

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**Адаптивная физическая культура и спорт**

**Целью** освоения дисциплины «Адаптивная физическая культура и спорт» является 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 знания, умения, навыки для целенаправленного использования методов и средств физической культуры при обеспечении полноценной социальной, профессиональной деятельности.

Создание организационно-педагогических условий для формирования компетенций сохранения и укрепления своего собственного здоровья.

Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование, привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом.

Организация системы физического воспитания для овладения системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте.

Организация системы физического воспитания для приобретения личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии.

Создание организационно - педагогической основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

Основные вопросы:

- Лечебная физическая культура( ЛФК)
- Плавание:
- Аэробика и фитнес аэробика
- Физическая рекреация:
- Легкая атлетика:
- Единоборства:
- Атлетическая гимнастика:
- Настольный теннис:

Объем дисциплины 328 часов

Форма промежуточного контроля - зачет