

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Тульский государственный университет»

Институт педагогики, физической культуры, спорта и туризма
Кафедра «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Утверждено на заседании кафедры
«Физкультурно-оздоровительные
технологии»
«24» января 2023г., протокол №6
Заведующий кафедрой

 С.А. Архипова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Организационно-методические основы рекреативной деятельности»

**основной профессиональной образовательной программы
высшего образования – магистратуры**

по направлению подготовки
49.04.01 Физическая культура

с направленностью (профилем)
Физкультурно-оздоровительные технологии

Форма обучения: очная, заочная

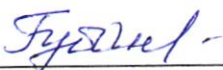
Идентификационный номер образовательной программы: 490401-01-23

Тула 2023 год

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ
рабочей программы дисциплины (модуля)

Разработчик(и):

Губанцева И.Б., доцент каф. ФОТ, к.п.н.



1 Цели и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является рассмотрение физической рекреации как органической части физической культуры, системообразующим фактором которой служит конечный результат – создание оптимального физического состояния, обеспечивающего нормальное функционирование человеческого организма.

Задачами освоения дисциплины являются:

- знакомство с целями и задачами рекреационно-оздоровительной деятельности, учебного и тренировочного процессов;
- формирование навыков оценки физического и функционального состояния индивида, его пригодность к занятиям рекреационно-оздоровительной деятельности;
- применение средств и методов рекреационной деятельности, соответствующих поставленным задачам.

2 Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина (модуль) относится к части основной профессиональной образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина (модуль) изучается во 2 семестре.

3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю)

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы (формируемыми компетенциями) и индикаторами их достижения, установленными в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы, приведён ниже.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен:

Знать:

- 1) правила вида спорта, нормы, требования и условия их выполнения (код компетенции – ПК-8, код индикатора – ПК-8.1);
- 2) объем индивидуальной спортивной подготовки (код компетенции – ПК-8, код индикатора – ПК-8.1);
- 3) специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий (код компетенции – ПК-8, код индикатора – ПК-8.1);
- 4) технологии педагогической диагностики и коррекции негативных состояний, снятия стрессов (код компетенции – ПК-8, код индикатора – ПК-8.1);
- 5) методы научного исследования (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.1);
- 6) порядок составления и оформления научной работы, научной статьи (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.1);
- 7) нормативные правовые акты, регламентирующие работу со служебной документацией (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.1).

Уметь:

1) выявлять и обосновывать достоинства и недостатки методики осуществления тренировочного и соревновательного процесса, а также его применимость в условиях конкретной физкультурно-спортивной или образовательной организации (код компетенции – ПК-8, код индикатора – ПК-8.2);

2) собирать информацию из различных источников (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.2);

3) разъяснять все существенные вопросы внедрения методики в устном выступлении или в методических материалах (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.2).

Владеть:

1) навыками изучения передового опыта осуществления тренировочного и соревновательного процесса (код компетенции – ПК-8, код индикатора – ПК-8.3);

2) навыками внедрения новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса в конкретных физкультурно-спортивных или образовательных организациях (код компетенции – ПК-8, код индикатора – ПК-8.3);

3) навыками изучения передового опыта осуществления тренировочного и соревновательного процесса (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.3);

4) навыками внедрения новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса в конкретных физкультурно-спортивных или образовательных организациях (код компетенции – ПК-9, код индикатора – ПК-9.3).

Полные наименования компетенций и индикаторов их достижения представлены в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

4 Объем и содержание дисциплины (модуля)**4.1 Объем дисциплины (модуля), объем контактной и самостоятельной работы обучающегося при освоении дисциплины (модуля), формы промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

Номер семестра	Формы промежуточной аттестации	Общий объем в зачетных единицах	Общий объем в академических часах	Объем контактной работы в академических часах						Объем самостоятельной работы в академических часах
				Лекционные занятия	Практические (семинарские) занятия	Лабораторные работы	Клинические практические занятия	Консультации	Промежуточная аттестация	
Очная форма обучения										
2	Э	4	144	24	24	-	-	2	0,25	93,75
Итого	–	4	144	24	24	-	-	2	0,25	93,75
Заочная форма обучения										
2	Э	4	144	2	12	-	-	2	0,25	117,75
Итого	–	4	144	2	12	-	-	2	0,25	117,75

Условные сокращения: Э – экзамен, ЗЧ – зачет, ДЗ – дифференцированный зачет (зачет с оценкой), КП – защита курсового проекта, КР – защита курсовой работы.

