Приложение 1к рабочей программе дисциплины
«Адаптивная физическая культура и спорт»

**Аннотация рабочей программы**

Дисциплина *Адаптивная физическая культура и спорт* относится к *вариативной* части *Гуманитарного* модуля учебного плана по *18.05.02 Химическая технология материалов современной энергетики:*

Дисциплина реализуется кафедрой физической культуры и спорта.

**Цель** освоения дисциплины: формирование способности обучающихся использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**Задачи** освоения дисциплины**:**

* обучение жизненно-важным двигательным умениям и навыкам;
* овладение комплексом знаний о современных оздоровительных системах физического воспитания;
* укрепление здоровья, повышение функциональных и адаптивных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма;
* обучение рациональному дыханию, ознакомление с различными дыхательными методиками;
* воспитание бережного отношения к собственному здоровью, культуры общения и взаимодействия в коллективных формах занятий физическими упражнениями;
* развитие и закрепление компетентности в физкультурно-оздоровительной деятельности.
* воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
* содействие воспитанию нравственных волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и индикаторов их достижения в соответствии с ОС НИЯУ МИФИ и ООП ВО по специальности *18.05.02 Химическая технология материалов современной энергетики:*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| НаименованиеКатегории(группы) УК | Код инаименование УК | Код и наименованиеиндикатора достижения УК |
| Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение) | **УК-7** Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | **З-УК-7** Знать: виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни**У-УК-7** Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни**В-УК-7** Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

Воспитательный потенциал дисциплины:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Направления/цели воспитания | Задачи воспитания (код) | Воспитательный потенциал дисциплин |
| Физическое воспитание |  **В8** формирование культуры здорового образа жизни, развитие способности к сохранению и укреплению здоровья  | Использование воспитательного потенциала дисциплины "Физическая культура и спорт", а также элективных дисциплин по физической культуре и спорту для:- формирования у обучающихся ценностей здорового образа жизни, посредством популяризация физической культуры и позитивных жизненных установок, побуждения студентов к активному образу жизни и занятию спортом;- формирования навыков здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом посредством проведения ежедневных физических тренировок, организации систематических занятий обучающихся физической культурой, спортом и туризмом, в том числе в рамках спортивно-ориентированных секций. |

Разделы дисциплины:

1. Общая физическая подготовка в зависимости от заболевания;
2. Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика, ЛФК;
3. Подвижные игры;
4. Элементы различных видов спорта;
5. Практико-методические занятия;
6. Закрепление материала.

Программой дисциплины предусмотрены практические 328 *часов*.

Форма контроля: зачет.

Общая трудоемкость (объем) дисциплины Адаптивная физическая культура и спорт составляет 328 академических часов.