

БГПУ

17.11.2022 09:18:21

граимный ключ:

76551a3b9961190892af

1930

**федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»**

Рабочая программа дисциплины

ФГБОУ ВО «БГПУ»

22 мая 2019 г.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

БАКАЛАВРИАТ

Благовещенск 2019

СОДЕРЖАНИЕ

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.....	4
3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ).....	5
4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ	7
5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ.....	8
6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ) УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА.....	11
7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ.....	24
8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ.....	24
9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ.....	25
10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	26
11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ.....	27

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Цель дисциплины: формирование теоретико-методических знаний и практических умений в области рекреативной физической культуры, а также рекреационно-оздоровительных мероприятий

1.2 Место дисциплины в структуре ОПП: Дисциплина «Теория и методика физической рекреации» относится к блоку Б.1. дисциплин Б1.В.05

1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций: ОПК-7; ПК-3:

ОПК-7. Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ индикаторами достижения которой является:

- ОПК-7.1 Взаимодействует с родителями (законными представителями) обучающихся с учетом требований нормативно-правовых актов в сфере образования и индивидуальной ситуации обучения, воспитания, развития обучающегося.

ПК-3. Способен организовать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области

- ПК-3.3 Планирует и осуществляет руководство действиями обучающихся в индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности, в том числе в онлайн среде.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения. В процессе изучения дисциплины студент должен

знать:

- основные понятия рекреации;
- историю возникновения направления физической рекреации;
- потребности человека в рекреационной деятельности, его ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в рекреативной деятельности, установки, убеждения, эмоции и чувства;
- теорию и методику организации активного отдыха;
- основные требования к составлению и реализации досуговых программ и мероприятий, созданию типовых сценариев и программ, разработке положений о соревнованиях.

уметь:

- оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе их критического осмысления;
- критически оценить свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков
- формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья социально значимые потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в рекреативной деятельности, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воле;
- применять различные формы и средства физической рекреации в практической работе;
- организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия;
- разрабатывать программы для организации активного досуга;
- проводить исследования в области физической рекреации;

владеть:

- понятийным аппаратом в области физической рекреации;

- актуальными средствами, методами, технологиями профессиональной деятельности, способами определения приоритетных видов профессиональной деятельности в физкультурном образовании, спорте, двигательной рекреации и туризме и использования их для решения задач сохранения и укрепления здоровья, и повышения качества жизни населения,

- знаниями и умениями проведения занятий рекреативной физической культурой, а также рекреационно-оздоровительных мероприятий.

- навыками организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

1.5 Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 часа):

№	Наименование раздела	Курс	Семестр	Кол-во часов	ЗЕ
1	Теория и методика физической рекреации	5	9	72	2

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 часа):

Программа предусматривает изучение материала на лекциях и практических занятиях. Предусмотрена самостоятельная работа студентов по темам и разделам. Проверка знаний осуществляется фронтально и индивидуально.

1.6. Объем дисциплины и виды учебной деятельности

Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр 4
Общая трудоемкость	72	72
Аудиторные занятия	12	12
Лекции	4	4
Практические занятия	8	8
Самостоятельная работа	56	56
Вид итогового контроля	4	зачет