

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

### К.М.01.ДЭ.01.09 «Адаптивная физическая культура и спорт: плавание»

наименование дисциплины

**Наименование образовательной программы:** «Финансы и кредит»

**Код и наименование направления подготовки:** 38.03.01 «Экономика»

**Форма обучения:** очная

#### **Планируемые результаты освоения дисциплины:**

Дисциплина «Адаптивная физическая культура и спорт: плавание» обеспечивает овладение универсальной компетенцией **УК ОС-7:**

Код компетенции	Наименование компетенции
УК ОС-7	Способность поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

**Объем дисциплины:** 328 акад. часов.

#### **Структура дисциплины:**

##### Для очной формы обучения

Тема 1 – Техническая подготовка.

Тема 2 – Плавательная подготовка \*Имитационные упражнения для плавания

Тема 3 – Лечебное плавание \*Оздоровительная физическая подготовка

Тема 4 – Гимнастика в воде \*Упражнения со специальным оборудованием

Тема 5 – Функциональная тренировка

Тема 6 – Прикладно-ориентированная подготовка.

Тема 7 – Специальная физическая подготовка.

Тема 8 – Общая физическая подготовка.

**Формы промежуточной аттестации:** зачет.

#### **Основная литература:**

1. Крылатых В. Ю. Физическая культура и спорт. Учебное пособие. ЭОР [Электронный ресурс]. – М: РАНХиГС, 2019. URL: <https://lms.ranepa.ru/course>

2. Сайганова Е.Г. Физическая культура в государственной службе: Учебное пособие / Сайганова Е.Г., Марков В.Н./ Под общ. ред. А.А. Деркача. – М.: Изд-во РАГС, 2009. <https://new.znanium.com/catalog/document?id=351762>