

# АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ Культура здоровья

**по направлению 49.03.02 –Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)**

## 1. Цели и задачи освоения дисциплины

**Цели освоения дисциплины:** ознакомление студентов с сущностью, основными направлениями и содержанием физкультурно-оздоровительных технологий для лиц пожилого и старческого возраста.

**Задачи освоения дисциплины:**

1. сформировать у студентов знания о видах оздоровительных методик для лиц пожилого и старческого возраста с использованием природных факторов;
2. обеспечить необходимой теоретической и практической подготовкой студентов по вопросам различных видов оздоровительных гимнастик для лиц пожилого и старческого возраста;
3. познакомить студентов с организацией и проведением восточных оздоровительных практик;
4. обучить студентов основным техникам дыхательных оздоровительных гимнастик для лиц пожилого и старческого возраста.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

«Культура здоровья» является курсом, включенным в вариативную часть (Б1.В.1.ДВ.06.02) подготовки студентов направления «Адаптивная физическая культура». Входные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения данного курса, формируются в процессе изучения курсов: История ФК, Акмеология ФК и С, Основы юношеского спорта, Естественно-научные основы ФК и С, Ознакомительная практика. Дисциплина является предшествующей для курсов: Коррекционная педагогика и психология, Научно-методическая деятельность, Психодиагностика в АФК, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, Преддипломная практика, Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы.

## 3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих **компетенций**: ПК-5 - Способен разрабатывать планы мероприятий по популяризации здорового образа жизни и активного долголетия для населения различных возрастных групп с ограниченными возможностями здоровья в процессе инклюзивных занятий

## 4. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы (108 часа)

## 5. Образовательные технологии

В ходе освоения дисциплины при проведении аудиторных занятий используются следующие образовательные технологии: лекции-визуализации, семинары конференции, тематические семинары, участие в дискуссии, выступление с докладами, освоение и применение практических навыков во время практических занятий.

При организации самостоятельной работы занятий используются следующие образовательные технологии: активные – конспектирование; интерактивные – подготовка и представление докладов.

## **6. Контроль успеваемости**

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды текущего контроля: тестирование, опрос во время практических занятий.

Промежуточная аттестация проводится в форме: зачета.