Екатеринбургский колледж физической культуры
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

«РЕКРЕАЦИОННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

для специальности 49.02.01 «Физическая культура»

Екатеринбург 2020

СОДЕРЖАНИЕ

1. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ……..3

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ…….4

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ПОДГОТОВКЕ К ЗАНЯТИЯМ СЕМИНАРСКОГО ТИПА…….……...……6

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ…….……14

1. **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Вид учебной работы	Объем часов	
	очная форма обучения	заочная форма обучения
Максимальная учебная нагрузка (всего)	78	
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)		
в том числе:		
Практические занятия	34	
Контрольные работы		
Лекции	18	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	26	
в том числе:		
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) *(если предусмотрено)*		
Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы по изучаемой теме; рефераты; работа с нормативной и справочной литературой. Составление конспектов		
Итоговая аттестация		

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ

2.1. Методические указания для преподавателей

Преподавание учебной дисциплины осуществляется в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами высшего профессионального образования, с учетом компетентностного подхода к обучению студентов.

Способы и средства обеспечения освоения дисциплины.

При изучении дисциплины рекомендуется использовать следующий набор средств и способов обучения:

– рекомендуемая основная и дополнительная литература; – задания на семинарские и практические занятия (обсуждаемые вопросы, кейс задания, расчетные задачи и др.);

– задания для текущего контроля успеваемости (домашние задания студентам, тестовые задания в рамках электронной системы тестирования);

– вопросы для подготовки к промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины;

– задания к промежуточной аттестации, по итогам освоения дисциплины позволяющие оценить знания, умения и уровень приобретенных компетенций.

Рекомендации по подготовке к проведению семинарских (практических) занятий

Семинарские (практические) занятия имеют важнейшее значение для усвоения программного материала. На каждом таком занятии обучающиеся решают практические задачи и демонстрируют результаты выполнения домашнего задания, выданного на предыдущем занятии. Для максимального усвоения дисциплины рекомендуется письменный опрос (тестирование, решение задач) студентов по материалам лекций и практических работ. Подборка вопросов для тестирования осуществляется на основе изученного теоретического материала. Такой подход позволяет повысить мотивацию студентов при конспектировании лекционного материала.

В качестве методики проведения семинарских или практические занятий целесообразно использовать обсуждение существующих точек зрения на проблематику, отраженную в соответствующих темах и вопросах занятий и пути ее решения, подготовку тематических докладов, позволяющих вырабатывать навыки публичных выступлений, а так же способность логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь.

Рекомендации по осуществлению контроля знаний обучаемых

Для развития самостоятельности студентов важно, чтобы они осознали необходимость систематической работы. Для этого рекомендуется разделить учебный процесс на ряд этапов контроля, на каждом из которых учитываются результаты текущей успеваемости студентов и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины. Это позволит в комплексе оценить знания, умения и уровень приобретенных компетенций в процессе освоения учебной дисциплины. Для соблюдения данного принципа в Университете действует балльно-рейтинговая система, которая включает: текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию по итогам освоения дисциплины.

На этапе текущего контроля успеваемости студентов предусмотрено:

1. Осуществление текущего рейтинга, подразумевающего оценку текущей учебной деятельности студента на протяжении семестра. При этом одной из форм содействия преподавателей развитию самостоятельности студентов является контроль их самостоятельной работы. Например, на практических занятиях преподаватель дает студентам задания для отработки их дома, затем проверяет своевременность и правильность их выполнения. Для проверки готовности студентов к семинарским и практическим занятиям используются различные проверочные задания.

2. Прохождение контрольных рубежей по итогам освоения каждого модуля дисциплины в строго установленные сроки студентами всех форм обучения.

3. Для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации преподавателем должен быть разработан Фонд оценочных средств (далее – ФОС). ФОС разрабатывается как отдельный документ и является приложением к Рабочей программе дисциплины. Этот раздел должен содержать задания, позволяющие осуществлять текущий контроль по итогам освоения каждого модуля и промежуточную аттестацию по итогам освоения дисциплины. Текущий контроль теоретических знаний, прикладных навыков и уровня приобретенных компетенций осуществляется в виде решения студентами тестового оценочного задания (ТОЗ). Построение ТОЗ ориентировано на соответствие компетенциям.

Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ОВЗ

Содержание высшего образования по образовательным программам и условия организации обучения обучающихся с ОВЗ определяются адаптированной образовательной программой, а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида. Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных при необходимости для обучения указанных обучающихся. Обучение по образовательным программам студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется Университетом с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся. Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов - инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе, отражающегося в планах воспитательной работы в Университете, а так же при разработке индивидуальных планах обучения студентов.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ может осуществляться индивидуально, а также *с применением дистанционных технологий*.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а так же с другими обучаемыми посредством вебинаров, что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения. В учебном процессе для студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения.

Методические указания по реализации дисциплины с применением дистанционных образовательных технологий

Под дистанционными образовательными технологиями понимаются образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

При реализации образовательных программ с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в УралГУФК созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы, совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств и обеспечивающей освоение обучающимися образовательных программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ПОДГОТОВКЕ К ЗАНЯТИЯМ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

Требования, предъявляемые к обучающимся при выполнении практических работ (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы)

Самостоятельное исследование, коллективное обсуждение, разбор заявленной в докладе проблемы на основе сопоставления информации, идей, мнений участников-студентов — все это мотивирует студентов к самостоятельному, инициативному и творческому, живому освоению учебного материала.

По отдельным темам преподаватель может назначить как докладчика, так и оппонента. На выступление докладчику отводится не более 10 минут. За это время докладчик имеет возможность осветить наиболее важные и яркие моменты рассматриваемой темы. Поощряется использование графиков, блок-схем, докладов-презентаций, мультимедийных технологий и т.п. Завершают доклад выступление оппонента и организованная преподавателем дискуссия по этой теме. После обсуждения доклада преподаватель подводит итог, оценивая материал доклада в контексте курса, а также качество подготовленного доклада и проведенной дискуссии. в итоговой оценке доклада могут принимать участие все студенты группы. отметку в баллах получают докладчик, «оппонент» и участники дискуссии. Материалы доклада оформляются студентом в виде реферата (10-15 страниц формата А4), который также оценивается преподавателем в баллах.

При подготовке к семинарским занятиям рекомендуется ознакомиться с планом подготовки к соответствующему семинару, пользоваться методическими указаниями к докладам и литературой.

Приведенная к каждому докладу литература носит рекомендательный характер. Чтобы сделать достойный доклад, раскрыв его тему, не обязательно детально изучить все библиографические источники. возможно, вполне достаточно будет ознакомиться с двумя-тремя книгами.

В настоящем пособии методические указания к каждому докладу сопровождаются контрольными вопросами. Целесообразно затронуть наиболее сложные из них на соответствующем семинаре, но не предлагать студентам готовые ответы. По контрольным вопросам можно провести небольшую проверочную работу в конце соответствующего семинара. такие мини-проверочные могут быть выборочными, адресными. А можно все вопросы вынести на контрольные занятия, во время которых студенты должны дать на них письменные ответы.

Студенты, пропустившие семинарское занятие как по уважительной, так и по неуважительной причине, должны представить преподавателю реферат по одной из тем соответствующего семинара.

Семинар по теме «Теория и методика физической рекреации».

Тема 1. Раскройте основные понятия теории и методики физической рекреации.

Охарактеризуйте ее основные функции.

Физическая рекреация как системное явление. Общекультурные функции физической рекреации. Специфические функции воздействия с целью оптимизации состояния занимающихся. Оздоровительная функция. Индивидуализирующая функция и гедонистическая функция. Творческая и престижная функции, создающие условия для самоутверждения человека как полноправного члена общества. Развлекательная функция и функция интеграции, создающие общность людей на основе интересов. Функция отвлечения и прогностическая функция. Зрелищная функция, заключающаяся в сопричастности и взаимоответственности. Физическая рекреация как часть целенаправленной общественно-производственной деятельности.

Семинар по теме «Средства физической рекреации».

Тема 2. Охарактеризуйте физическую рекреацию как вид физической культуры. Формы и средства физической рекреации.

