

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Ворошилова Ольга Леонидовна

Должность: Ректор

Дата подписания: 03.11.2022 10:25:49

Уникальный программный ключ:

4cf44b5e98f1c61f6308024618ad72153c8a582b453ec495cc805a1a2d739deb

## **Аннотация к рабочей программе дисциплины**

«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту:

адаптивная физическая культура»

по программе специалитета 38.05.02 Таможенное дело

профиль «Таможенное дело»

### **Цель преподавания дисциплины**

Целью дисциплины 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 изучения дисциплины**

Основные задачи дисциплины:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение знаниями по формированию практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- приобретение знаний по использованию методов и средств физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

### **Индикаторы компетенций, формируемые в результате освоения дисциплины**

УК-7 - Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания

здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма

### **Разделы дисциплины**

1	Коррекция техники основных движений
2	Коррекция и развитие координационных способностей
3	Компенсация утраченных или нарушенных функций
4	Профилактика и коррекция соматических нарушений
5	Коррекция и развитие сенсорных систем
6	Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности
7	Освоение методов мышечной релаксации. Основы дыхательных упражнений
8	Паралимпийское движение – основное интегрирующее направление развития адаптивного спорта
9	Основы техники безопасности на занятиях физической культурой