

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
«Теория и методика физической рекреации»
основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки высшего образования
49.04.01 «Физическая культура»

Профиль подготовки:

Физкультурно-оздоровительная работа

Квалификация – магистр

Форма обучения – очная, заочная

1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «Теория и методика физической рекреации» составлена в соответствии с учебным планом подготовки *магистров* по направлению 49.04.01 «Физическая культура» в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами, и положениями Университета.

Целью изучения дисциплины является освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области физической культуры, в частности, физической рекреации, и реализация их в своей профессиональной деятельности.

1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результаты освоения дисциплины определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

Магистр по направлению 49.04.01 – Физическая культура должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки:

Тренерская деятельность:

- анализировать эффективность тренировочного процесса и вносить в него соответствующие коррективы.

Рекреационная деятельность:

- обобщать и внедрять в практическую деятельность передовой отечественный и зарубежный опыт в области оздоровительных технологий;

- разрабатывать индивидуальные рекреационные программы для различного контингента занимающихся;

- анализировать эффективность рекреационных программ и вносить в них соответствующие коррективы.

1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина относится к Блоку 1 вариативной части, дисциплина по выбору. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 3 семестре по очной форме обучения, на 3 курсе в 5 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: Современные проблемы наук о ФКиС, Современные технологии в избранном виде ФОД, Современное состояние фитнес-индустрии.

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:
профессиональные (ПК):

ПК-13 - способность прогнозировать запросы и потребности участников рекреационной деятельности для обеспечения эффективного применения оздоровительных технологий;

ПК-17 – способность разрабатывать, реализовывать и корректировать индивидуальные программы (проекты) рекреационной деятельности для различных групп населения, с учётом социокультурных, морфофункциональных, половозрастных и психических особенностей занимающихся.

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	<ul style="list-style-type: none"> - особенности мотивации участников рекреационной деятельности (ПК-13); - средства прогнозирования запросов и потребностей участников рекреационной деятельности (ПК-13); - средства и методы разработки, реализации и коррекции индивидуальных программ рекреационной деятельности (ПК-17); - методы контроля физических способностей и функционального состояния занимающихся (ПК-17); - средства и методы рекреационной двигательной деятельности с учётом социокультурных, морфофункциональных, половозрастных и психических особенностей занимающихся (ПК-17).
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"> - выявлять особенности мотивации участников рекреационной деятельности (ПК-13); - выявлять запросы и потребности участников рекреационной деятельности (ПК-13); - соотносить методы контроля индивидуальных программ рекреационной деятельности для различных групп населения (ПК-17); - планировать рекреационные занятия для различных групп населения (ПК-17).
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> - технологией оценки потребностей участников рекреационной деятельности (ПК-13); - методами оценки мотивации участников рекреационной деятельности (ПК-13); - технологией учета социокультурных, морфофункциональных, половозрастных и психических особенностей занимающихся при разработке индивидуальных программ рекреационной деятельности (ПК-17); - методами контроля физических способностей и функционального состояния занимающихся в процессе реализации индивидуальных программ рекреационной деятельности (ПК-17); - технологией планирования рекреационных занятий с учетом социокультурных, морфофункциональных, половозрастных и психических особенностей занимающихся (ПК-17).

1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	3
Аудиторные занятия (всего)	24*	24*
В том числе:		
Лекции (Л)	4	4
Практические занятия (ПЗ)		
Семинары (С)	20	20
Лабораторные работы (ЛР)		

Самостоятельная работа (всего)	84	84
Другие виды самостоятельной работы:		
<i>Изучение теоретического материала</i>	30	30
<i>Подготовка к текущим контролям</i>	18	18
<i>Подготовка к зачету</i>	36	36
Вид промежуточной аттестации	зачет	зачет
Общая трудоёмкость:		
часы	108	108
зачётные единицы	3	3

*Примечание: Из 24 часов занятий – 8 часов в интерактивной форме

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	5
Аудиторные занятия (всего)	18*	18*
В том числе:		
Лекции (Л)	4	4
Практические занятия (ПЗ)		
Семинары (С)	14	14
Лабораторные работы (ЛР)		
Самостоятельная работа (всего)	90	90
Другие виды самостоятельной работы:		
<i>Написание контрольной работы</i>	20	20
<i>Выполнение письменного домашнего задания</i>	16	16
<i>Изучение теоретического материала</i>	6	6
<i>Подготовка к текущим контролям</i>	12	12
<i>Подготовка к зачету</i>	36	36
Вид промежуточной аттестации	Зачет	зачет
Общая трудоёмкость:		
часы	108	108
зачётные единицы	3	3

*Примечание: Из 12 часов занятий – 6 часов в интерактивной форме