

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

СОГЛАСОВАНО

Решением совета факультета
промышленной технологии лекарств,
протокол от 21.06.2019 № 9



Аннотация к рабочей программе дисциплины
Б1.В.ДВ.01.06 Элективная физическая культура: оздоровительная физкультура

Дисциплина «Элективная физическая культура: оздоровительная физкультура» реализуется в рамках образовательной программы высшего образования – 19.03.01 Биотехнология, профиль: Биотехнология, по очной форме обучения на русском языке

Место дисциплины в образовательной программе:

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

Дисциплина «Элективная физическая культура: оздоровительная физкультура» направлена на формирование компетенции:

Компетенция ОК-8 Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, в части следующих индикаторов ее достижения:

ОК-8.1	Выбирает здоровые берегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности
ОК-8.2	Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
ОК-8.3	Соблюдает нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

Перечень основных разделов дисциплины:

По дисциплине «Элективная физическая культура: 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: 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: оздоровительная физкультура».

По результатам освоения дисциплины «Элективная физическая культура: 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. Тараканова, М. Е. Элективная физическая культура и спорт : оздоровительная физкультура : электронный учебно-методический комплекс / М. Е. Тараканова ; ФГБОУ ВО СПХФУ Минздрава России. – Санкт-Петербург, [2018]. - Текст электронный // ЭИОС СПХФУ : [сайт]. - URL: <http://edu.spcru.ru/course/view.php?id=996>. - Режим доступа: для авторизир. пользователей.
2. Тараканова, М. Е. Самостоятельные занятия студентов физической культурой : методическое пособие для студентов / М. Е. Тараканова ; ГОУ ВПО СПХФА Росздрава. — Санкт-Петербург : Изд-во СПХФУ, 2006. — 40 с. — Текст : электронный // Электронная библиотека СПХФУ : [сайт]. — URL: http://lib.pharminnotech.com/cgi-bin/irbis64r_15/cgiirbis_64.exe?&I21DBN=UCH&P21DBN=UCH&C21COM=S&S21ALL=R&MARCID=00001743-SPHFU — Режим доступа для авторизированных пользователей.

Основная литература

1. Гилев, Г. А. Физическое воспитание студентов : учебник / Г. А. Гилев, А. М. Каткова. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2018. — 336 с. — ISBN 978-5-4263-0574-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/75830.html> (дата обращения: 27.05.2019). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
2. Витун, Е. В. Современные системы физических упражнений, рекомендованные для студентов : учебное пособие / Е. В. Витун, В. Г. Витун. — Оренбург : Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, ИПК «Университет», 2017. — 111 с. — ISBN 978-5-7410-1674-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/71324.html> (дата обращения: 27.05.2019). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
3. Физкультура и здоровье студентов : учебное пособие для студентов специальных медицинских групп / составители Л. А. Трухачева, М. А. Васильева, Т. К. Костина. — Липецк : Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2012. — 65 с. — ISBN 978-5-88247-528-3. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/17686.html> (дата обращения: 27.05.2019). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.