

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Гаскаев Сергей Валерьевич Должность: Ректор Дата подписания: 20.05.2025 00:39:37 Уникальный программный ключ: 04c19ed8bfb98f3b6cb77a486b9a8788b8727273	МИНОВНАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)	
Рабочая программа дисциплины "Теория и методика физической рекреации" по направлению подготовки (специальности) 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм" направленности (профилю) Экскурсионная и инструкторская деятельность ФГБОУ ВО «ЧелГУ»		стр. 1

Рабочая программа дисциплины (модуля)*

Теория и методика физической рекреации

Направление подготовки (специальность)

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Направленность (профиль)

Экскурсионная и инструкторская деятельность

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

очная

Год(ы) набора 2024

*Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптирована для инклюзивного обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Челябинск 2024 г.



Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОПОП
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)
4. Объем дисциплины (модуля)
5. Структура и содержание дисциплины (модуля)
6. Фонд оценочных средств
 - 6.1. Перечень видов оценочных средств
 - 6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации
 - 6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации
 - 6.4. Критерии оценивания
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)
 - 7.1. Рекомендуемая литература
 - 7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"
 - 7.3. Перечень информационных технологий
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Специальные условия освоения дисциплины обучающимися с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Теория и методика физической рекреации» являются:

- формирование у студентов основ теоретико-методических и практических умений организации и проведения рекреации;
- формирование основ теоретико-методических знаний о месте и значении рекреационной деятельности, о ее содержании, направленности и перспективах развития;
- формирование у студентов основ профессионально-педагогических умений, программирования и проведения мероприятий, управления деятельностью учреждений рекреации;
- развитие у студентов умения развивать новые специфические формы физической рекреации.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП: Б1.О.02.12

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Культурно-досуговая и анимационная деятельность в рекреации и туризме

Регионоведение

Экономика рекреации и туризма

Введение в профессиональную деятельность

Основы спортивно-оздоровительного туризма

География рекреационных систем и туризма

Обзорные лекции по актуальным вопросам рекреации и спортивно-оздоровительному туризму

2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Основы экологического туризма

Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки

Менеджмент рекреативно-оздоровительной деятельности

Научный семинар "Научно-методологические основы педагогики рекреации и туризма"

Спортивные сооружения в сфере рекреации и туризма

Делопроизводство и документооборот в сфере рекреации и туризма

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-3: Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде

Знать:

Демонстрирует понимание типологии и факторов формирования команд, лидерства и способов социального взаимодействия.

Уметь:

Осуществляет взаимодействие с другими членами команды, в т.ч. участвует в обмене информацией, знаниями и опытом.

Владеть:

Имеет опыт участия в командной работе

ОПК-1: Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста

Знать:

Демонстрирует знания теории и методики физической культуры, особенностей физиологических нагрузок, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола.

Уметь:

Осуществляет разработку плана тренировочного процесса на различных этапах спортивной подготовки, с учётом занимающихся различного пола.



Владеть:

Организует тренировочный процесс ориентируясь на положение теории физической культуры и спорта.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1 Знать:	
3.1.1	- типологии и факторы формирования команд, лидерства и способов социального взаимодействия.
3.1.2	- теорию и методику физической культуры, особенностей физиологических нагрузок, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола.
3.2 Уметь:	
3.2.1	- осуществлять взаимодействие с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом
3.2.2	- разработать план тренировочного процесса на различных этапах спортивной подготовки, с учётом занимающихся различного пола.
3.3 Владеть:	
3.3.1	- иметь опыт участия в командной работе
3.3.2	- формами, методами и способами Организации тренировочного процесса ориентируясь на положение теории физической культуры и спорта.

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость	2 ЗЕТ
Часов по учебному плану : 72 в том числе : аудиторные занятия : 48 самостоятельная работа : 19,1 : контактная работа: 52,9 ИКР: 4,9	Виды контроля в семестрах: зачеты 6

5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Литература
	Раздел 1. Лекции			
1.1	Предмет и основные понятия физической рекреации. Принцип единства телесного и духовного, биологического и социального личности. Понятие «рекреация». Использование физических упражнений для отдыха, оздоровления в свободное время, развлечения. Использование элементов игр, танцев, развлечений. Всестороннее развитие личности в процессе целенаправленного педагогического воздействия и самостоятельного творчества. Коррекция психофизиологического состояния в связи с монотонизацией и интенсификацией труда. Организация досуговой деятельности и превращение в творчески - активное свободное время. /Лек/	6	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7
1.2	Характеристика форм, средств физической рекреации. Формы физической рекреации: рекреационная физическая культура, рекреативная физическая культура, рекреация спорта, физкультурно-производственная рекреация. Активные средства двигательной рекреации: разнообразные физические упражнения, элементы спорта и спортивной тренировки, ходьба, бег, плавание, хореотерапия, трудотерапия. /Лек/	6	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7



1.3	Организация физической рекреации. Организация физической рекреации средствами туризма. Спортивные праздники и выступления в структуре физической рекреации. Организация досуговой деятельности и превращение в творчески-активное свободное время. Перенос физкультурных интересов из сферы обучения в сферу досуга. /Лек/	6	6	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7
1.4	Подготовка и проведение мероприятий физической рекреации. Использование спортивных игр для двигательной рекреации. Характеристика основных видов спортивных игр. Особенности дозирования физической нагрузки в спортивных играх. Спортивные комплексы и оздоровительные клубы как организационные звенья физической рекреации. Формы построения занятий физической рекреацией. Физическая рекреация в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Самодетельные физкультурные инициативы школьников. Физическая рекреация студенческой молодежи. Направленное использование физической рекреации в период основной трудовой деятельности. /Лек/	6	6	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7
1.5	Виды рекреационно-оздоровительных услуг и особенности их предоставления. Разновидности туристско-спортивного движения. Спортивный туризм. Социальный туризм. Обеспечение туристско-спортивных мероприятий, с предоставлением услуг спортивным зрителям. Рекреационная основа программирования отдыха. Виды рекреационно-оздоровительных услуг и особенности их предоставления. Досуговые мероприятия и их место в программе рекреационно-оздоровительной и туристической деятельности. Содержание физкультурно-оздоровительной работы в условиях туристических походов и путешествий, на базе различных типов физкультурно-оздоровительных центрах, на предприятиях, по месту жительства, в местах массового отдыха. /Лек/	6	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7
1.6	Физическая рекреация в зарубежных странах. Понятие « рекреация» в зарубежных странах. Рекреационная сфера досуга как рекреационно-реабилитационная система. Развитие самостоятельных занятий физическими упражнениями. Увеличение количества свободного времени и расширение доступности разнообразных форм досуговой деятельности. Тенденция к возрастанию психофизических нагрузок в труде и учебе. Физическая рекреация в зарубежных странах. Понятие « рекреация» в зарубежных странах. Рекреационная сфера досуга как рекреационно-реабилитационная система. Развитие самостоятельных занятий физическими упражнениями. Увеличение количества свободного времени и расширение доступности разнообразных форм досуговой деятельности. Тенденция к возрастанию психофизических нагрузок в труде и учебе. /Лек/	6	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7
1.7	Рекреация как объект и предмет исследования. Рекреация как объект и предмет исследования. Постановка и выбор темы исследования. Анализ проблематики исследования. Определение цели, задачи и гипотезы исследования. Планирование теоретического и экспериментального исследования. Практическое внедрение и оформление результатов исследования по физической рекреации. /Лек/	6	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7
Раздел 2. Практические занятия				



