

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Волхонов Михаил Станиславович

Должность: Врио ректора

Дата подписания: 06.07.2021 11:44:30

Уникальный программный ключ:

b2dc75470204bc2bfec58d577a1b983ee223ea27559d45aa8c272df0610c6c81

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«КОСТРОМСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ»

Согласовано:

Председатель методической комиссии
архитектурно-строительного факультета

_____ Е.И. Примакина

11 мая 2021 года

Утверждаю:

Декан архитектурно-строительного
факультета

_____ М.В. Ермушин

12 мая 2021 года

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья

| | |
|---|---------------------------------------|
| Направление подготовки/Специальность | <u>07.03.01 Архитектура</u> |
| Направленность (профиль) | <u>«Архитектурное проектирование»</u> |
| Квалификация выпускника | <u>бакалавр</u> |
| Форма обучения | <u>очная</u> |
| Срок освоения ОПОП ВО | <u>5 лет</u> |

1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины: формирование физической культуры личности и способности методически обоснованно и целенаправленно использовать средства физической культуры, сформировать индивидуальную здоровьесберегающую жизнедеятельность, обеспечивающую социальную мобильность, профессиональную надежность и устойчивость на рынке труда лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Задачи дисциплины:

- формирование осознанного отношения к своим физическим возможностям, потребности к их поддержанию и развитию;
- содействие общему улучшению самочувствия студентов с отклонениями в состоянии здоровья, повышение сил и возможностей, укрепление иммунитета;
- формирование знаний, необходимых для грамотного использования средств и методов физической культуры для физического саморазвития, профилактики заболеваний, двигательной реабилитации, повышения работоспособности, подготовки к профессиональной деятельности;
- развитие способности к выполнению необходимых и доступных физических нагрузок;
- формирование способности к преодолению не только физических, но и психологических барьеров, препятствующих полноценной жизнедеятельности;
- развитие потребности быть здоровым, насколько это возможно, вести здоровый образ жизни;
- формирование стремления к повышению умственной и физической работоспособности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

2.1. Дисциплина *Б1.О.ДВ.01.03 Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья* относится к **обязательной части Блока 1 «Дисциплины (модули) ОПОП ВО»**.

2.2. Для изучения данной дисциплины (модуля) необходимы знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами:

- *Физическая культура и спорт.*

2.3. Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной:

- *безопасность жизнедеятельности;*
- *государственная итоговая аттестация.*

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие компетенции: УК-7.

| Категория компетенции | Код и наименование компетенции | Код и наименование индикатора достижения компетенции |
|---|---|--|
| Универсальные компетенции | | |
| Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение) | УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной | ИД-1УК-7. Знает здоровье сберегающие технологии. ИД-2УК-7. |

| | | |
|--|--|---|
| | социальной и профессиональной деятельности | Занимается физической культурой и спортом. Использует методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |
|--|--|---|

В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ СТУДЕНТ ДОЛЖЕН:

Знать: основные средства и методы физического воспитания

Уметь: подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств

Владеть: методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

4. Структура дисциплины

Краткое содержание дисциплины: Адаптивная физическая культура. Общая физическая подготовка. Легкая атлетика. Баскетбол. Волейбол. Футбол. Настольный теннис. Фитнес. Силовые виды спорта. Спринтерский бег. Лыжная подготовка. Стрельба из пневматической винтовки. Методика планирования и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями тренировочной направленности. Методы мышечной релаксации.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов. **Форма промежуточной аттестации: зачет.**