

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Белгородский Валерий Савельевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 28.12.2025 20:21:57  
Уникальный программный ключ:  
b3195602a2d8b6426f2b2ea60ab708cbd3140195

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

|                                                                 |                                        |
|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| Уровень образования                                             | бакалавриат                            |
| Направление подготовки                                          | 45.03.02 Лингвистика                   |
| Направленность (профиль)                                        | Теоретическая и прикладная лингвистика |
| Срок освоения образовательной программы по очной форме обучения | 4 года                                 |
| Форма обучения                                                  | очная                                  |

Учебная дисциплина «Адаптивная физическая культура» изучается в первом – шестом семестрах.

- Курсовой проект – не предусмотрен
- 1.1. Форма промежуточной аттестации
- первый семестр – зачет
  - второй семестр – зачет
  - третий семестр – зачет
  - четвертый семестр – зачет
  - пятый семестр – зачет
  - шестой семестр – зачет

1.2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП

Учебная дисциплина «Адаптивная физическая культура» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

1.3. Цели и планируемые результаты обучения по дисциплине

Целью изучения дисциплины «Адаптивная физическая культура» является:

- воспитание физической культуры личности, обучение применению средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, физическая и психофизическая подготовка к будущей профессиональной деятельности, обучение подбору методов для самостоятельных занятий и самоконтроля;
- улучшение здоровья студентов, профилактика обострений заболеваний, повышение сопротивляемости организма;
- специальные реабилитационные задачи: ликвидация остаточных явлений после перенесённых заболеваний, развитие компенсаторных функций, устранение функциональных отклонений;
- воспитание осознанной необходимости в постоянных занятиях физическими упражнениями;
- формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных методов и средств физической культуры для обеспечения полноценной профессиональной деятельности;
- формирование у обучающихся компетенции, установленной образовательной программой в соответствии с ФГОС ВО по данной дисциплине.

Результатом обучения по дисциплине является овладение обучающимися знаниями, умениями, навыками и (или) опытом деятельности, характеризующими процесс формирова-

ния компетенций и обеспечивающими достижение планируемых результатов освоения дисциплины.

Формируемые компетенции и индикаторы достижения компетенций:

| Код и наименование компетенции                                                                                                                | Код и наименование индикатора достижения компетенции                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | ИД-УК-7.1<br>Выбор здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности |
|                                                                                                                                               | ИД-УК-7.2<br>Планирование своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности                                  |
|                                                                                                                                               | ИД-УК-7.3<br>Соблюдение норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности                                                                       |

Общая трудоёмкость учебной дисциплины по учебному плану составляет:

|                         |  |             |     |             |
|-------------------------|--|-------------|-----|-------------|
| по очной форме обучения |  | <b>з.е.</b> | 328 | <b>час.</b> |
|-------------------------|--|-------------|-----|-------------|