4.2 Содержание лекционных занятий

Очная форма обучения

№ п/п	Темы лекционных занятий
2 семестр	
1	Понятие физической рекреации. Формы двигательной активности, направленные на восстановление сил, затраченных в процессе профессионального труда
2	Формы физической рекреации: рекреационная физическая культура, рекреативная физическая культура, рекреация спорта, оздоровительная физическая рекреация и др.
3	Познавательная, культурологическая, коммуникативная, развлекательная стороны рекреации
4	Важнейший методологический принцип рекреации – принцип единства телесного и духовного, биологического и социального, организма и личности
5	Физические упражнения как основное средство физической рекреации.
6	Спортивные соревнования как фактор рекреативной деятельности.

Заочная форма обучения

№ п/п	Темы лекционных занятий
2 семестр	
1	Понятие физической рекреации. Формы двигательной активности, направленные на восстановление сил, затраченных в процессе профессионального труда
2	Формы физической рекреации: рекреационная физическая культура, рекреативная физическая культура, рекреация спорта, оздоровительная физическая рекреация и др.

4.3 Содержание практических (семинарских) занятий

Очная форма обучения

№ п/п	Темы практических (семинарских) занятий
2 семестр	
1	Становление рынка рекреационно-оздоровительных услуг и активное участие государства в этом
2	Оздоровительная индустрия
3	Туризм, как один из важнейших видов рекреационно-оздоровительных услуг
4	Рекреационные ресурсы, особенность их освоения в современных условиях
5	Классификация рекреационной деятельности
6	К вопросу о понятии феномена «Физической рекреации»
7	Лечебно-курортная рекреация: ее разновидности и особенности организации

Заочная форма обучения

№ п/п	Темы практических (семинарских) занятий
2 семестр	
1	Становление рынка рекреационно-оздоровительных услуг и активное участие государства в этом
2	Оздоровительная индустрия
3	Туризм, как один из важнейших видов рекреационно-оздоровительных услуг
4	Рекреационные ресурсы, особенность их освоения в современных условиях

4.4 Содержание лабораторных работ

Занятия указанного типа не предусмотрены основной профессиональной образовательной программой.

4.5 Содержание клинических практических занятий

Занятия указанного типа не предусмотрены основной профессиональной образовательной программой.

4.6 Содержание самостоятельной работы обучающегося

Очная форма обучения

№ п/п	Виды и формы самостоятельной работы
2 семестр	
1	Подготовка к практическим (семинарским) занятиям
2	Подготовка к тестированию
3	Подготовка доклада, реферата
4	Подготовка к промежуточной аттестации и ее прохождение

Заочная форма обучения

№ п/п	Виды и формы самостоятельной работы
2 семестр	
1	Выполнение контрольно-курсовой работы
2	Подготовка к практическим (семинарским) занятиям
3	Подготовка к промежуточной аттестации и ее прохождение

5 Система формирования оценки результатов обучения по дисциплине (модулю) в рамках текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося

Очная форма обучения

Мероприятия текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося			Максимальное количество баллов
2 семестр			
Текущий контроль успеваемости	Первый рубежный контроль	Оцениваемая учебная деятельность обучающегося:	
		Посещение лекционных занятий	4
		Работа на практических занятиях	6
		Тестирование	20
		Итого	30
	Второй рубежный контроль	Оцениваемая учебная деятельность обучающегося:	
		Посещение лекционных занятий	10
		Работа на практических занятиях	10
		Подготовка доклада, реферата	10
		Итого	30

