

Министерство здравоохранения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Санкт-Петербургский государственный химико-фармацевтический
университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации
(ФГБОУ ВО СПбХФУ Минздрава России)

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Решением совета фармацевтического
факультета, протокол от 21.06.2019 г, № 9

Проректор по учебной работе
Ю.Г. Ильинова

Аннотация к рабочей программе дисциплины «Элективная физическая культура и спорт: фитнес»

Дисциплина «Элективная физическая культура и спорт: фитнес» реализуется в рамках образовательной программы высшего образования – бакалавриата по направлению подготовки 04.03.01 Химия, направленность (профиль) «Синтез и анализ органических соединений» по очной форме обучения на русском языке.

Место дисциплины в образовательной программе:

Дисциплина «Элективная физическая культура и спорт: фитнес» развивает знания, умения и навыки, сформированные у обучающихся по результатам изучения дисциплины Б1.О.05 «Физическая культура и спорт».

«Элективная физическая культура и спорт: фитнес» реализуется в рамках части дисциплин, формируемой участниками образовательных отношений, (модулей) Блока 1, элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту.

Дисциплина «Элективная физическая культура и спорт: фитнес» направлена на формирование компетенции:

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, в части следующих индикаторов ее достижения:

- | | |
|--------|---|
| УК-7.1 | Выбирает здоровые берегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности |
| УК-7.2 | Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности |
| УК-7.3 | Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности |

Перечень основных разделов дисциплины:

По дисциплине «Элективная физическая культура и спорт: фитнес» проводятся практические занятия, направленные на общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку, изучение упражнений из таких направлений фитнеса как: аэробика, пилатес, атлетическая (мышечная) гимнастика, функциональный тренинг, круговые и интервальные тренировки, шейпинг, дыхательная и суставная гимнастика, стретчинг.

Общий объем дисциплины – 328 часов.

Правила аттестации по дисциплине.

Текущий контроль по дисциплине «Элективная физическая культура и спорт: фитнес» проводится в форме сдачи контрольных нормативов.

Промежуточная аттестация за каждый семестр освоения дисциплины проводится в виде портфолио, в состав которого включаются все результаты текущего контроля успеваемости. Завершает портфолио итоговая рефлексивная работа, направленная на самостоятельную оценку индивидуальных учебных достижений обучающегося в рамках дисциплины «Элективная физическая культура и спорт: фитнес».

По результатам освоения дисциплины «Элективная физическая культура и спорт: фитнес» выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

Если по итогам проведенной промежуточной аттестации компетенция не сформирована на уровне требований к дисциплине (результаты обучающегося не соответствуют критерию сформированности компетенции), обучающемуся выставляется оценка «не зачтено».

Учебно-методическое обеспечение дисциплины.

Учебно-методический комплекс по дисциплине «Элективная физическая культура и спорт: фитнес» в электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО СПХФУ Минздрава России:

Тараканова М.Е. Элективная физическая культура и спорт: фитнес [Электронный ресурс]: электронный учебно-методический комплекс / М.Е. Тараканова; ФГБОУ ВО СПХФУ Минздрава России. – Санкт-Петербург, [2019]. - Режим доступа: <http://edu.spcpu.ru/course/view.php?id=2417>