК)                                                                                                                          | Код и наименование результата обучения по дисциплине (модулю)                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7<br>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1 Понимает роль и значение физической культуры и спорта в жизни человека и общества                                                                                            | Знать (З1) сохранные ресурсы организма для совершенствования индивидуальной физической подготовленности                                        |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                     | Уметь (У1) использовать средства физической культуры для адаптации и повышения резервов организма                                              |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                     | Владеть (В1) техникой выполнения контрольно-тестовых упражнений избирательного наполнения                                                      |
|                                                                                                                                                  | УК-7.2 Применяет на практике разнообразные средства физической культуры и спорта, туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки.                        | Знать (З2) средства физической культуры и спорта индивидуальной коррекционно-оздоровительной направленности                                    |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                     | Уметь (У2) построить индивидуальный комплекс упражнений коррекционно-оздоровительной направленности                                            |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                     | Владеть (В2) техникой выполнения упражнений коррекционно-оздоровительной направленности                                                        |
|                                                                                                                                                  | УК-7.3 Использует средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни | Знать (З3) гигиенические требования к использованию средств и методов физической культуры и спорта коррекционно-оздоровительной направленности |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                     | Уметь (У3) дозировать физическую нагрузку с использованием цифровых сервисов и устройств                                                       |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                     | Владеть (В3) техникой самоконтроля и восстановления с использованием электронных устройств                                                     |

**4. Общая трудоемкость дисциплины**  
составляет – 328 часов

**5. Форма промежуточной аттестации:**

- очная форма обучения: зачет – 2, 3, 4, 5, 6 семестры
- заочная форма обучения: зачет – 3 семестр

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 6FA44C50384686A8E7BD5E27735179BC  
 Владелец: Ефремова Вероника Васильевна  
 Действителен: с 14.06.2022 до 07.09.2023