Мероприятия текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося		Максимальное количество баллов
Промежуточная аттестация	Экзамен	40 (100*)

* В случае отказа обучающегося от результатов текущего контроля успеваемости

Заочная форма обучения

Мероприятия текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося		Максимальное количество баллов
2 семестр		
Текущий контроль успеваемости	Работа на практических занятиях	30
	Выполнение контрольно-курсовой работы	30
Промежуточная аттестация	Экзамен	40 (100*)

* В случае отказа обучающегося от результатов текущего контроля успеваемости

Шкала соответствия оценок в стобалльной и академической системах оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)

Система оценивания результатов обучения	Оценки			
Стобалльная система оценивания	0 – 39	40 – 60	61 – 80	81 – 100
Академическая система оценивания (экзамен, дифференцированный зачет, защита курсового проекта, защита курсовой работы)	Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
Академическая система оценивания (зачет)	Не зачтено	Зачтено		

6 Описание материально-технической базы (включая оборудование и технические средства обучения), необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) требуется учебная аудитория, оснащенная доской для изображения рисунков, схем и т.п., специальными приспособлениями для фиксации наглядных пособий, а так же мультимедийным оборудованием.

7 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература

1. Физическая рекреация в высших учебных заведениях: учебно-методическое пособие / В.А. Никишкин, В.П. Зайцев, С.И. Крамской [и др.]; под редакцией В.А. Никишкин, В.П. Зайцев. — М.: Московский государственный строительный университет, Ай Пи Эр Медиа, ЭБС АСВ, 2015. — 330с. — ISBN 978-5-7264-1065-4. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/35346.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

2. Макеева В.С. Теория и методика физической рекреации: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В.С. Макеева, В.В. Бойко. — М.: Советский спорт, 2014. — 152 с. — ISBN 978-5-9718-0710-0. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/40818.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Двигательная рекреация для лиц с ограниченными возможностями здоровья: практикум / составители А.Л. Ворожбитова. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2015. — 116 с. — ISBN 2227-8397. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/62931.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

7.2 Дополнительная литература

1. Физическая реабилитация : учебник для вузов / А.А. Бирюков [и др.]; под общ. ред. С.Н. Попова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Ростов-н/Д: Феникс, 2005. — 604 с.: ил.

2. Егоренков Л.И. Экология туризма и сервиса: Учеб. пособие для вузов / Л.И. Егоренков. — М.: Финансы и статистика, 2003. — 208с.: ил.

3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Физ-ра и спорт: СпортАкадемПресс, 2008. — 544 с.: ил.

4. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник для вузов: в 2 т. / под общ. ред. С.П. Евсеева. — М.: Сов. спорт, 2007-2009. — (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья). Т.1: Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры. — 2007. — 291 с.: ил.

8 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. <https://e.lanbook.com/> - ЭБС «Лань», доступ авторизованный.

2. <https://urait.ru/> - Образовательная платформа «Юрайт», доступ авторизованный.

3. <https://www.iprbookshop.ru/> - Цифровой образовательный ресурс IPR SMART, доступ авторизованный.

4. <https://tsutula.bookonlime.ru/> - ЭБС ТулГУ «BookOnLime» учебные издания ТулГУ по всем дисциплинам, доступ авторизованный.

5. <https://cyberleninka.ru/> - Научная электронная библиотека «КиберЛенинка», доступ свободный.

6. <https://www.elibrary.ru/> - Научная электронная библиотека [eLibrary.ru](https://elibrary.ru/), доступ свободный.

9 Перечень информационных технологий, необходимых для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

9.1 Перечень необходимого ежегодно обновляемого лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства

1. Текстовый редактор Microsoft Word;
2. Программа для работы с электронными таблицами Microsoft Excel;
3. Программа подготовки презентаций Microsoft PowerPoint;
4. Пакет офисных приложений «МойОфис».

9.2 Перечень необходимых современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. Компьютерная справочная правовая система Консультант Плюс.