

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: оздоровительная физкультура»**

Дисциплина «Элективная физическая культура и спорт: оздоровительная физкультура» реализуется в рамках образовательной программы высшего образования – бакалавриата по направлению подготовки 04.03.01 Химия, направленность (профиль) «Физико-химические методы анализа в производстве и контроле качества лекарственных средств» по очной форме обучения на русском языке.

**Место дисциплины в образовательной программе:**

Дисциплина «Элективная физическая культура и спорт: оздоровительная физкультура» развивает знания, умения и навыки, сформированные у обучающихся по результатам изучения дисциплины «Физическая культура и спорт». «Элективная физическая культура и спорт: оздоровительная физкультура» реализуется в рамках вариативной части дисциплин (модулей) Блока 1, элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту.

Дисциплина «Элективная физическая культура и спорт: оздоровительная физкультура» 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 здоровье сберегающие 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: оздоровительная физкультура» проводятся практические занятия, направленные на общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку, направленную на совершенствование физических качеств. Изучение упражнений из таких направлений физкультуры 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: оздоровительная физкультура» проводится в форме сдачи контрольных нормативов. Для студентов, освобожденных от физических нагрузок – сдача реферата.

**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: оздоровительная физкультура».

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

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

### **Учебно-методическое обеспечение дисциплины.**

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

Тараканова М.Е. Элективная физическая культура и спорт: оздоровительная физкультура [Электронный ресурс]: электронный учебно-методический комплекс / М.Е. Тараканова; ФГБОУ ВО СПХФУ Минздрава России. – Санкт-Петербург, [2019]. - Режим доступа : <http://edu.spcru.ru/course/view.php?id=2480>

2. Тараканова М. Е. Самостоятельные занятия студентов физической культурой [Электронный ресурс] : методическое пособие для студентов / М. Е. Тараканова ; ГОУ ВПО СПХФА Росздрава.— Электрон. текстовые данные. — Санкт-Петербург : Изд-во СПХФУ, 2006. — 40 с. — Режим доступа: [http://lib.pharminnotech.com/cgi-bin/irbis64r\\_15/cgiirbis\\_64.exe?&I21DBN=UCH&P21DBN=UCH&C21COM=S&S21ALL=R&MARCID=00001743-SPHFU](http://lib.pharminnotech.com/cgi-bin/irbis64r_15/cgiirbis_64.exe?&I21DBN=UCH&P21DBN=UCH&C21COM=S&S21ALL=R&MARCID=00001743-SPHFU)