2.1	Этапы становления и развития физической рекреации. Формирование понятия физической рекреации. Причины возникновения и исторические предпосылки развития знаний о физической рекреации. Формирование комплекса знаний о физической рекреации в рамках различных научных дисциплин. Причины возникновения физической рекреации. Идеи развлечения, красоты, телесного наслаждения как одна из ведущих идей общества. Использование простейших физических упражнений в обрядах, играх в создании новых средств занятий физическими упражнениями. Исторические этапы развития знаний о физической рекреации. Обрядовые церемонии, состязания в первобытно-общинном строе. Философы и ученые античного мира о физической культуре и ее связи с религиозной культурой. Гуманисты эпохи Возрождения о гармоничном развитии человека. Русские врачи и педагоги об укреплении здоровья различных слоев общества. о физическом образовании. Пропаганда и внедрение физической культуры в повседневную жизнь. Возникновение и развитие физической рекреации в зарубежных странах. Возрастание значения физических упражнений в воспроизводстве физических и душевных сил. Характеристика физической рекреации как вида физической культуры. Физическая рекреация как составная часть физической культуры. Перенос физкультурных интересов из сферы обучения в сферу досуга. Приоритетные направления развития физической культуры. Виды воздействия физической рекреационной деятельности. Воспитание культуры проведения досуга, использование двигательной активности, дающей рекреативный эффект. Формирование у человека осознанного отношения к своему здоровью как необходимому элементу его полноценного развития. Условия для творческого самовыражения, самореализации внутренних резервов занимающихся, невостребованных в должной мере в обычных условиях. Противоречие между потребностью общества и каждой личности в рациональном использовании досуга и отсутствием развитой инфраструктуры досуга, научно-методических рекомендаций по применению конкретных форм физической рекреации. /Пр/	6	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7
2.2	Характеристика форм, средств физической рекреации. Формы физической рекреации: рекреационная физическая культура, рекреативная физическая культура, рекреация спорта, физкультурно-производственная рекреация. Активные средства двигательной рекреации: разнообразные физические упражнения, элементы спорта и спортивной тренировки, ходьба, бег, плавание, хореотерапия, трудотерапия. Организация физической рекреации. Организация физической рекреации средствами туризма. Спортивные праздники и выступления в структуре физической рекреации. Организация досуговой деятельности и превращение в творчески-активное свободное время. Перенос физкультурных интересов из сферы обучения в сферу досуга. /Пр/	6	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7



2.3	Подготовка и проведение мероприятий физической рекреации. Использование спортивных игр для двигательной рекреации. Характеристика основных видов спортивных игр. Особенности дозирования физической нагрузки в спортивных играх. Спортивные комплексы и оздоровительные клубы как организационные звенья физической рекреации. Формы построения занятий физической рекреацией. Физическая рекреация в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Самодетельные физкультурные инициативы школьников. Физическая рекреация студенческой молодежи. Виды рекреационно-оздоровительных услуг и особенности их предоставления. Разновидности туристско-спортивного движения. Спортивный туризм. Социальный туризм. Обеспечение туристско-спортивных мероприятий, с предоставлением услуг спортивным зрителям. Рекреационная основа программирования отдыха. Виды рекреационно-оздоровительных услуг и особенности их предоставления. Досуговые мероприятия и их место в программе рекреационно - оздоровительной и туристической деятельности. Содержание физкультурно-оздоровительной работы в условиях туристических походов и путешествий, на базе различных типов физкультурно-оздоровительных центрах, на предприятиях, по месту жительства, в местах массового отдыха. Направленное использование физической рекреации в период основной трудовой деятельности. /Пр/	6	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7
2.4	Рекреация как объект и предмет исследования. Рекреация как объект и предмет исследования. Постановка и выбор темы исследования. Анализ проблематики исследования. Определение цели, задачи и гипотезы исследования. Планирование теоретического и экспериментального исследования. Практическое внедрение и оформление результатов исследования по физической рекреации. /Пр/	6	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7
Раздел 3. Самостоятельная работа				



3.1	Предмет и основные понятия физической рекреации. Принцип единства телесного и духовного, биологического и социального личности. Понятие «рекреация». Использование физических упражнений для отдыха, оздоровления в свободное время, развлечения. Использование элементов игр, танцев, развлечений. Всестороннее развитие личности в процессе целенаправленного педагогического воздействия и самостоятельного творчества. Коррекция психофизиологического состояния в связи с монотонизацией и интенсификацией труда. Организация досуговой деятельности и превращение в творчески - активное свободное время. Этапы становления и развития физической рекреации. Формирование понятия физической рекреации. Причины возникновения и исторические предпосылки развития знаний о физической рекреации. Формирование комплекса знаний о физической рекреации в рамках различных научных дисциплин. Причины возникновения физической рекреации. Идеи развлечения, красоты, телесного наслаждения как одна из ведущих идей общества. Использование простейших физических упражнений в обрядах, играх в создании новых средств занятий физическими упражнениями. Исторические этапы развития знаний о физической рекреации. Обрядовые церемонии, состязания в первобытно-общинном строе. Философы и ученые античного мира о физической культуре и ее связи с религиозной культурой. Гуманисты эпохи Возрождения о гармоничном развитии человека. Русские врачи и педагоги об укреплении здоровья различных слоев общества. о физическом образовании. Пропаганда и внедрение физической культуры в повседневную жизнь. Возникновение и развитие физической рекреации в зарубежных странах. Возрастание значения физических упражнений в воспроизводстве физических и душевных сил. Характеристика физической рекреации как вида физической культуры. Физическая рекреация как составная часть физической культуры. Перенос физкультурных интересов из сферы обучения в сферу досуга. Приоритетные направления развития физической культуры. Виды воздействия физической рекреационной деятельности. Воспитание культуры проведения досуга, использование двигательной активности, дающей рекреативный эффект. Формирование у человека осознанного отношения к своему здоровью как необходимому элементу его полноценного развития. Условия для творческого самовыражения, самореализации внутренних резервов занимающихся, невостребованных в должной мере в обычных условиях. Противоречие между потребностью общества и каждой личности в рациональном использовании досуга и отсутствием развитой инфраструктуры досуга, научно-методических рекомендаций по применению конкретных форм физической рекреации. Характеристика форм, средств физической рекреации. Формы физической рекреации: рекреационная физическая культура, рекреативная физическая культура, рекреация спорта, физкультурно-производственная рекреация. Активные средства двигательной рекреации: разнообразные физические упражнения, элементы спорта и спортивной тренировки, ходьба, бег, плавание, хореотерапия, трудотерапия. Организация физической рекреации. Организация физической рекреации средствами туризма.	6	19,1	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7
-----	--	---	------	--



