

## **Аннотация рабочей программы дисциплины «Адаптивная физическая культура и спорт»**

**Цель дисциплины:** формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

### **Задачи:**

- сформировать у обучающихся устойчивую положительную мотивацию к учебным занятиям, участию в соревнованиях и научно-практических конференциях по физической культуре.
- развивать у обучающихся знания по теории, истории и методике физической культуры на основе инновационных технологий обучения.
- обучить обучающихся практическим умениям и навыкам занятий различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами.
- сформировать у обучающихся готовность применять спортивные и оздоровительные технологии для достижения высокого уровня физического здоровья и поддержания его в процессе обучения в вузе, дальнейшей профессиональной деятельности.
- развивать у обучающихся индивидуально-психологические и социально-психологические качества и свойства личности, необходимые для успешной учебной и профессиональной деятельности.

### **Содержание дисциплины:**

**В результате освоения дисциплины, обучающиеся изучают следующие темы:**

- Тема 1. Лечебная физическая культура (ЛФК)
- Тема 2. Плавание
- Тема 3. Аэробика и фитнес аэробика
- Тема 4. Физическая рекреация

**Объем дисциплины - 328 ч.**

**Форма промежуточного контроля – зачет.**