

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

СОГЛАСОВАНО

Решением совета фармацевтического
факультета, протокол от 29.06.2020 № 7

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе
Ю.Т. Ильинова



**Аннотация к рабочей программе дисциплины
Б1.В.ДВ.01.02 Элективная физическая культура и спорт: Фитнес**

Дисциплина **Б1.В.ДВ.01.02 Элективная физическая культура и спорт: Фитнес** реализуется в рамках образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 04.03.01 Химия, профиль «Методы анализа в биомедицинских исследованиях» по очной форме обучения на русском языке.

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

Дисциплина «Элективная физическая культура: Фитнес» направлена на формирование компетенции:

Компетенция: 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 здоровые 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 нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

Перечень основных разделов дисциплины: «Элективная физическая культура: Фитнес» состоит из 1 раздела, который включает практические занятия:

1. Фитнес

Общий объем дисциплины –82 часов.

Правила аттестации по дисциплине.

Текущий контроль по дисциплине «Элективная физическая культура: Фитнес» проводится в форме сдачи контрольных нормативов и пробы Руфье, которая является разновидностью контрольного норматива.

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