	Спортивные праздники и выступления в структуре физической рекреации. Организация досуговой деятельности и превращение в творчески-активное свободное время. Перенос физкультурных интересов из сферы обучения в сферу досуга. Подготовка и проведение мероприятий физической рекреации. Использование спортивных игр для двигательной рекреации. Характеристика основных видов спортивных игр. Особенности дозирования физической нагрузки в спортивных играх. Спортивные комплексы и оздоровительные клубы как организационные звенья физической рекреации. Формы построения занятий физической рекреацией. Физическая рекреация в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Самодетельные физкультурные инициативы школьников. Физическая рекреация студенческой молодежи. Направленное использование физической рекреации в период основной трудовой деятельности. Виды рекреационно-оздоровительных услуг и особенности их предоставления. Разновидности туристско-спортивного движения. Спортивный туризм. Социальный туризм. Обеспечение туристско-спортивных мероприятий, с предоставлением услуг спортивным зрителям. Рекреационная основа программирования отдыха. Виды рекреационно-оздоровительных услуг и особенности их предоставления. Досуговые мероприятия и их место в программе рекреационно - оздоровительной и туристической деятельности. Содержание физкультурно-оздоровительной работы в условиях туристических походов и путешествий, на базе различных типов физкультурно-оздоровительных центрах, на предприятиях, по месту жительства, в местах массового отдыха. Физическая рекреация в зарубежных странах. Понятие « рекреация» в зарубежных странах. Рекреационная сфера досуга как рекреационно-реабилитационная система. Развитие самодетельных занятий физическими упражнениями. Увеличение количества свободного времени и расширение доступности разнообразных форм досуговой деятельности. Тенденция к возрастанию психофизических нагрузок в труде и учебе. Рекреация как объект и предмет исследования. Рекреация как объект и предмет исследования. Постановка и выбор темы исследования. Анализ проблематики исследования. Определение цели, задачи и гипотезы исследования. Планирование теоретического и экспериментального исследования. Практическое внедрение и оформление результатов исследования по физической рекреации. /Ср/			
	Раздел 4. ИКР			
4.1	Индивидуальные консультации. Текущий контроль /ИКР/	6	4,9	

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

6.1. Перечень видов оценочных средств

1. Вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и/или спортивно-массовую (ФО и/или СМ) среду.
2. Письменная работа (реферат).
3. Зачёт

6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации

В рамках текущего контроля в течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения



дисциплины, учитывается вовлечённость в ФО и/или СМ среду в семестре, письменная работа (реферат), результаты прохождения тестирования по теории в форме зачета

1. Вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и/или спортивно-массовую среду

Максимальный балл за вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую среду – 40 баллов

2. Темы для письменной работы (реферат/презентация) по дисциплине

Примерный перечень для письменных работ

1. Система физической рекреации в рыночных отношениях.
2. Социальные функции физической рекреации в современном обществе.
3. Принципы физической рекреации.
4. Основы технологии физической рекреации.
5. Организаторская деятельность учреждений физической культуры в рекреации.
6. Менеджмент в рекреационной деятельности.
7. Общая характеристика содержания форм, средств и методов рекреационной деятельности.
8. Подготовка и повышение квалификации специалистов в физической рекреации.
9. Физическая рекреация в зарубежных странах
10. Спортивный туризм.
11. Социальный туризм.
12. Обеспечение туристско-спортивных мероприятий, с предоставлением услуг спортивным зрителям.
13. Рекреационная основа программирования отдыха.
14. Виды рекреационно-оздоровительных услуг и особенности их предоставления.
15. Досуговые мероприятия и их место в программе рекреационно-оздоровительной и туристической деятельности.
16. Организация физической рекреации средствами туризма.
17. Спортивные праздники и выступления в структуре физической рекреации.
18. Организация досуговой деятельности и превращение в творчески-активное свободное время.
19. Формы физической рекреации: рекреационная физическая культура, рекреативная физическая культура, рекреация спорта, физкультурно-производственная рекреация.
20. Активные средства двигательной рекреации: разнообразные физические упражнения, элементы спорта и спортивной тренировки, ходьба, бег, плавание, хореотерапия, трудотерапия.

6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

Оценочные средства для промежуточной аттестации представлены анализом вовлеченности в физкультурно-оздоровительную и/или спортивно-массовую (ФО и/или СМ) среду, опросом уровня теоретических знаний по дисциплине (зачет).

А. Вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и/или спортивно-массовую среду

Максимальный балл за вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую среду – 40 баллов

Вопросы зачёта:

1. Физическая рекреация как совокупность средств, используемых для восстановления.
2. Физическая рекреация как вид физической культуры.
3. Физическая рекреация как часть здорового образа жизни, индустрии досуга.
4. Роль физической рекреации в формировании общности людей в рамках общения людей.
5. Принцип единства телесного и духовного, биологического и социального личности.
6. Объект рекреационной деятельности и психофизическое состояние индивида как предмет рекреации.
7. Создание физического состояния, обеспечивающего нормальное функционирование организма как результат физической рекреации.
8. Причины возникновения физической рекреации.
9. Идеи развлечения, красоты, телесного наслаждения как одна из ведущих идей общества.
10. Использование простейших физических упражнений в обрядах, играх в создании новых средств занятий физическими упражнениями.
11. Исторические этапы развития знаний о физической рекреации.
12. Обрядовые церемонии, состязания в первобытно-общинном строе.
13. Философы и ученые античного мира о физической культуре и ее связи с религиозной культурой.
14. Гуманисты эпохи Возрождения о гармоничном развитии человека.
15. Русские врачи и педагоги об укреплении здоровья различных слоев общества.
16. о физическом образовании.
17. Пропаганда и внедрение физической культуры в повседневную жизнь.
18. Возникновение и развитие физической рекреации в зарубежных странах.



