

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Ледович Татьяна Сергеевна  
 Должность: ректор  
 Дата подписания: 25.09.2023 15:25:20  
 Уникальный программный ключ:  
 5bc4499c8c52d1513eb28ea155cce32285775eeb

ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ "ИНСТИТУТ  
 ДРУЖБЫ НАРОДОВ КAVKAZA"

УТВЕРЖДАЮ  
 ректор

## Физическая подготовка для лиц с ОВЗ и инвалидов рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Кафедра Общенаучных дисциплин**

Учебный план 37.03.01\_Психология\_год набора 2023\_ОФО.rlx  
 Направление подготовки 37.03.01 Психология  
 Направленность (профиль) "Психологическое консультирование"

Квалификация **Бакалавр**

Форма обучения **очная**

Программу составил(и):

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		Итого	
	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп		
Неделя	18 1/6		16		18		16		18 3/6		16 1/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	108	108
Практические	36	36	34	34	36	36	34	34	36	36	36	36	212	212
Промежуточная аттестация			0,2	0,2			0,2	0,2			0,2	0,2	0,6	0,6
Итого ауд.	54	54	52	52	54	54	52	52	54	54	54	54	320	320
Контактная работа	54	54	52,2	52,2	54	54	52,2	52,2	54	54	54,2	54,2	320,6	320,6
Сам. работа			1,8	1,8			1,8	1,8			3,8	3,8	7,4	7,4
Итого	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	58	58	328	328

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

1.1	Целями изучения учебной дисциплины являются:
1.2	- формирование у обучающихся универсальной компетенции, заключающейся в способности рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте (УК-7);
1.3	- приобщение студенческой молодежи с ОВЗ к различным видам физкультурно-спортивной деятельности, приобретение компетенций и опыта творческого использования средств физической культуры для достижения профессиональных успехов.

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП**

Цикл (раздел) ООП:		Б1.О.ДВ.01
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
2.1.1	Знания, полученные на предыдущем уровне образования, по дисциплине "Физическая культура"	
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>	
2.2.1	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**УК-7.1: Соблюдает нормы здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности**

**Знать:**

нормы здорового образа жизни;

**Уметь:**

соблюдать нормы здорового образа жизни;

**Владеть:**

навыками соблюдения норм здорового образа жизни;

**УК-7.2: Выбирает рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте**

**Знать:**

рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний;

**Уметь:**

выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний;

**Владеть:**

навыками выполнения рациональных способов и приемов профилактики профессиональных заболеваний;

**УК-7.3: Оценивает рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте**

**Знать:**

особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений;

**Уметь:**

оценивать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте с применением особенностей занятий избранным видом спорта и системой физических упражнений;

**Владеть:**

навыками оценки адекватности и возможности использования рациональных способов и приемов профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте с использованием избранного вида спорта и системы физических упражнений;

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
нормы здорового образа жизни;	
рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний;	
особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений;	
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
соблюдать нормы здорового образа жизни;	
выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний;	

оценивать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте с применением особенностей занятий избранным видом спорта и системой физических упражнений;

**3.3 Владеть:**

навыками соблюдения норм здорового образа жизни;

навыками выполнения рациональных способов и приемов профилактики профессиональных заболеваний;

навыками оценки адекватности и возможности использования рациональных способов и приемов профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте с использованием избранного вида спорта и системы физических упражнений;