

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Клочков Юрий Сергеевич
 Должность: и.о. ректора
 Дата подписания: 13.05.2024 11:31:19
 Уникальный программный ключ:
 4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a2558d7400d1

Аннотация рабочей программы дисциплины
 Адаптивная физическая культура
основной профессиональной образовательной программы
по специальности 21.05.06 Нефтегазовая техника и технологии
Направленности: Магистральные трубопроводы и газонефтехранилища
 Машины и оборудование нефтегазовых промыслов

1. Цели изучения дисциплины

Целью изучения дисциплины является формирование у обучающихся с ограниченными функциональными возможностями физической культуры личности и коррекции нарушенных функций организма на основе сохраненных кондиций и использования средств физической культуры 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 относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана по специальности 21.05.06 Нефтегазовая техника и технологии, направленности «Магистральные трубопроводы и газонефтехранилища», «Машины и оборудование нефтегазовых промыслов».

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

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикаторов достижения компетенций	Результаты обучения по дисциплине
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.31 Знать - методы сохранения и укрепления физического здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, нормы здорового образа жизни	Знать: - основы физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни; - способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности; - индивидуальные физиологические особенности организма, доступные виды двигательной активности и физических упражнений; - средства и методы физической культуры и спорта для формирования собственного здоровья, поддержания физической формы и восстановления работоспособности; - особенности формирования физических качеств, прикладной направленности, основ профилактики профзаболеваний, вредных привычек, психоэмоционального стресса
	УК-7.У1 Уметь - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, формирования здорового образа жизни	Уметь: - использовать средства и методы физического воспитания для здорового образа жизни; - оценивать уровень развития физических качеств согласно возрастным нормативам, уметь индивидуально дозировать физическую нагрузку; - осуществлять подбор физических упражнений для разминки и комплекса

		утренней гимнастики; - осуществлять подбор форм двигательной активности и индивидуальных физических упражнений для адаптации организма к физическим нагрузкам и индивидуальным условиям труда, повышения ресурсов здоровья и устойчивости к неблагоприятным факторам внешней среды; - использовать средства физической культуры и спорта на рабочем месте в профилактических целях
	УК-7.B1 Владеть - основами физической культуры для осознанного выбора здоровосберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации профессиональной деятельности	Владеть - современными средствами и методами физкультурно-оздоровительной направленности; - техникой выполнения контрольно-тестовых заданий по физической подготовленности и контролю за самочувствием; - техникой выполнения специальных упражнений, комплексов; - техникой подбора индивидуальных средств и методов физической культуры и спорта с учетом сохранных ресурсов здоровья, для организации самостоятельных занятий; - техникой рационального дозирования физической нагрузки, профилактической направленности развития профпатологии

4. Общая трудоемкость дисциплины

составляет 328 часов.

5. Форма промежуточной аттестации

заочная форма обучения: зачет – 3 семестр.

Рабочую программу разработали: С.И. Хромина, доцент, к.биол.н, доцент.

Руководитель образовательной программы



А.Е. Анашкина