19. Возрастание значения физических упражнений в воспроизводстве физических и душевных сил.
20. Использование физических упражнений для отдыха, оздоровления в свободное время, развлечения.
21. Всестороннее развитие личности в процессе целенаправленного педагогического воздействия и самостоятельного творчества.
22. Коррекция психофизиологического состояния в связи с монотонизацией и интенсификацией труда.
23. Организация досуговой деятельности и превращение в творчески-активное свободное время.
24. Физическая рекреация как составная часть физической культуры.
25. Перенос физкультурных интересов из сферы обучения в сферу досуга.
26. Приоритетные направления развития физической культуры.
27. Виды воздействия физической рекреационной деятельности.
28. Воспитание культуры проведения досуга, использование двигательной активности, дающей рекреативный эффект.
29. Формирование у человека осознанного отношения к своему здоровью как необходимому элементу его полноценного развития.
30. Условия для творческого самовыражения, самореализации внутренних резервов занимающихся, невостребованных в должной мере в обычных условиях.
31. Противоречие между потребностью общества и каждой личности в рациональном использовании досуга и отсутствием развитой инфраструктуры досуга, научно-методических рекомендаций по применению конкретных форм физической рекреации.
32. Внешняя функция физической рекреации, направленная на людей, ее объект-человек и различные группы людей.
33. Внутренняя функция, направленная на обеспечение собственной эффективности всех ее свойств.
34. Общекультурные функции физической рекреации, возникающие в связи с другими общественными явлениями.
35. Специфические функции воздействия на занимающихся с целью оптимизации их состояния.
36. Оздоровительная функция, направленная на профилактику неблагоприятных воздействий окружающей среды, активизацию функционального состояния организма.
37. Индивидуальная функция, означающая развитие индивидуальных способностей человека на занятиях физической рекреацией.
38. Гедонистическая функция, связанная с получением удовольствия от занятий.
39. Творческая функция, направленная на проявление творческих способностей, самореализации и самопознания человека.
40. Престижная функция, создающая условия для самоутверждения человека как полноправного члена общества.
41. Развлекательная функция, направленная на регулирование эмоционального состояния.
42. Функция интеграции, создающая общность людей на основе интересов, мотивов, потребностей.
43. Функция отвлечения, заключающаяся в отвлечении от негативных явлений общественной жизни.
44. Прогностическая функция, направленная на проигрывание будущих условий профессиональной деятельности.
45. Зрелищная функция, заключающаяся в сопричастности и взаимответственности и гордости за свой коллектив.
46. Физическая рекреация как часть целенаправленной общественно-производственной деятельности.
47. Основные аспекты содержания и методики физической рекреации.
48. Формы построения занятий, планирование физической рекреацией.
49. Самостоятельные физкультурные инициативы школьников.
50. Мотивы занятий физической рекреацией.
51. Биологические и социальные потребности, обеспечивающие существование человека и взаимодействия его с другими людьми и обществом
52. Физиологические потребности в двигательной активности.
53. Потребность в самореализации своих возможностей. Потребность в психологической защищенности.
54. Потребность в сопричастности к определенной группе и реализуемая посредством общения.
55. Удовлетворение потребностей в результате деятельности.
56. Формирование интересов личности в ее развитии и социально обусловленные интересы.
57. Интерес к занятиям физической рекреацией как черта личности, проявления инициативы.
58. Мотив как внутреннее осознанное побуждение к деятельности.
59. Направленность личности как результат устойчиво доминирующих мотивов.
60. Многообразие мотивов, побуждающих людей заниматься, зависящих от возраста, пола, социального положения, состояния здоровья, профессии.
61. Разновидности туристско-спортивного движения.
62. Спортивный туризм.
63. Социальный туризм.
64. Обеспечение туристско-спортивных мероприятий, с предоставлением услуг спортивным зрителям.
65. Рекреационная основа программирования отдыха.
66. Виды рекреационно-оздоровительных услуг и особенности их предоставления.



67. Досуговые мероприятия и их место в программе рекреационно- оздоровительной и туристической деятельности.
68. Содержание физкультурно-оздоровительной работы в условиях туристических походов и путешествий, на базе различных типов физкультурно-оздоровительных центрах, на предприятиях, по месту жительства, в местах массового отдыха.
69. Понятие «рекреация» в зарубежных странах.
70. Рекреационная сфера досуга как рекреационно-реабилитационная система.
71. Развитие самостоятельных занятий физическими упражнениями.
72. Увеличение количества свободного времени и расширение доступности разнообразных форм досуговой деятельности.
73. Тенденция к возрастанию психофизических нагрузок в труде и учебе.
74. Разработка доктрины национальной системы профессионального образования сфере физической рекреации.
75. Разработка теоретико-методических основ содержания подготовка специалистов.
76. Создание профессионально-квалификационной структуры кадровых ресурсов.
77. Построение нормативно - правовой базы, обеспечивающей успешную деятельность государственных и негосударственных образовательных учреждений.
78. Решение общегосударственных задач социальной поддержки населения.
79. Опыт эффективной подготовки специалистов всех уровней.
80. Ознакомление с практикой работы ведущих зарубежных учебных заведений.
81. Разработка новых специальностей для сферы туризма.
82. Теоретико-методические основы физической рекреации рамках специальности "менеджмент" с подготовкой специалистов по "менеджменту туризма и путешествий", "менеджменту гостеприимства", "финансовому менеджмент в туризме", "менеджменту иностранного туризма", "менеджменту экологического туризма".

6.4. Критерии оценивания

В течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, применяется балльно-рейтинговая система оценки достижений студента. Для получения зачета студенту необходимо набрать не менее 50 баллов из 100 возможных.

Критерием успешности освоения учебного материала по окончании учебного семестра является экспертная оценка преподавателя, учитывающая: владение двигательными умениями и навыками, уровень физической подготовленности, уровень владения теоретическими и методическими знаниями в области физической культуры и спорта (тестирование проводится на бумажном носителе, время проведения теста 20 минут), глубину вовлечённости в ФО и/или СМ среду. Экспертная оценка преподавателя может основываться на регулярности посещения обязательных учебных занятий, успешности выполнения установленных на данный семестр объёмов рабочей программы, успешности сдачи тестов общей физической или спортивной подготовки для отдельных групп спортивной или физкультурно-оздоровительной направленности.

