

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
«Адаптивная физическая культура»  
основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки  
15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств  
18.03.01 Химическая технология  
13.03.02 Электроэнергетика и электротехника**

**1. Цели 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, формируемая участниками образовательных отношений.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

знание: основ и принципов адаптивной физической культуры и спорта; индивидуальный уровень физической подготовленности с учетом сохранных кондиций;

умения: использовать средства физической культуры и спорта в поддержании своей физической формы; осуществлять подбор специальных физических упражнений для составления индивидуального комплекса;

владение: техникой выполнения специальных физических упражнений; навыком планирования индивидуального тренировочного режима.

Содержание дисциплины логически и содержательно связано с дисциплинами «Физическая культура и спорт», «Прикладная физическая культура», «Общая физическая подготовка».

**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
УК-7. 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 упражнения 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	Знать (З3): гигиенические требования к использованию средств и методов	

	методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	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 семестр.

заочная форма обучения: зачет – 3 семестр.