

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич  
Должность: врио ректора  
Дата подписания: 06.06.2022 16:44:45  
Уникальный программный ключ:  
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»

Утверждаю:  
Руководитель ООП:  
М.Л. Логунов   
«16» сентября 2021 г.



Рабочая программа дисциплины (модуля) (с аннотацией)  
Элективные курсы по физической культуре и спорту/  
Адаптивная физическая культура

Направление подготовки  
45.03.01 Филология

Профиль подготовки  
Преподавание филологических дисциплин

Для студентов  
1-3 курса очной формы обучения  
Уровень высшего образования  
БАКАЛАВРИАТ

Составитель:  
Старший преподаватель кафедры физического воспитания  
Е.М. Немцев

Тверь, 2021

## **I. Аннотация**

### **1. Наименование дисциплины в соответствии с учебным планом**

*Элективные курсы по физической культуре и спорту/Адаптивная физическая культура*

### **2. Цель и задачи дисциплины**

Целью освоения дисциплины является формирование практических умений, а также изучение методов, направленных на использование разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья.

Задачами освоения дисциплины являются:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- формирование практических умений, изучение методов, направленных на использование разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

### **3. Место дисциплины в структуре образовательной программы:**

Дисциплина входит в блок дисциплин формирующих общекультурные компетенции. Она представляет собой практический курс «Элективные курсы по физической культуре и спорту/Адаптивная физическая культура» и является продолжением теоретического курса «Физическая культура и спорт».

### **4. Объем дисциплины: 328 часов.**

### **5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Входной уровень знаний, умений, опыта деятельности, требуемых для формирования компетенции, определяется федеральным государственным образовательным стандартом среднего (полного) общего образования.

Уровни освоения компетенций: пороговый (для программ бакалавриата).

<p><b>Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)</b></p>	<p><b>Планируемые результаты обучения по дисциплине</b></p>
<p>способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)</p>	<p><b>Владеть:</b> 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; способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> <p><b>Уметь:</b> формировать установку на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физической культурой и спортом; создать основу для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений</p> <p><b>Знать:</b> научно-биологические, педагогические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни; социальную значимость физической культуры и её роль в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности</p>

6. Форма промежуточного контроля - зачет.

7. Язык преподавания русский.