А. Критерии оценивания вовлеченности в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую (ФО и/или СМ) среду
Максимальный балл за вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую среду – 40 баллов.

Описание шкалы оценивания:

36–40 баллов (отлично) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях и организация спортивно-массового или физкультурно-оздоровительного мероприятия (выступление в качестве соорганизатора, волонтера); либо участие во Всероссийских и/или окружных соревнованиях.

28–35 баллов (хорошо) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях (в качестве судьи, помощника судьи, арбитра, непосредственного участника региональных и/или муниципальных соревнований, волонтера, комментатора соревнований и т.п.);

10–27 баллов (удовлетворительно) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях и содействие в организации (опосредованно) либо в проведении (опосредованно) спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных внутривузовских мероприятий (в качестве журналиста, фотокорреспондента и т.п.).

Менее 10 баллов (неудовлетворительно) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных внутривузовских мероприятиях.

Б. Критерии оценивания результатов тестирования уровня теоретических и методических знаний в области физической культуры и спорта

Тест формируется на бумажном носителе. Максимальный балл за тест – 20 баллов.

Оценка Отлично/зачтено/ - 18–20 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - высокий

Оценка Хорошо/зачтено/ - 14–17 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - средний

Оценка Удовлетворительно/ зачтено/ - 10–13 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - базовый



Оценка Неудовлетворительно/не зачтено - 0–9 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - низкий

Д. Критерии оценивания письменной работы (реферата) для студентов, временно освобождённых от практических занятий физической культуры и спортом

Максимальный балл за письменную работу – 30 баллов.

Оценивается умение найти в отечественной и зарубежной литературе, в том числе в сети Интернет и выделение наиболее важных и современных работ по теме реферата, структурирование изложения темы, а также уровень владения понятиями, качество представления работы, умение ответить на вопросы.

Оценка Отлично/зачтено/ - 25–30 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - высокий

Оценка Хорошо/зачтено/ - 20–24 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - средний

Оценка Удовлетворительно/ зачтено/ - 7–19 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - базовый

Оценка Неудовлетворительно/не зачтено - 0–6 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - низкий

Критерии оценивания:

25–30 баллов - Знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы на вопросы. Обучающийся демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями. Реферат иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения.

20–24 баллов - знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание работы, однако имеются определенные затруднения в ответе на уточняющие вопросы.

В реферате имеют место несущественные фактические неточности. Недостаточно раскрыто содержание реферата.

7–19 баллов - знания имеют фрагментарный характер, имеются определенные неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы.

При ответе на вопросы обучающийся не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления.

Обучающимся допущены фактические ошибки.

Обучающийся продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

0–6 баллов - не раскрыто содержание реферата, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов. Допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы.

Обучающийся обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий. В ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний. На большую часть вопросов преподавателя студент затрудняется дать ответ или дает неверные ответы. Из представления реферата видно, что студент слабо ориентируется в тексте.

Результаты промежуточной аттестации и уровни сформированности компетенций

При подведении итогов учитываются результаты текущей аттестации. Полученные за текущую аттестацию баллы, суммируются с баллами, полученными за каждый этап при прохождении промежуточной аттестации:

0–49 баллов – неудовлетворительно (не зачтено);

50–69 баллов – удовлетворительно (зачтено);

70–90 баллов – хорошо (зачтено);

91–100 баллов – отлично (зачтено).

Критерии оценивания обучающегося на экзамене
зачтено/

Оценка Критерии

«отлично».

Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей.

Полный, развернутый ответ на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа.

«хорошо».

Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии.

Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать



быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в знаниях.

«удовлетворительно»

Знание основных положений теории при наличии существенных пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые с помощью преподавателя.

«неудовлетворительно»

Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя.

Уровни сформированности компетенций определяется следующим образом:

1. Высокий уровень сформированности компетенций соответствует оценке отлично, предполагает готовность к самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности:
 - знание научно-практических основ физической культуры и спорта, способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
 - знание правил работы в коллективе при решении задач физкультурно-оздоровительного или спортивного характера;
 - знание основных принципов составления комплексов физических упражнений для самосовершенствования;
 - умение проявлять уважение к партнёрам по занятиям физической культуры и спортом;
 - умение и владение средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
 - участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях и организация спортивно-массового или физкультурно-оздоровительного мероприятия (выступление в качестве организатора, волонтера); либо участие во Всероссийских и/или Окружных соревнованиях.
2. Средний уровень соответствует оценке хорошо, предполагает формирование компетенций на менее высоком уровне:
 - знание основных принципов составления комплексов физических упражнений для самосовершенствования и правил работы в коллективе при решении задач физкультурно-оздоровительного или спортивного характера;
 - владение недостаточными навыками выполнения базовых физических упражнений, физической выносливости, подготовленности организма к физическим нагрузкам;
 - недостаточное умение и владение средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
 - участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях (в качестве судьи, помощника судьи, арбитра, непосредственного участника региональных и/или муниципальных соревнований, волонтера, комментатора соревнований и т.п.).
3. Базовый уровень соответствует оценке удовлетворительно, предполагает формирование компетенций на начальном уровне:
 - знание фрагментарного характера научно-практических основ физической культуры и спорта, способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
 - неуверенные знания правил работы в коллективе при решении задач физкультурно-оздоровительного или спортивного характера;
 - недостаточные знания основных принципов составления комплексов физических упражнений для самосовершенствования;
 - умение проявлять уважение к партнёрам по занятиям физической культуры и спортом;
 - опосредованное умение и владение средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
 - участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях и содействие в организации (опосредованно) либо в проведении (опосредованно) спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных внутриузовских мероприятий (в качестве журналиста, фотокорреспондента и т.п.).
4. Низкий уровень соответствует оценке неудовлетворительно, не сформирован начальный уровень компетенций:
 - незнание основных принципов составления комплексов физических упражнений для самосовершенствования и



правил работы в коллективе при решении задач физкультурно-оздоровительного или спортивного характера;
–отсутствие навыков выполнения базовых физических упражнений, физической выносливости, подготовленности организма к физическим нагрузкам;
– неумение владения средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
– участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных внутривузовских мероприятиях.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Рекомендуемая литература

7.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л1.1		Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры, спортивной тренировки, рекреации и фитнеса, адаптивной и оздоровительно-восстановительной физической культуры: материалы Всероссийской научно- практической конференции с международным участием, Липецк, 19-20 апреля 2023 г.: материалы конференций (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=707989)	Липецк : Липецкий государственный педагогический университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2023	ЭБС

