

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Щёкина Вера Витальевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 08.11.2022 02:49:59

Уникальный программный ключ:

a2232a55157e576551a859b1c190892af53989420420336ffbf573a434e57789



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

федеральное государственное бюджетное

образовательное учреждение высшего образования

«Благовещенский государственный педагогический университет»

ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа дисциплины

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета

физической культуры и спорта

ФГБОУ ВО «БГПУ»

 **О.В. Юречко**

22 мая 2019 г.

**Рабочая программа дисциплины
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ**

**Направление подготовки
44.03.05 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
(с двумя профилями подготовки)**

**Профиль
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**Профиль
«БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**Уровень высшего образования
БАКАЛАВРИАТ**

**Принята
на заседании кафедры теории
и методики физической культуры,
безопасности жизнедеятельности и здоровья
(протокол № 12 от 15 мая 2019 г.)**

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 Б1. дисциплин Б1. Б. 10

1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:

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

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 4 зачетные единицы (144 часа):

№	Наименование раздела	Курс	Семестр	Кол-во	ЗЕ
---	----------------------	------	---------	--------	----

				часов	
1	Теория и методика физической рекреации	4	8	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 8
Общая трудоемкость	72	72
Аудиторные занятия	36	36
Лекции	36	36
Практические занятия	36	36
Самостоятельная работа	36	36
Вид итогового контроля	36	зачет