МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
"Набережночелнинский государственный педагогический университет"

(ФГБОУ ВО "НГПУ")

Физическая рекреация

аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Биологии и методики ее преподавания**
Учебный план 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Профили Физическая культура и Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения **очная**
Программу составил(и): кандидат биологических наук , доцент, Смирнова А.В.

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	**9 (5.1)**		Итого	
Недель	12			
Вид занятий	УП	РПД	УП	РПД
Лекции	24	24	24	24
Практические	24	24	24	24
Итого ауд.	48	48	48	48
Контактная работа	48	48	48	48
Сам. работа	60	60	60	60
Итого	108	108	108	108

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	сформировать общие научно-методические основы профессионального мировоззрения по физической культуре, заложить необходимые для этого компетенции в сфере
1.2	рекреации средствами физической культуры и спорта, изучение многоаспектности вопросов оптимизации специальных технологий рекреационной деятельности, и формирование у студентов навыков рекреационно - досугового моделирования.
1.3	Задачи изучения дисциплины:
1.4	раскрыть перспективные направления в системе физкультурно-оздоровительной деятельности на современном этапе;
1.5	сформировать комплекс знаний и умений, отражающих здоровьесберегающий и здоровьеразвивающий аспекты физической культуры и спорта;
1.6	обеспечить освоение системы знаний в области физкультурно-оздоровительных технологий, целостное осмысление содержательной стороны профессиональной деятельности в сфере оздоровительно-рекреативной физической культуры;
1.7	создать представление о современных научных концепциях в медико-биологической, психолого-педагогической областях знаний в сфере оздоровительной физической культуры;
1.8	обеспечить освоение студентами системы методических знаний и практических навыков в процессе применения различных факторов оздоровления, традиционных и нетрадиционных физкультурно-оздоровительных технологий в сфере физической культуры и спорта;
1.9	сформировать умения и навыки обеспечения различных видов контроля и управления за психофизическим и функциональным состоянием различных групп населения в процессе занятий физической культурой и спортом;
1.10	научить вырабатывать стратегию, моделировать построение физкультурно-оздоровительной деятельности с учетом генотипологических особенностей (индивидуально-типологических особенностей, физического состояния) занимающихся;
1.11	сформировать у будущих специалистов активное творческое отношение к самостоятельному повышению профессионального уровня, к расширению научно-теоретической базы, совершенствованию практических навыков в решении ряда задач профессиональной деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДВ.15
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Для освоения дисциплины «Физическая рекреация» студенты используют знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения предмета "Здоровьесберегающие технологии".
2.2	**Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Лечебная физическая культура и массаж
2.2.2	Туризм в школе

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО КАЖДОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ДОСТИЖЕНИЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
ПК-4: способностью использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых учебных предметов	
Знать:	
	средства и системы оздоровления, традиционные и нетрадиционные физкультурно-оздоровительные технологии;
Уметь:	
	использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий;
Владеть:	
	различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	**Знать:**
сущность и социальную значимость своей профессии, основные проблемы, определяющие конкретную область своей будущей профессии, их взаимосвязь в системе знаний; психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся; способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса; основные положения управленческих наук, организационные основы сферы физической культуры и спорта; средства и системы оздоровления, традиционные и нетрадиционные физкультурно-оздоровительные технологии; основы методики обучения двигательным действиям, особенности дозирования нагрузки, планирования рабочего материала в различных видах физкультурно-оздоровительных технологий; организационные и методические особенности построения занятий различного типа при реализации физкультурно-оздоровительных технологий.	
3.2	**Уметь:**
определять способности и уровень готовности личности включиться в соответствующую физкультурно-спортивную деятельность; определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития; использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий; реализовывать задачи здоровьесбережения в процессе занятий физической культурой и спортом; моделировать содержание физкультурно-оздоровительных занятий с различным контингентом занимающихся с учетом индивидуально-типологических особенностей и состояния здоровья; дозировать и регулировать физическую и психоэмоциональную нагрузку в процессе занятий физкультурно-оздоровительными технологиями; организовать врачебно-педагогический контроль в процессе занятий оздоровительно-рекреативной физической культурой с целью осуществления коррекции процесса оздоровительной тренировки; разрабатывать стратегию и осуществлять педагогическую коррекцию физкультурно-оздоровительной деятельности с учетом результатов комплексной диагностики психофизического состояния занимающихся.	
3.3	**Владеть:**
умениями и навыками психофизического самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни; различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности; способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта; способами установления контактов и поддержания взаимодействия с субъектами деятельности в сфере физической культуры и спорта в условиях поликультурной среды; методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях физической культуры и спорта, приемами агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям спортивно-рекреационной деятельностью.	