

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Направление подготовки (специальность)	49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»
Направленность (профиль) подготовки	Адаптивное физическое воспитание
Цель освоения дисциплины	является освоение студентами знаний, методических и практических умений и навыков в области технологий физкультурно-спортивной деятельности для работы с лицами с ограниченными возможностями различных возрастных и нозологических групп. Изучение данной дисциплины должно обеспечить освоение студентами основ знаний в области технологий физкультурно-спортивной деятельности, целостное осмысление содержательной стороны (средств, методов, организационных форм) профессиональной деятельности в адаптивной физической культуре.
Общая трудоёмкость дисциплины	заочное, на базе ВПО – 3 зачётные единицы, 108 часа заочное, на базе СПО – 8 зачётные единицы, 288 часа
Форма промежуточной аттестации	заочное, на базе ВПО – экзамен заочное, на базе СПО - зачёт, экзамен
Краткое описание дисциплины	Тема 1 Технологии физкультурно-спортивной деятельности как учебно-педагогическая и научная дисциплина. Классификация и характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности. Тема 2 Общие представления о механизмах оздоравливающего воздействия физических упражнений на организм человека. Тема 3 Аэробика как вид двигательной активности. Адаптивное направление аэробики. Классификация аэробики. Тема 4 Организация и методика занятий по системе «Шейпинг». Тема 5 Организация и методика занятий по системе «Калланетика» в АФК. Тема 6 Организация и методика занятий стретчингом в АФК. Тема 7 Система физических упражнений Джозефа Пилатеса. Тема 8 Организация и методика занятий по системе «Изотон» в АФК. Тема 9 Йога как комплексная система оздоровления человека. Дыхательные практики в адаптивной физической культуре. Тема 10 Фитбол-гимнастика в адаптивной физической культуре.

Аннотацию рабочей программы составил Репникова Е.А., доцент