Физическая культура как совокупность предметных ценностей. «Фоновая» физическая культура. Физкультурно-рекреативная направленность. Признаки физической рекреации. Культурно-ценностные аспекты. Интеллектуальные, эмоциональные и физические и воспитательные компоненты физической рекреации. Развлекательный характер рекреации. Формы физической рекреации: рекреационная физическая культура, рекреация туризма, оздоровительная физическая рекреация. Физиологические потребности в отдыхе. Дать характеристику средств и методов. Культурные потребности в духовном общении и познания художественных ценностей.

Семинар по теме «Физкультурно-рекреативная деятельность школьников»

Тема 3. Охарактеризуйте основные формы и содержание физкультурно-рекреативной деятельности школьников.

Свободное время школьников. Разработка и реализация специальных двигательных режимов у школьников направленных на формирование духовных ценностей, профилактику психических и физических напряжений. Самодеятельные физкультурные инициативы школьников. Введение в режим учебного дня занятий гимнастикой, подвижными играми. Виды досуга и формы его проведения школьников. Особенности организации отдыха и индустрии развлечений школьников. Организация и проведение праздников. Организация рекреационно-оздоровительной деятельности, развлечений в туристских группах и клубах. Виды рекреационных занятий. Функционирование оздоровительных лагерей, детских санаториев и курортов. Виды активного отдых и занятия разными видами творчества. Организация воспитательной и культурно-развлекательной работы.

Рекомендуемая литература:

Основная литература

1.Физическая рекреация: учебник для студентов учреждений высшего образования/под ред. Г. П. Виноградова, Е. А. Ивченко.- Москва: Академия, 2015.- 240с.- ISBN 978-5-4468-1475-6.- 1000 экз.-Текст: непосредственный.

2.Макеева, В. С. Теория и методика физической рекреации: учеб. пособие/В. С. Макеева, В. В. Бойко.- Москва: Советский спорт, 2014.- 152с.: ил.- ISBN 978-5-9718-0710-0.- 500 экз.-Текст: непосредственный.

Дополнительная литература

1. Макеева, В.С. Оздоровительно-рекреативная физическая культура [Текст]: учебное пособие / В.С. Макеева, А.Д. Куницын, В.В. Ву чева. - Орел: ОрелГТУ. - 2004. - 195 с.

2. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации: избранные лекции / В.С. Макеева, В.В. Куницын. - Орел: ОрелГТУ, 2006. – 176 с.

3. Пружинин К.Н. Физическая рекреация как междисциплинарная область физкультурного образования: учебно-методическое пособие для самоподготовки студентов / К. Н. Пружинин, М. В. Пружинина. - Иркутск: Иркутский филиал «РГУФКСМиТ», 2011. - 120 с.

4. Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. - Минск, 2003. - 526 с.

5. Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учеб. пособие / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 285 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/ECD6BB9E-D4DA-4DC7-9022-07E00DF9AE9A.

6. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учеб. пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 191 с. —

(Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/book/osnovy-adaptivnoy-fizicheskoy-kultury-438915 (дата обращения:)

4.МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная внеаудиторная работа студентов (СВРС) - 24 часа:

Методические рекомендации по подготовке доклада

Доклад - вид самостоятельной работы, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, приучает критически мыслить. При написании доклада по заданной теме составляют план, подбирают основные источники. В процессе работы с источниками систематизируют полученные сведения, делают выводы и обобщения. Этапы подготовки доклада:

– изучение наиболее важных научных работ по данной теме, перечень которых, как правило, дает сам преподаватель;

– анализ изученного материала, выделение наиболее значимых для раскрытия темы доклада фактов, мнений разных ученых и научных положений;

– обобщение и логическое построение материала доклада, например, в форме развернутого плана;

– написание текста доклада с соблюдением требований научного стиля.

На выступление докладчику отводится не более 10 минут. За это время докладчик имеет возможность осветить наиболее важные и яркие моменты рассматриваемой темы. Доклад должен сопровождаться презентацией.

Поощряется использование графиков, блок-схем, докладов-презентаций, мультимедийных технологий и т.п. Завершают доклад выступление оппонента и организованная преподавателем дискуссия по этой теме.

