

## АННОТАЦИЯ

рабочей программы по дисциплине

### ФИЗИЧЕСКАЯ РЕКРЕАЦИЯ

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки  
**44.03.01 «Педагогическое образование»**

Квалификация - Бакалавр

Форма обучения – Очная

#### 1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

##### 1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая рекреация» Б.1.ДВ.07 составлена в соответствии с учебным планом подготовки *бакалавров* по направлению 44.03.01 – Педагогическое образование в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины «Физическая рекреация» является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области физической рекреации и реализация их в своей профессиональной деятельности.

##### 1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результатом освоения дисциплины является способность применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

*Бакалавр* по направлению подготовки 44.03.01 – Педагогическое образование – должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и образовательной программой направления подготовки:

*Педагогическая деятельность:*

- изучение возможностей, потребностей, достижений обучающихся в области образования.
- осуществление обучения и воспитания в сфере образования в соответствии с требованиями образовательных стандартов.
- организация взаимодействия с общественными и образовательными организациями, детскими коллективами, родителями (законными и представителями) обучающихся, участие в самоуправлении и управлении школьным коллективом для решения задач в профессиональной деятельности.
- формирование образовательной среды для обеспечения качества образования, в том числе с применением информационных технологий.
- осуществление профессионального самообразования и личностного роста.

*Решение вышеуказанных профессиональных задач осуществляется посредством решения комплекса следующих частных задач обучения – задач дисциплины «Физическая рекреация»:*

1. Ознакомить с основными направлениями физической рекреации в России.
2. Овладеть понятийным аппаратом, описывающим проблемы физической рекреации.
3. Приобрести опыт анализа и учета профессиональных, половозрастных показателей занимающихся при подборе средств рекреационной тренировки.
4. Усвоить основы диагностики занимающихся физической рекреацией.

### 1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина относится к Блоку 1, вариативной части, дисциплинам и курсам по выбору студента (Б.1.ДВ.07). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе (6 семестр) по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: «История физической культуры», «Теория и методика физической культуры», «Физиология человека», «Анатомия человека», «Философия», «Биохимия человека», «Биомеханика двигательной деятельности».

### 1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

**1.4.1.** В результате освоения дисциплины формируются следующие *общекультурные* компетенции:

- готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность (ОК-8);

*профессиональные* компетенции:

- способностью использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета (ПК-4);

- готовностью к взаимодействию с участниками образовательного процесса (ПК-6);

- способностью проектировать траектории своего профессионального роста и личностного развития (ПК-10);

- способностью выявлять и формировать культурные потребности различных социальных групп (ПК-13).

**1.4.2.** В результате изучения дисциплины студент будет:

|          |  |
|----------|--|
| Знать:   | <ul style="list-style-type: none"><li>- методы контроля физических способностей и функционального состояния занимающихся (ОК-8)</li><li>- средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся (ПК-4), (ПК-10)</li><li>- средства и методы рекреационной двигательной деятельности с учетом возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизиологического состояния занимающихся (ПК-4)</li><li>- словесные методы в работе с занимающимися (ПК-6)</li><li>- особенности обеспечения безопасности при занятиях физической рекреацией (ОК-8)</li></ul>                                      |
| Уметь:   | <ul style="list-style-type: none"><li>- соотносить методы контроля физических способностей и функционального состояния занимающихся (ОК-8)</li><li>- систематизировать средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся (ОК-8), (ПК-10)</li><li>- планировать рекреационные занятия с учетом возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизиологического состояния занимающихся (ПК-13)</li><li>- подбирать словесные средства, соответствующие особенностям контингента (ПК-4)</li><li>- объяснять правила техники безопасности при занятиях физической рекреацией (ОК-8)</li></ul> |
| Владеть: | <ul style="list-style-type: none"><li>- методами контроля физических способностей и функционального состояния занимающихся (ОК-8)</li><li>- технологией планирования рекреационных занятий для коррекции состояния занимающихся (ПК-10)</li><li>- технологией планирования рекреационных занятий с учетом возраста,</li></ul>  |

|  |   |
|--|---|
|  | пола, профессиональной деятельности и психофизиологического состояния занимающихся (ПК-13)<br>- методами взаимодействия с различным контингентом занимающихся (ПК-6)<br>- технологией составления перечня требований техники безопасности при занятиях физической рекреацией (ОК-8) |
|--|---|

**1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:**  
*очная форма обучения*

| Вид учебной работы                       | Всего часов    | 6 семестр      |
|--|----------------|----------------|
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b>        | <b>54*</b>     | <b>54*</b>     |
| В том числе:                             |                |                |
| Лекции (Л)                               | 20             | 20             |
| Практические занятия (ПЗ)                |                |                |
| Семинары (С)                             | 34*            | 34*            |
| Лабораторные работы (ЛР)                 |                |                |
| <b>Самостоятельная работа (всего)</b>    | <b>54</b>      | <b>54</b>      |
| Другие виды самостоятельной работы:      |                |                |
| <i>Изучение теоретического материала</i> | 10             | 10             |
| <i>Подготовка к текущим контролям</i>    | 8              | 8              |
| <i>Подготовка к экзамену</i>             | 36             | 36             |
| Вид промежуточной аттестации             | <b>экзамен</b> | <b>экзамен</b> |
| <b>Общая трудоёмкость:</b>               |                |                |
| <b>часы</b>                              | <b>108</b>     | <b>108</b>     |
| <b>зачётные единицы</b>                  | <b>3</b>       | <b>3</b>       |

\*Примечание: Из 54 часов занятий – 12 в интерактивной форме