7.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л2.1	Башта Л. Ю.	Теоретические и практические основы двигательной рекреации: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459406)	Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2015	ЭБС
Л2.2	Вдовкин И. И., Попков В. И., Талызов С. Н., Земсков В. Д., Пястолова Н. Б., Ярушин С. А., Иванов В. Д.	Актуальные проблемы и перспективы теории и практики физической культуры, спорта, туризма и двигательной рекреации в современном мире: материалы Всероссийской научно-практической конференции, 17-18 апреля 2018 года, Челябинск (http://library.csu.ru/rbooks2/view2?code=local/007813/aktualnye_problemy_fk-2018)	Челябинск : Издательство Челябинского государственного университета, 2018	ЭБС
Л2.3	Кулагина Е. В., Сливкова Ю. В.	Технологии рекреации и анимации: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493340)	Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2017	ЭБС
Л2.4	Романова Г.М., Савельева Н.А.	Оценка и сертификация квалификаций персонала в системе отраслевого управления на примере сферы рекреации и спортивно-оздоровительного туризма: монография (https://znanium.com/catalog/document?id=354658)	Москва : ООО "КУРС", 2019	ЭБС
Л2.5	Алешкина Е. М.	Развитие познавательной рекреации в Республике Татарстан посредством разработки виртуальных экологических троп: студенческая научная работа (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=615451)	Казань : б.и., 2019	ЭБС
Л2.6	Саранча М.А.	ГЕОГРАФИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ПОТЕНЦИАЛА УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ ДЛЯ ЦЕЛЕЙ ЭКСКУРСИОННО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ РЕКРЕАЦИИ: статья (https://znanium.com/catalog/document?id=125163)	Ижевск : ФГБОУ ВПО "Удмуртский Государственный университет", 2007	ЭБС



	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л2.7		Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры, спортивной тренировки, рекреации и фитнеса, адаптивной и оздоровительно-восстановительной физической культуры: материалы Всероссийской научно- практической конференции, Липецк, 18-19 апреля 2022 года: материалы конференций (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=700280)	Липецк : Липецкий государственный педагогический университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2022	ЭБС
Л2.8	Ярушин С. А., Иванов В. Д.	Актуальные проблемы и перспективы теории и практики физической культуры, спорта, туризма и двигательной рекреации в современном мире: материалы Всероссийской научно-практической конференции, 24-25 апреля 2015 года, Челябинск : [в 2 частях	Челябинск : Издательство Челябинского государственного университета, [б. г.]	

7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU» - раздел "Журналы открытого доступа" (https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_free.asp) на 01.10.2018 г. содержит более 6000 научных журналов http://www.elibrary.ru http://www.elibra
Э2	Лекториум - просветительский проект: массовые открытые онлайн-курсы, открытый видеоархив лекций вузов России https://www.lektorium.tv https://www.lektorium.tv
Э3	Национальная электронная библиотека (НЭБ) (https://rusneb.ru/) Национальная электронная библиотека (НЭБ) : объединенный электронный каталог фондов российских библиотек : сайт. – URL: http://нэб.рф . – Режим доступа: из читальных залов библиотеки ЧелГУ. – Текст : электронный. (https://rusneb.ru/)
Э4	Центральная отраслевая библиотека по Физической культуре и спорту [Электронный ресурс] : [сайт] . - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru http://lib.sportedu.ru
Э5	Юрайт [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство Юрайт. – URL: https://biblio-online.ru https://biblio-online.ru
Э6	Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО Директмедиа Паблишинг. – URL: http://biblioclub.ru/ http://biblioclub.ru/
Э7	Э7 ЗАО "КонсультантПлюс" (ИНН 7702044361) осуществляет деятельность в области информационных технологий, является разработчиком справочной правовой системы КонсультантПлюс. https://www.consultant.ru/online/ https://www.consultant.ru/online/

7.3 Перечень информационных технологий

7.3.1 Программное обеспечение

Adobe Connect Acrobat
LMS Moodle
Adobe Reader
WinDjView
ПО Kaspersky

7.3.2 Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (https://elibrary.ru/defaultx.asp?) eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000 – . – URL: https://elibrary.ru . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.
2. Консультант Плюс [Электронный ресурс] : справочно-правовая система : база данных / Регион. центр правовой информ. Информправо - https://www.consultant.ru/
3. Справочник «Информо» (http://www.informio.ru/) ИНФОРМИО : электронный справочник [обеспечение всех типов образовательных учреждений нормативными, методическими, научнопрактическими материалами]. – URL: http://www.informio.ru/ . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей ЧелГУ. – Текст : электронный.
4. Центральная отраслевая библиотека по Физической культуре и спорту [Электронный ресурс] : [сайт] . - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru
5.Официальный сайт Федерального агентства по туризму РФ. – Режим доступа: http://www.russiatourism.ru/
6.Официальный сайт Российского союза туриндустрии. – Режим доступа: http://www.rostourunion.ru/



- 7.Официальный сайт Северо-Западного отделения Российского союза туриндустрии. – Режим доступа:<http://www.rstnw.ru/>
- 8.Туризм в России: Единая информационная система. – Режим доступа:www.rostur.ru
- 9.Страна.ру: Все путешествия по России. – Режим доступа:strana.ru
- 10.RUSSIA-OPEN национальный туризм: Информационный портал. – Режим доступа:www.russia-open.com
- 11.Достопримечательности России: Справочник культурно-исторических достопримечательностей. – Режим доступа:culttourism.ru
- 12.Российский туризм: Информационный портал. – Режим доступа:russiantourism.ru
- 13.Маршрут. Сообщество путешествующих людей: Информационный портал. – Режим доступа:www.marshruty.ru
- 14.ЭтоМесто: атлас электронных онлайн карт. – Режим доступа:www.etomesto.ru

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Для реализации дисциплины используются учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Лекционные занятия проводятся в аудиториях, рассчитанных на 100 – 200 обучающихся с возможностью использования мультимедийного оборудования (мультимедийный проектор, проекционный экран, акустическая система, ПК для мультимедийного комплекса).

Используется электронный читальный зал научной библиотеки ЧелГУ для самостоятельной работы студента, оснащённый персональными компьютерами, мультимедийной аппаратурой. В аудитории обеспечен доступ к различной справочной литературе, энциклопедиям, библиографическим и полнотекстовым базам данных, информационным ресурсам «Интернет».

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, применяется балльно-рейтинговая система оценки достижений студента. Для получения зачета студенту необходимо набрать не менее 60 баллов из 100 возможных.

При изучении данной дисциплины используются лекционные, практические занятия и самостоятельная работа студента. На лекционных занятиях преподаватель излагает основное содержание тем программы.

Критерием успешности освоения учебного материала по окончании учебного семестра является экспертная оценка преподавателя, учитывающая: владение двигательными умениями и навыками, и/или навыками составления комплексов упражнений оздоровительно-прикладной направленности, уровень физической подготовленности, уровень владения теоретическими и методическими знаниями в области прикладной и оздоровительной физической культуры (тестирование проводится на бумажном носителе или в системе дистанционного обучения Moodle, время проведения теста 25 минут), глубину вовлечённости в ФО и/или СМ среду. Экспертная оценка преподавателя может основываться на регулярности посещения обязательных учебных занятий, успешности выполнения установленных на данный семестр объёмов рабочей программы, успешности сдачи тестов общей физической или спортивной подготовки для отдельных групп спортивной или физкультурно-оздоровительной направленности.

Перечень требований и тестов по каждому разделу, система их оценки в баллах разрабатываются кафедрой физического воспитания и спорта в структуре 100–балльной системы.

Формирование физической культуры студентов, освобожденных от практических занятий прикладной и оздоровительной физической культурой по состоянию здоровья на длительный срок или на весь период обучения по дисциплине, складывается из расширенного курса теоретической подготовки и самостоятельных занятий. Итогом теоретической подготовки является написание реферативной работы, защита которой происходит в период зачетной сессии. В реферативной работе студент должен показать умение выявлять и формулировать актуальные для теории и практики физической культуры и спорта цели и задачи, анализировать учебную, научную и методическую литературу, материалы, отражающие практику физкультурно-спортивной деятельности, интерпретировать и оформлять результаты изучаемого материала, делать выводы и давать практические рекомендации по изучаемой теме.

Работа должна включать обоснование выбора темы и ее актуальность, постановку задач, обзор информационных источников, описание методов и результатов исследования, обсуждение полученных данных и библиографический указатель, приложения.

Объём работы должен быть 15–20 страниц стандартизированного текста компьютерной верстки, выполненный в соответствии с ГОСТом.

По согласованию с преподавателем допускается представление реферативной работы в электронном виде, в форме



презентаций, видеофильмов, разрешается использование для подготовки работы Интернет-ресурсов с указанием полного URL–адреса первоисточника информации. Возможен самостоятельный выбор студентом темы реферативной работы, согласованной с преподавателем. При очевидных некорректных заимствованиях чужого текста в объеме свыше 40% контрольной работы, выявленных при использовании программы «анти-плагиат» преподаватель имеет право отказать обучающемуся в данной форме контроля.

Кроме этой работы студент выполняет предложенные ему тесты.

В случае применения при обучении дисциплины электронного обучения, дистанционных образовательных технологий общение обучающихся и преподавателя осуществляется в режиме реального времени (онлайн-лекции (вебинары), чаты, видеоконференции и др.) или отложенного времени (система дистанционного обучения Moodle, MSOffice365, форумы, электронная почта и др.).

Большую часть времени обучающиеся самостоятельно работают с учебно-методическими материалами. Студенты имеют возможность консультироваться с преподавателем по всем вопросам, возникающим в ходе самостоятельной работы посредством электронной почты, социальных сетей и т.п.

Доступ обучающегося к учебным ресурсам в режиме отложенного времени, самостоятельной работы осуществляется через сеть Интернет в удобном для него месте, времени и темпе.

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья электронное обучение, дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах.

Реализация дисциплины с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (далее – ЭО, ДОТ) осуществляется на основании «Положения о реализации основных и дополнительных образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Челябинский государственный университет», «Положения о порядке зачета обучающимися по основным профессиональным образовательным программам высшего образования в ФГБОУ ВО «ЧелГУ» результатов освоения в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практик, дополнительных образовательных программ» посредством электронной информационно-образовательной среды ФГБОУ ВО «ЧелГУ». В исключительных случаях (форс-мажор и т.п.) при реализации образовательной деятельности с применением ЭО, ДОТ могут применять компоненты, не входящие в перечень электронной информационно – образовательной среды.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины:

Важнейшим условием успешного освоения материала является планомерная работа обучающегося в течение всего периода изучения дисциплины, поэтому подготовку к итоговому зачету или экзамену по дисциплине следует начинать с первого занятия. Обучающемуся следует ознакомиться со следующей учебно-методической документацией: программой дисциплины; перечнем знаний и умений, которыми обучающийся должен владеть; тематическими планами лекций, занятий семинарского типа; видами текущего контроля; учебником, учебными пособиями по дисциплине; электронными ресурсами по дисциплине; перечнем экзаменационных вопросов /вопросов к зачету.

Подготовка к лекционным занятиям

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные и наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации по подготовке к занятиям семинарского типа и самостоятельной работе. В ходе лекционных занятий обучающемуся следует вести конспектирование учебного материала. С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- ☐ знакомит с новым учебным материалом;
- ☐ разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- ☐ систематизирует учебный материал;
- ☐ ориентирует в учебном процессе.

При подготовке к лекции необходимо:

- ☐ внимательно прочитать материал предыдущей лекции;
- ☐ узнать тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по рабочей программе дисциплины);
- ☐ ознакомиться с учебным материалом лекции по рекомендованному учебнику и учебным пособиям;
- ☐ уяснить место изучаемой темы в своей профессиональной подготовке;
- ☐ записать возможные вопросы, которые обучающийся предполагает задать преподавателю.

Подготовка к занятиям семинарского типа

Этот вид самостоятельной работы состоит из нескольких этапов:

- 1) повторение изученного материала. Для этого используются конспекты лекций, рекомендованная основная и



дополнительная литература;

2) углубление знаний по теме. Необходимо имеющийся материал в конспектах лекций, учебных пособиях дифференцировать в соответствии с пунктами плана занятия семинарского типа. Отдельно выписать неясные вопросы, термины. Лучше это делать на полях конспекта лекции;

3) выполнение практических заданий, упражнений, проверочных тестов, составление словаря терминов, развернутого плана сообщения и т.д.

При подготовке к занятию семинарского типа рекомендуется с целью повышения их эффективности:

-уделять внимание разбору теоретических задач, обсуждаемых на лекциях;

-уделять внимание краткому повторению теоретического материала, который используется при выполнении практических заданий;

-осуществлять регулярную сверку домашних заданий;

-ставить проблемные вопросы, по возможности использовать примеры и задачи с практическим содержанием;

-включаться в используемые при проведении занятий семинарского типа активные и интерактивные методы обучения;

-развивать предметную интуицию.

