

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Тарасова Ирина Владимировна  
 Должность: Проректор по учебной работе  
 Дата подписания: 09.02.2024 14:18:49  
 Уникальный программный ключ:  
 8c45e14bf77dac42d4f8b124280a05e6949a0063

**«ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

*Направление подготовки: 48.03.01 «Теология»*

*Профиль подготовки: «Вероучение Церкви»*

*Квалификация выпускника: бакалавр*

*Форма обучения: очная*

*Год начала обучения по учебному плану: 2021 г.*

**АННОТАЦИЯ**

Целью освоения дисциплины «Прикладная физическая культура» является формирование физической культуры личности, приобретение практических навыков и опыта самостоятельного использования разнообразных средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Дисциплина «Прикладная физическая культура» преподается обучающимся очной формы по направлению подготовки 48.03.01 «Теология» (Вероучение Церкви).

Дисциплина изучается на 1-3 курсе, в 1-6 семестрах.

Дисциплина «Прикладная физическая культура» формирует у бакалавров набор специальных знаний и компетенций, необходимых для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач, и связана с дисциплинами «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности». Прикладная физическая культура, является важнейшим компонентом целостного развития личности и тесно связаны не только с физическим развитием и совершенствованием функциональных систем организма молодого человека, но и с формированием средствами физической культуры и спорта жизненно необходимых психических качеств, свойств и черт личности.

В результате освоения дисциплины формируется следующая компетенция:

Индикатор(ы) компетенций	Индикатор(ы) компетенций	Планируемые результаты обучения
УК7. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной	УК7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	Знать нормы здорового образа жизни и требования к уровню физической подготовленности, обеспечивающему полноценную социальную и профессиональную деятельность
полноценной социальной	профессиональной	Уметь на основе знаний по физической культуре и оценки

и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	собственного уровня физической подготовленности составить индивидуальную программу занятий, подобрать комплекс физических упражнений с учётом состояния здоровья и имеющихся ресурсов
		Владеть должным уровнем физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдением норм здорового образа жизни.
	<p>УК7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровые берегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.</p>	<p>Знать требования к физическим качествам, предъявляемых профессией, имеет представление о предоставляемых физической культурой возможностях укрепления здоровья, совершенствования физических качеств, в том числе профессионально необходимых</p> <p>Уметь оценивать свой уровень физической подготовленности на основе рекомендованных критериев, выявлять проблемы в сфере сформированности физических качеств и ставить цели по совершенствованию собственной физической подготовленности</p> <p>Владеть готовностью к здоровому образу жизни, к выбору здоровые берегающих технологий в условиях профессиональной деятельности</p>

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 328 часов.

На занятия практического (семинарского) типа 328 часов.

По итогам изучения дисциплины проводится промежуточная аттестация в форме зачета.