

Аннотация дисциплины

«Физическая культура»

Дисциплина «Физическая культура» разработана для студентов, обучающихся по специальности 26.05.06 «Эксплуатация судовых энергетических установок», специализации «Эксплуатация корабельных дизельных и дизель-электрических энергетических установок» и входит в базовую часть цикла «Физическая культура» учебного плана (индекс С4).

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, в объеме 400 часов. Учебным планом предусмотрены практические занятия (400 часов). Дисциплина реализуется на 1, 2, 3 курсах в 1, 2, 3, 4, 5 и 6 семестрах. Форма промежуточного контроля – зачет.

Дисциплина «Физическая культура» логически связана с дисциплиной «Безопасность жизнедеятельности».

Целью изучения дисциплины является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи:

1. Укрепление здоровья студентов средствами физической культуры, формирование потребностей поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности и самоорганизации здорового образа жизни;
2. Повышение уровня физической подготовленности студентов для успешной учебы и более глубокого усвоения профессиональных знаний, умений и навыков;
3. Создание условий для полной реализации студентами своих творческих способностей в успешном освоении профессиональных знаний, умений и навыков, нравственного, эстетического и духовного развития студентов в ходе учебного процесса, организованного на основе современных общенаучных и специальных технологий в области теории, методики и практики физической культуры и спорта.

Для успешного изучения дисциплины «Физическая культура» у студентов должны быть сформированы следующие предварительные компетенции:

- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний.

Планируемые результаты обучения по данной дисциплине (знания, умения, владения), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы, характеризуют этапы формирования следующих компетенций:

Код и формулировка компетенции	Этапы формирования компетенции	
ОК-7 знанием и пониманием нормы здорового образа жизни, использованием средств физической культуры для оптимизации труда и повышения работоспособности	Знает	основы общефизической подготовки; основы здорового образа жизни, опасности алкоголя, наркотиков, синдрома приобретенного иммунодефицита (СПИДа); особенности использования средств физической культуры для профессиональной деятельности в обычных и в экстремальных условиях; основные методики самоконтроля и системы физических упражнений, необходимых и применимых при длительном пребывании на ограниченном пространстве и угрозе гиподинамии; традиционные морские виды спорта
	Умеет	использовать средства физической культуры; поддерживать физические свойства организма при длительном пребывании на ограниченном пространстве, в условиях качки; подниматься и спускаться по штормтрапу, выносить пострадавших по горизонтальным поверхностям, наклонным и вертикальным трапам; организовывать спортивные соревнования на судне
	Владеет	навыками общей физической культуры; навыками использования методик и комплексов физических упражнений для избежания гиподинамии в судовых условиях; навыками закаливания организма; навыками самоконтроля за состоянием своего организма

В рамках дисциплины «Физическая культура» применение методов активного/интерактивного обучения не предусмотрено.