Методические рекомендации по подготовке реферата

Материалы доклада оформляются студентом в виде реферата. Реферат - одна из форм интерпретации исходного материала или нескольких источников. Поэтому реферат, в отличие от конспекта, является новым, авторским текстом. Новизна в данном случае подразумевает новое изложение, систематизацию материала, особую авторскую позицию при сопоставлении различных точек зрения. Цель написания рефератов – получение нового знания в ходе самостоятельного исследования, реферат не предполагает изложения самостоятельных научных результатов. Его задача - обобщить достигнутое другими, самостоятельно изложить проблему на базе фактов, почерпнутых из литературы.

Основные требования, предъявляемые к реферату:

– информативность изложения;
– объективность, неискажённое фиксирование всех положений - первичного текста;
– точность в передаче информации;
– полнота отображения основных элементов содержания;
– доступность восприятия текста реферата как по содержанию, так и по форме;
– соблюдение единого стиля;
– корректность в оценке материала;
– изложение в логической последовательности;
– использование точного, литературного языка.

Объем реферата составляет 10-15 страниц формата А4.

Реферат имеет определенную композицию: введение, основная часть, заключение, список использованных источников.

Во введении обосновывается выбор темы, могут быть даны исходные данные реферируемого текста (название, где опубликован, в каком году), раскрывается проблематика выбранной темы.

Основные параметры страницы текста: верхнее и нижнее поле - 20 мм; левое поле - 30 мм; правое поле - 15 мм. Абзацы в тексте начинают отступом, равным 1,25 (допускается абзац, равный 1,27).

В тексте используется шрифт Times New Roman / PT Astra и Liberation, кегль 14, интервал - полуторный, режим переноса слов - автоматический.

Оформление реферата необходимо выполнить в соответствии со стандартом организации «О выполнении письменных работ».

Методические указания по выполнению практических работ

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №1. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ФОРМ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА, РАБОТЫ И ОТДЫХА НАСЕЛЕНИЯ

План:

1. Виды, назначение и структура основных форм физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства и работы населения.
2. Организационно-методические характеристики физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства и работы населения

Вопросы для самоконтроля:

1.Какие организации образуют структуру управления ФОР по месту жительства населения, в чем их вклад в эту работу?

2.В чем заключается цель, функции и структура деятельности ЦФОР?

3.Каково назначение, структура и специфика деятельности ФСК?

4.Каково назначение, структура и специфика деятельности КСК?

5.Каково назначение, структура и специфика деятельности ФОЦ?

6.В чем заключаются организационно-методические характеристики ФОР по месту жительства и работы населения?

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №2 ОРГАНИЗАЦИЯИ СОДЕРЖАНИЕ ЧАСТНЫХФОРМ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫС НАСЕЛЕНИЕМ

План:

1. Назначение и организационные особенности Школы здоровья.
2. Цель, задачи и организационные особенности Клуба по физкультурно-спортивным интересам.
3. Общие организационные и методические характеристики частных форм физкультурно-оздоровительной работы с населением

Вопросы для самоконтроля:

1. Какие цель и задачи выполняет физкультурно-оздоровительный центр по месту работы трудящихся, его разновидности?

2.В чем специфика организации школы здоровья?

3. Какова цель и организационно-методические особенности клуба по физкультурно-спортивным интересам?

4. Какие методические характеристики этих форм необходимо учитывать при организации ФОР с населением

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №3 ТИПЫ, ВИДЫ И ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСОБЕННОСТИФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ГРУПП

План:

1. Цель и задачи физкультурно-оздоровительных групп.
2. Типы и виды физкультурно-оздоровительных групп.

3. Организация физкультурно-оздоровительных групп.

Вопросы для самоконтроля:

1.Каковы цель и направления задач ФОГ?

2.Какие типы и виды ФОГ, специфика их содержания и регламентаработы?

3.Какие организационные действия необходимы для создания ФОГ и проведения занятий в них?

Литература:

1.Физическая рекреация: учебник для студентов учреждений высшего образования/под ред. Г. П. Виноградова, Е. А. Ивченко.- Москва: Академия, 2015.- 240с.- ISBN 978-5-4468-1475-6.- 1000 экз.-Текст: непосредственный.

2. Макеева, В. С. Теория и методика физической рекреации: учеб. пособие/В. С. Макеева, В. В. Бойко.- Москва: Советский спорт, 2014.- 152с.: ил.- ISBN 978-5-9718-0710-0.- 500 экз.-Текст: непосредственный.