При разборе примеров в аудитории или при выполнении домашних заданий целесообразно каждый шаг обосновывать теми или иными теоретическими положениями.

Для обеспечения систематической и регулярной работы по изучению дисциплины и успешного прохождения промежуточных и итоговых контрольных испытаний обучающемуся рекомендуется придерживаться следующего порядка обучения:

1) определить объем времени, необходимого для проработки каждой темы, ориентируясь на распределение часов, приведенное в основной части настоящей рабочей программы;

2) регулярно изучать каждую тему дисциплины, используя различные формы индивидуальной работы;

3) согласовывать с преподавателем виды работы по изучению дисциплины;

4) по завершении отдельных тем своевременно передавать выполненные индивидуальные работы преподавателю.

Организация самостоятельной работы

Для теоретического и практического усвоения дисциплины большое значение имеет самостоятельная работа обучающихся, которая может осуществляться индивидуально и под руководством преподавателя. Самостоятельная работа обучающегося является основным средством овладения учебным материалом во время, свободное от обязательных учебных занятий, что предполагает самостоятельное изучение отдельных тем, дополнительную подготовку к каждому занятию семинарского типа. Самостоятельная работа обучающихся является важной формой образовательного процесса. Она реализуется непосредственно в ходе аудиторных занятий, в контактной работе с преподавателем вне рамок расписания, а также в библиотеке, при выполнении обучающимися учебных заданий.

Цель самостоятельной работы обучающихся состоит в научении осмысленно и самостоятельно работать сначала с учебным материалом, затем с научной информацией. Правильно организованная самостоятельная работа позволяет заложить основы самоорганизации и самовоспитания с тем, чтобы привить умение в дальнейшем непрерывно повышать свою квалификацию, что будет способствовать формированию профессиональных компетенций на достаточно высоком уровне. При изучении дисциплины организация самостоятельной работы обучающихся представляет собой единство трех взаимосвязанных форм:

1) внеаудиторная самостоятельная работа;

2) аудиторная самостоятельная работа, которая осуществляется под непосредственным руководством преподавателя при проведении занятий семинарского типа и во время чтения лекций;

3) творческая, в том числе научно-исследовательская работа. Это вид работы предполагает самостоятельную подготовку отчетов по выполнению практических заданий, подготовку презентаций, эссе, сообщений и т.д.

На занятиях семинарского типа необходимо выполнять различные виды самостоятельной работы (в том числе в малых группах), что позволяет ускорить формирование профессиональных умений и навыков.

Подготовка к экзамену (зачету)

Завершающим этапом изучения дисциплины является сдача зачета или экзамена в соответствии с учебным планом, при этом выясняется усвоение основных теоретических и прикладных вопросов программы и умение применять полученные знания к решению практических задач. При подготовке к экзамену учебный материал рекомендуется повторять по учебнику и конспекту. Зачет или экзамен проводится в назначенный день, по окончании изучения дисциплины. Во время контрольного мероприятия преподаватель учитывает активность работы обучающегося на аудиторных занятиях, качество самостоятельной работы, результативность контрольных работ, тестовых заданий и т.д.

10. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ



Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием специальных технических средств и голо информационных технологий, предоставляемых Ресурсным учебно-методическим центром по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ЧелГУ по запросу обучающегося.

1. Мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями зрения: портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля с синтезатором речи «ElBraille-W14J G2»; ноутбуки с программой экранного доступа NVDA; электронные увеличители для удаленного просмотра; видеоувеличители портативные; тифлоплеер; цифровые диктофоны.

2. Мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями слуха: система свободного звукового поля со встроенной совместимостью с FM-устройствами; радиоклассы «Сонет-PCM» с передатчиком, заушным индуктором и индукционной петлей; система информационная для слабослышащих переносная «Исток» А2 со встроенным плеером – звуковым информатором; документ-камера; программируемые слуховые аппараты индивидуального пользования.

3. Ассистивные информационные технологии: программное обеспечение экранного доступа с синтезом речи NVDA; программы экранного увеличения; программы речевого синтеза для компьютеров и ноутбуков; программы речевого синтеза для мобильных устройств; экранная клавиатура; экранная лупа.

При необходимости для обучающихся с нарушениями зрения на рабочих местах для проведения практических или лабораторных занятий устанавливается специальное программное обеспечение (программа речевой навигации NVDA, речевые синтезаторы, экранные лупы).

В учебные аудитории обеспечивается беспрепятственный доступ для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. В каждой аудитории, где обучаются инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, предусматривается соответствующее количество мест для обучающихся с учетом нарушений их здоровья.

Для освоения дисциплины инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется доступ к печатным источникам, имеющимся в научной библиотеке ЧелГУ, с помощью специальных технических средств; доступ к электронным источникам, представленным в форме электронного документа в фонде научной библиотеки ЧелГУ или электронно-библиотечных системах, с помощью специальных технических и программных средств (рабочее место для незрячего пользователя с программным обеспечением экранного доступа с синтезом речи NVDA, рабочее место с компьютерным роллером и клавиатурой Clever с большими кнопками и с разделяющей клавиши накладкой).

Учебно-методические материалы для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла,
- в печатной форме шрифтом Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья освоение дисциплины может быть частично или полностью осуществлено с использованием дистанционных образовательных технологий (Moodle, Adobe Connect Pro и пр.).

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья используется индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), т.е. дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации направлены на индивидуализацию обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей, обучающихся:

а) инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, в письменной форме шрифтом Брайля, устно с использованием услуг сурдопереводчика);



б) доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в печатной форме шрифтом Брайля, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода);

в) доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, письменно шрифтом Брайля, с использованием услуг ассистента, устно).

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены ЧелГУ или могут использоваться собственные технические средства. При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на задания, процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, Направленность (профиль) Экскурсионная и инструкторская деятельность , Присваиваемая квалификация (степень) Бакалавр, рабочая программа по дисциплине «Теория и методика физической рекреации», Год(ы) набора 2024, Форма обучения очная

Проректор по учебной работе утверждено 21.02.2024 г. А.А. Саламатов

И. о. декана факультета
индустрии спорта и туризма согласовано С.Н. Талызов

Автор (составитель) В.Д. Иванов

Структура рабочей программы соответствует приказу ректора ФГБОУ ВО «ЧелГУ» от «13» апреля 2021 г. №247-1