



АННОТАЦИЯ

рабочей программы учебной дисциплины

Б1.О.15. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Направление подготовки *бакалавриата* 01.03.01 Математика

1.	Цель изучения дисциплины Формирование физической культуры личности и способности оптимального использования разнообразных средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья, должного уровня физической подготовленности с целью обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		
2.	Место дисциплины в структуре ОПОП ВО бакалавр Дисциплина «Физическая культура» относится к обязательной части основной профессиональной образовательной программы бакалавр по направлению подготовки <u>01.03.01 Математика</u> Изучается в 1-4 семестрах.		
3.	Результаты освоения дисциплины (модуля) «Анатомия и морфология растений»		
	Код и наименование компетенций	Индикаторы	Дескрипторы
	Универсальные компетенции (УК)		
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК–7.1. Выбирает здоровьесберегающие 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 и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной	Знать: - ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества; - методы и средства физической культуры и спорта, основы формирования совершенствования физических качеств, а так же уровня физической подготовленности; - принципы и основы методики проведения учебно-тренировочных занятий с целью повышения Уметь: подбирать методику занятий физической культурой и спортом для полноценной социальной и профессиональной деятельности; - осуществлять выбор здоровьесберегающих технологий. Владеть: средствами и методами для поддержания должного уровня физической подготовленности и ведения здорового образа жизни; - теоретическими основами использования здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и	



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ингушский государственный университет»
Спортивный факультет
Кафедра «Физическое воспитание»

		деятельности.	внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; - навыками			
	УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей; УК-6.2. Определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста;	Знает систему научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умение их адаптивного, творческого использования для личностного Умеет подбирать методику занятий физической культурой и спортом для полноценной социальной и профессиональной деятельности; - осуществлять выбор здоровьесберегающих технологий. Владеет: - средствами и методами для поддержания должного уровня физической подготовленности и ведения здорового образа жизни; - теоретическими основами использования здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности			
4.	Структура и содержание дисциплины					
	4.1. Структура дисциплины (модуля)					
	Вид учебной работы	Всего	Порядковый номер семестра			
			1	2	3	4
	Общая трудоемкость дисциплины всего (в з.е.), в том числе:	2 з.е.				
	Курсовой проект (работа)	не предусмотрено				
	Аудиторные занятия всего (в акад. часах), в том числе:	72				
	Лекции	64	16	16	16	16
	Практические занятия, семинары					
	Лабораторные работы					
	Самостоятельная работа всего (в акад. Часах), в том числе:	8	2	2	2	2



	КСР					
	Экзамен					
	зачет	4				
	Общая трудоемкость дисциплины					
4.2. Содержание дисциплины						
Тема №1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента. Подготовка к учебным занятиям. Изучение учебной литературы по дисциплине Тема №2. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции. Тема №3 Функциональные изменения в организме при физических нагрузках Тема №4 Подготовка к учебным занятиям. Изучение учебной литературы по дисциплине Тема №5 Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития. Тема №6 Подготовка к учебным занятиям. Изучение учебной литературы по дисциплине.						
5.	Образовательные технологии					
	При подготовке бакалавров используются следующие основные формы проведения учебных занятий: Учебная аудитория Стандартное оборудование (учебная мебель для обучающихся, рабочее место преподавателя, доска) Помещение для самостоятельной работы					
6.	Используемые ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Internet»; информационные технологии, программные средства и информационно-справочные системы					
	Информационное обеспечение базы данных, информационно-справочные и поисковые системы http://ru.wikipedia.org/wiki/ www.botany.pp.ru/ http://www.testland.ru/default.asp?id=1718uid http://www.allengiru/d/bio/bio056.html http://www.genebee.msu.su/journals/botany-r http://www.kodges.ru/35955-botanica http://www.big-library.info/ http://www.rusbooks.org/naukatehnika/9856-morfologia-ianatomia-vyshshikh-rastenijj.html http://www.4tivo.com/education/2773-botanica.-sistemica-rastenijj.html http://www.booksshunt.ru/b4718_botanica_sistemica_rastenij http://www.rusbooks.org/naukatehnika/estesvennie/9902-sistemica-vyshshikh-rastenijj.html http://www.lan.krasu.ru/studies/bio/p_anmorph_pl.pdf http://sensetronic.ru/liba/eBook-24-45.html http://milleniumx.ru/ pttp:\\ www.iprbookshop.ru					



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ингушский государственный университет»
Спортивный факультет
Кафедра «Физическое воспитание»

7.	Формы текущего контроля
8.	Форма промежуточного контроля
	зачет

Разработчик: ст. преподаватель кафедры «Физическое воспитание» Погоров Б.А.