Дополнительная литература

1. Макеева, В.С. Оздоровительно-рекреативная физическая культура [Текст]: учебное пособие / В.С. Макеева, А.Д. Куницын, В.В. Ву чева. - Орел: ОрелГТУ. - 2004. - 195 с.

2. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации: избранные лекции / В.С. Макеева, В.В. Куницын. - Орел: ОрелГТУ, 2006. – 176 с.

3. Пружинин К.Н. Физическая рекреация как междисциплинарная область физкультурного образования: учебно-методическое пособие для самоподготовки студентов / К. Н. Пружинин, М. В. Пружинина. - Иркутск: Иркутский филиал «РГУФКСМиТ», 2011. - 120 с.

4. Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. - Минск, 2003. - 526 с.

Контрольные вопросы по дисциплине
«Рекреационная физическая культура»

1. В чем выражается многогранность понятия «рекреация»?
2. Дайте определение понятиям: «отдых», «досуг», «развлечение».
3. Перечислите характерные черты и содержание развития физической рекреации на территории Российской империи X - XIII вв.
4. Как развивалась физическая рекреация в отечественной истории?
5. Когда и кем впервые терминологически было дано определение «рекреационная деятельность»?
6. Какие организации предоставляли услуги населению в свободное время в части рекреационно-оздоровительной деятельности в 1982 - 1990 гг.?
7. Что представляет собой структура свободного времени в рамках рекреации?
8. Каковы характерные черты центра рекреативно-оздоровительной деятельности?
9. Что понимается под факторами и условиями, определяющими эффективность физической рекреации?
10. Каковы методологические основы исследования теории физической рекреации?
11. Дайте описание системного подхода в исследовании физической рекреации.
12. Дайте характеристику задач профессиональной деятельности специалиста по рекреации и спортивно-оздоровительному туризму.
13. Функции физической рекреации.
14. Какие признаки составляют содержание физической рекреации?
15. На чем основан характер и величина физических нагрузок на занятиях физической рекреации?
16. Какие основные формы физической рекреации вы знаете?
17. Поясните понятие «климатотерапия».

18. Дайте характеристику физическим упражнениям.
19. Поясните понятие «Бальнеотерапия».
20. Что представляют собой подвижные игры?
21. Каково содержание водных процедур?
22. Какое содержание имеет повседневный отдых в системе физической рекреации?
23. Приведите примеры самостоятельных занятий физической рекреацией.
24. Какие отличительные признаки образуют рекреационный туризм?
25. Дайте характеристику активному отдыху как основе рекреационного туризма.
26. Дайте классификацию игр на местности.
27. Дайте характеристику вечеров занимательного досуга.
28. Каковы отличительные признаки театрализованных игровых конкурсов?
29. В чем выражается структура шоу-программ?
30. Какие характерные черты игровых комплексов вы знаете?
31. Дайте схему распределения физической нагрузки в игровом комплексе.
32. Что представляет собой рекреационная технология?
33. Какие требования являются необходимыми при организации рекреационного мероприятия?
34. Какие структурно-сущностные свойства включает рекреационная деятельность?
35. Назовите основные методы, применяемые в организации рекреативной деятельности.
36. Какие функции надлежит реализовать специалисту в процессе организации рекреативной деятельности?
37. Перечислите основные психолого-педагогические условия рекреационного мероприятия.
38. Из чего состоит подготовка участников рекреационных мероприятий?
39. Расскажите об особенностях проведения рекреативного мероприятия.
40. Перечислите обязанности участника рекреативного мероприятия.
41. Перечислите обязанности ведущего рекреативного мероприятия.
42. В чём заключаются особенности организации рекреативных мероприятий в условиях оздоровительного лагеря?
43. Расскажите о судействе мероприятий физической рекреации.
44. По каким критериям туристы выбирают район проведения рекреационного похода?
45. Что вкладывается в понятие целевых рекреационно-познавательных объектов на маршруте похода?

1. В чём заключаются особенности проведения соревнований с трансляцией по телевидению?
2. Расскажите о судействе мероприятий физической рекреации.

Примерная тематика рефератов

1. Основные этапы становления и развития физической рекреации
2. Государственная политика в сфере рекреационной деятельности.
3. Виды рекреационно-оздоровительных услуг и особенности их предоставления населению.
4. Организация рекреационной деятельности с лицами пожилого возраста.
5. Влияние профессиональной деятельности на характер рекреационных занятий.
6. Проблемы рекреации спортсменов

7. Оздоровительные, реабилитационные и досуговые формы рекреации
8. Проблемы рекреационно-оздоровительной работы среди спортсменов
9. Общая характеристика рекреационных систем и подсистем.
10. Рекреационная деятельность организаторов отдыха
11. Особенности рекреационной работы с детьми младшего школьного возраста
12. Основные модели рекреалогии и механизмы их оптимизации
13. Физическая рекреация в сфере досуга человека.
14. Физическая рекреация в структуре активного отдыха молодежи
15. Становление и развитие форм физической рекреации в жизни общества
16. Средства и методы восстановления работоспособности, используемые в рекреационной деятельности.
17. Дозирование нагрузки в занятиях рекреационно-оздоровительной направленности (Е.А. Пирогова, Л.Я. Иващенко, С.А. Душанин).
18. Объекты рекреационно-оздоровительного назначения.
19. Характеристика физической рекреации. Понятие, структура и содержание физической рекреации.
20. Физическая рекреация на службе укрепления здоровья. Оптимальная двигательная активность как условие сохранения здоровья.
21. Принцип оздоровительной направленности при занятиях физической культурой, спортом и туризмом. Дозирование физических нагрузок на занятиях рекреационно-оздоровительной направленности.
22. Разновидности движений в зависимости от вида спорта. Тренировка как педагогический процесс. Специфические принципы, характерные для процесса тренировки.
23. Характеристика спортивных соревнований.
24. Занятия с лицами зрелого и пожилого возраста.
25. Рекреационно-оздоровительные и спортивные занятии с лицами с ОВЗ.
26. Физическая рекреация по месту жительства населения. Задачи, формы занятий, организация, управление и руководство физической рекреацией по месту жительства населения.
27. Физическая рекреация в местах отдыха населения. Организационные и методические особенности физической рекреации в санаториях, домах отдыха и пансионатах.

Литература:

1.Физическая рекреация: учебник для студентов учреждений высшего образования/под ред. Г. П. Виноградова, Е. А. Ивченко.- Москва: Академия, 2015.- 240с.- ISBN 978-5-4468-1475-6.- 1000 экз.-Текст: непосредственный.

2. Макеева, В. С. Теория и методика физической рекреации: учеб. пособие/В. С. Макеева, В. В. Бойко.- Москва: Советский спорт, 2014.- 152с.: ил.- ISBN 978-5-9718-0710-0.- 500 экз.-Текст: непосредственный.

Дополнительная литература

1. Макеева, В.С. Оздоровительно-рекреативная физическая культура [Текст]: учебное пособие / В.С. Макеева, А.Д. Куницын, В.В. Ву чева. - Орел: ОрелГТУ. - 2004. - 195 с.

2. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации: избранные лекции / В.С. Макеева, В.В. Куницын. - Орел: ОрелГТУ, 2006. – 176 с.

3. Пружинин К.Н. Физическая рекреация как междисциплинарная область физкультурного образования: учебно-методическое пособие для самоподготовки студентов / К. Н. Пружинин, М. В. Пружинина. - Иркутск: Иркутский филиал «РГУФКСМиТ», 2011. - 120 с.

4. Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. - Минск, 2003. - 526 с.

5. Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учеб. пособие / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 285 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/ECD6BB9E-D4DA-4DC7-9022-07E00DF9AE9A.

6. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учеб. пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 191 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/book/osnovy-adaptivnoy-fizicheskoy-kultury-438915 (дата обращения:

Примерные критерии оценивания знаний студентов на экзамене /диф.зачете

5 «отлично»	-дается комплексная оценка предложенной ситуации; -демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; - последовательное, правильное выполнение всех заданий; -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.
4 «хорошо»	-дается комплексная оценка предложенной ситуации; -демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; - последовательное, правильное выполнение всех заданий; -возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя; -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.
3 «удовлетворительно» (зачтено)	-затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации; -неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя; -выполнение заданий при подсказке преподавателя; - затруднения в формулировке выводов.
2 «неудовлетворительно» (не зачтено)	- неправильная оценка предложенной ситуации; -отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий.