

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА, ТУРИЗМА И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,  
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»**

**Иркутский филиал ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»**

**Кафедра Теории и методики физической культуры и спорта**

**«РЕКРЕАЦИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ  
СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА»**

**Программа дисциплины регионального компонента  
цикла СД  
для студентов, обучающихся по направлению  
032100.62 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»,**

**ИРКУТСК – 2011**

Программа рассмотрена на заседании  
кафедры ТиМ ФКиС  
Протокол № 1 от 20.09.2011  
Зав. кафедрой

\_\_\_\_\_ М.В.Иванова

Программа утверждена и рекомендована  
Научно-методическим советом  
Иркутского филиала ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»  
Протокол № 2 от 24.10.2011  
Председатель НМС

\_\_\_\_\_ Н.Г.Богданович

**Составитель:** Пружинин Константин Николаевич – к.п.н., доцент каф. ТиМ ФКиС

Программа дисциплины регионального компонента цикла СД, составлена в соответствии с Государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования второго поколения по специальности 032100.62 «Физическая культура»

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Семестр</b>
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	78	6
<b>Аудиторные занятия:</b>	58	6
в т.ч. лекции	24	6
Практические занятия (семинары)	24	6
<b>Самостоятельная работа</b>	30	6
<b>Вид итогового контроля</b>	экзамен	6

### **3 курс, 6 семестр**

Предмет «Рекреация детей и молодежи средствами физической культуры и спорта» регионального компонента цикла СД.Р 1.15. Назначение курса расширить теоретическую и практическую подготовку студентов к профессиональной деятельности в области физической культуры.

**Цель курса** - сформировать общие научно-методические основы профессионального мировоззрения специалистов по физической культуре, заложить необходимые для этого компетенции в сфере рекреации средствами физической культуры и спорта.

**Задачи курса** – в процессе обучения студенты должны научиться:

- анализировать ценности и эффективность физкультурно-оздоровительных видов рекреационной и реабилитационной деятельности;
- прогнозировать условия и направление сферы активного и содержательного отдыха различных категорий населения;
- разрабатывать программы, режимы занятий по двигательной рекреации и реабилитации населения на региональном и местном уровнях, подбирать соответствующие средства и методы их реализации по циклам занятий различной продолжительности.

Учебный материал программы изучается на 3 курсе, форма и методика проведения занятий – классно-урочная – лекции, проведение практических заня-

тий, самостоятельная работа, написание рефератов.

Курс «Рекреация детей и молодежи средствами физической культуры и спорта» предусматривает итоговую аттестацию – экзамен.

### ***ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (КОМПЕТЕНЦИИ)***

#### **Требования к знаниям:**

В процессе изучения предмета студенты должны получить знания о:

- спортивно-оздоровительном туризме;
- предмете и методах рекреации;
- физическая (физкультурно-спортивная) рекреация и реабилитация;
- деятельность по оздоровлению населения средствами физической культуры, спорта и туризма;
- индустрия досуга и рекреации;
- туристско-рекреационные учреждения и системы;
- санаторно-курортные учреждения;
- физическая культура и спорт, иные услуги в сфере рекреации и туризма.

#### **Требования к умениям:**

- Студенты должны уметь планировать, организовывать и проводить разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся.
- Студенты должны владеть общешкольными умениями и навыками: анализировать фактический и статистический материал, делать на основе анализа выводы; проводить практические рекреационные мероприятия.

### ***ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА***

#### **Виды учебной деятельности студента по разделам дисциплины**

Возможные виды деятельности: лекции, семинарско-практические занятия, самостоятельная работа с теоретическим материалом, промежуточное тестирование, экзамен.

#### **Требования для получения оценки по курсу**

Для прохождения итоговой аттестации студент должен выполнить следую-

щие виды работ, имеющих определенный «вес» в баллах (см. балльно-рейтинговую оценку по каждому виду контроля, приведенную в тематическом плане):

- выполнить практические работы;
- посетить лекции и обеспечить конспектирование их содержания;
- выполнить все виды самостоятельной работы;
- подготовиться к устному ответу по вопросам к экзамену..

Содержание семинарско-практических занятий и контрольных тестов, темы рефератов, и примерные вопросы к экзамену приведены ниже.

#### Балльно-рейтинговая оценка успеваемости

Набранные баллы	Меньше 50	51-60	61-75	76-91	92-96	97- 100
Зачет/незачет	Незачет		Зачет			
Оценка по шкале ECTS	F		Д	С	В	А

### СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

#### Распределение часов курса по темам и видам работ Очная форма обучения, 3курс, 6 семестр

№	Наименование разделов и тем	Лек.	Сем.	Практ.	Сам. работа
1	Рекреалогия как наука.	4			4
2	Основные принципы и концепции рекреации детей и молодежи средствами физической культуры и спорта	2	2		4
3	Общая характеристика технологии конструирования (моделирования) и проведения циклов рекреационных занятий различных типов и видов.	2	2		2
4	Признаки, составляющие основное содержание физической рекреации детей и молодежи	2	2		2
5	Физическая рекреация как вид физической культуры.	2	2		2
6	Физические упражнения в качестве основных средств физической рекреации.	2	2		2
7	Основные понятия, направления, виды и формы	2	2		2

	рекреативно-одоровительной деятельности детей и молодежи.				
8	Современные концепции здоровья и рекреативно-оздоровительные аспекты его оптимизации.	2	2		2
9	Рекреационная сфера досуга детей и молодежи – как рекреационно-реабилитационная система.	2	2		2
10	Теоретические основы технологии культурно-досуговой деятельности детей и молодежи	2	2		4
11	Режиссура и музыкальное оформление культурно-досуговых программ.	2	2		2
12	Характерные организационно-методические особенности занятий по типу ЛФК на курортах и других учреждениях санаторно-курортного комплекса.		4		2
	Экзамен				
	Всего	24	24		30
	Итого по дисциплине	78			

### **Темы и их краткое содержание**

#### **Тема: 1. Рекреология как наука**

##### **Лекционное занятие**

Исторические предпосылки становления и развития рекреологии. Рекреология как наука и учебный предмет. Ее междисциплинарная сущность. Основные понятия рекреации детей и молодежи средствами физической культуры и спорта, их подробная характеристика. Аналитическая оценка соотношения между рекреацией и другими понятиями: свободное время, отдых, досуг, реабилитация, физическая культура, спорт, физическая рекреация и здоровый образ жизни.

##### **Лекционное занятие**

Исторические предпосылки становления и развития рекреологии. Рекреология как наука и учебный предмет. Ее междисциплинарная сущность. Основные понятия рекреации детей и молодежи средствами физической культуры и спорта, их подробная характеристика. Аналитическая оценка соотношения между рекреацией и другими понятиями: свободное время, отдых, досуг, реабилитация, физическая культура, спорт, физическая рекреация и здоровый образ жизни.

#### **Тема: 2 Основные принципы и концепции рекреации детей и молодежи средствами физической культуры и спорта**

### **Лекционное занятие**

Детализированная характеристика рекреационных систем и подсистем (условий рекреационной деятельности), их взаимодействие. Основные принципы и концепции рекреологии, их разновидности: гуманоцентрированные (медицинская, социологическая, социокультурная, антропоэкологическая, деятельная), эконоцентрированные (политэкономическая, техноэкономическая, натуроцентрированная). Взаимосвязь рассматриваемых концепций.

### **Семинарское занятие**

Детализированная характеристика рекреационных систем и подсистем (условий рекреационной деятельности), их взаимодействие. Основные принципы и концепции рекреологии, их разновидности: гуманоцентрированные (медицинская, социологическая, социокультурная, антропоэкологическая, деятельная), эконоцентрированные (политэкономическая, техноэкономическая, натуроцентрированная). Взаимосвязь рассматриваемых концепций.

**Тема:3 Общая характеристика технологии конструирования (моделирования) и проведения циклов рекреационных занятий различных типов и видов.**

### **Лекционное занятие**

Рекреационные потребности и функции детей и молодежи. Основные формы рекреации. Типизация рекреационных занятий и деятельности. Аттрактивность и эффективность различных видов и циклов рекреационных занятий. Особенности рекреационной и туристической деятельности при изменении природных и социокультурных условий. Основные модели рекреологии и механизмы их оптимизации. Современные проблемы рекреологии, характерные для рекреационно-оздоровительной деятельности и занятий различными видами туризма.

### **Семинарское занятие**

Рекреационные потребности и функции детей и молодежи. Основные формы рекреации. Типизация рекреационных занятий и деятельности. Аттрактивность и эффективность различных видов и циклов рекреационных занятий. Особенности рекреационной и туристической деятельности при изменении природных и социокультурных условий. Основные модели рекреологии и механизмы их оптимизации.

Современные проблемы рекреологии, характерные для рекреационно-оздоровительной деятельности и занятий различными видами туризма.

#### **Тема: 4 Признаки, составляющие основное содержание физической рекреации детей и молодежи**

##### **Лекционное занятие**

Под физической рекреацией детей и молодежи понимаются любые формы двигательной активности, направленные на восстановление сил. Выделяются и многочисленные признаки: основывается на двигательной активности; в качестве главных средств использует физические упражнения; осуществляется в свободное или специально выделенное время; включает культурно-ценностные аспекты; содержит интеллектуальные, эмоциональные и физические компоненты; осуществляется на добровольных, самодеятельных началах; оказывает оптимизирующее влияние на организм человека; включает образовательно-воспитательные компоненты; носит преимущественно развлекательный (гедонистический) характер; характеризуется наличием определенных рекреационных услуг; осуществляется преимущественно в природных условиях; имеет определенную научно-методическую базу.

##### **Семинарское занятие**

Под физической рекреацией детей и молодежи понимаются любые формы двигательной активности, направленные на восстановление сил. Выделяются и многочисленные признаки: основывается на двигательной активности; в качестве главных средств использует физические упражнения; осуществляется в свободное или специально выделенное время; включает культурно-ценностные аспекты; содержит интеллектуальные, эмоциональные и физические компоненты; осуществляется на добровольных, самодеятельных началах; оказывает оптимизирующее влияние на организм человека; включает образовательно-воспитательные компоненты; носит преимущественно развлекательный (гедонистический) характер; характеризуется наличием определенных рекреационных услуг; осуществляется преимущественно в природных условиях; имеет определенную научно-методическую базу.



## **Тема: 5 Физическая рекреация как вид физической культуры.**

### **Лекционное занятие**

Научные гипотезы относительно физической рекреации. Опосредованное влияние частных методик, обосновывая и укрепляя дидактический аппарат изучающих ее. Физическая культура имеет свою теорию, которая включает не только физическую рекреацию, но и физическое воспитание, спорт, двигательную реабилитацию, которые также имеют свои теории. Наличие общих признаков позволяет объединять их в главную метасистему - теорию физической культуры.

### **Семинарское занятие**

Научные гипотезы относительно физической рекреации. Опосредованное влияние частных методик, обосновывая и укрепляя дидактический аппарат изучающих ее. Физическая культура имеет свою теорию, которая включает не только физическую рекреацию, но и физическое воспитание, спорт, двигательную реабилитацию, которые также имеют свои теории. Наличие общих признаков позволяет объединять их в главную метасистему - теорию физической культуры.

### **Самостоятельная работа**

**Тема: «Оздоровительная физическая культура и её основные направления».**

**Цель:** овладение знаниями о функциях и основных направлениях (формах)

оздоровительной физической культуры; об основах валеологии и здорового образа жизни.

**Задачи:** закрепить полученные знания об основных направлениях физической культуры.

**Учебное задание:** закрепить пройденный материал, руководствуясь следующим планом.

1. Оздоровительно-рекреативная физическая культура.
2. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура.
3. Спортивно-реабилитационная физическая культура.
4. Гигиеническая физическая культура.
5. Формы, средства и методы оздоровительной физической культуры.
6. Физическая культура как активное средство в борьбе с опасными для здоровья бытовыми явлениями и вредными привычками.

7. Роль и значение физической культуры в профилактике заболеваний и укреплении здоровья.
8. Физическая культура как компонент здорового образа жизни.
9. Пути и условия приобщения взрослого населения к физкультурно-оздоровительным формам занятий.

**Рекомендации по изучению темы:** для успешного изучения темы необходимо построить свою работу в форме составления реферата, придерживаясь вышеизложенной схемы.

**Форма контроля:** реферат.

**Время выполнения:** 4 час.

**Тема: 6 Физические упражнения в качестве основных средств физической рекреации.**

#### **Лекционное занятие**

Признание физических упражнений в качестве основных средств физической рекреации в научных исследованиях. Физическая рекреационная деятельности протекает в естественных условиях природной среды, где средовые факторы также могут выступать в качестве ее средств. Физическая рекреация может иметь и относительно пассивные формы, дающие рекреационный эффект.

#### **Семинарское занятие**

Признание физических упражнений в качестве основных средств физической рекреации в научных исследованиях. Физическая рекреационная деятельности протекает в естественных условиях природной среды, где средовые факторы также могут выступать в качестве ее средств. Физическая рекреация может иметь и относительно пассивные формы, дающие рекреационный эффект

#### **Самостоятельная работа**

**Тема: «Средства специально-оздоровительной направленности и их характеристика».**

**Цель:** приобретение знаний об оздоровительной эффективности циклических упражнений и методике их применения в оздоровительных целях; биологической природе и целостности организма человека.

**Задачи:** закрепить приобретенные знания о циклических упражнениях, методике их использования в оздоровительных целях.

**Учебное задание:** закрепить пройденный материал, руководствуясь следующим планом.

1. Общая характеристика циклических упражнений.
2. Оздоровительная ходьба и оздоровительный бег.
3. Плавание, лыжная подготовка, гребля.
4. Естественно-природные факторы при занятиях циклическими видами спорта.

**Рекомендации по изучению темы:** для успешного изучения темы необходимо построить свою работу в форме составления реферата, придерживаясь вышеизложенной схемы

**Форма контроля:** реферат.

**Время выполнения:** 4 часов.

**Тема: 7 Основные понятия, направления, виды и формы рекреативно-оздоровительной деятельности детей и молодежи.**

#### **Лекционное занятие**

Основные этапы становления и развития физической рекреации. Общая характеристика государственного (федерального) и общественно-самодеятельного регулирования рекреативно-оздоровительной деятельности. Физкультурная деятельность – как основа физической рекреации.

#### **Семинарское занятие**

Основные этапы становления и развития физической рекреации. Общая характеристика государственного (федерального) и общественно-самодеятельного регулирования рекреативно-оздоровительной деятельности. Физкультурная деятельность – как основа физической рекреации.

#### **Самостоятельная работа**

**Тема: «Основы построения оздоровительной тренировки».**

**Цель:** приобретение знаний о структуре, методических правилах и способах регламентации физической нагрузки в оздоровительной тренировке; о методах профи-

лактики заболеваний средствами физической культуры.

**Задачи:** закрепить полученные знания о регламентировании нагрузки в оздоровительной тренировке.

**Учебное задание:** закрепить пройденный материал, руководствуясь следующим планом.

1. Структура и основы построения тренировочных (общефизических) занятий с оздоровительной направленностью.
2. Дозирование и регулирование физических нагрузок при занятиях оздоровительной физической культурой.
3. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями со школьниками (студентами) с ослабленным здоровьем.
4. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями в группах здоровья.
5. Педагогический и врачебный контроль в системе оздоровительной физической культуры.

**Рекомендации по изучению темы:** для успешного изучения темы необходимо построить свою работу в форме составления реферата, придерживаясь вышеизложенной схемы.

**Форма контроля:** реферат.

**Время выполнения:** 4 часов.

**Тема: 8 Современные концепции здоровья и рекреативно-оздоровительные аспекты его оптимизации.**

#### **Лекционное занятие**

Оздоровительные, реабилитационные и досуговые формы рекреации. Организационно-методическая характеристика массовых форм и течений рекреации в России и за рубежом. Особенности разработки и реализации программ физкультурно-спортивных туров на загородных туристских комплексах. Сценарная и методическая подготовка программ рекреационно-оздоровительной деятельности.

#### **Семинарское занятие**

Оздоровительные, реабилитационные и досуговые формы рекреации. Организа-

ционно-методическая характеристика массовых форм и течений рекреации в России и за рубежом. Особенности разработки и реализации программ физкультурно-спортивных туров на загородных туристских комплексах. Сценарная и методическая подготовка программ рекреационно-оздоровительной деятельности.

### **Тема:9 Рекреационная сфера досуга детей и молодежи – как рекреационно-реабилитационная система.**

#### **Лекционное занятие**

Рекреационная основа программирования отдыха. Программа обслуживания в процессе рекреативно-оздоровительных мероприятий: понятие и состав. Виды рекреационно-оздоровительных услуг и особенности их предоставления. Досуговые мероприятия и их место в программе рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности. Содержание физкультурно-оздоровительной работы (ФОР) с различным контингентом занимающихся на базе различных типов физкультурно-оздоровительных центров в стационарных условиях и условиях туристских походов и путешествий. ФОР в учреждениях, на предприятиях, по месту жительства, в местах массового отдыха и досуга.

#### **Семинарское занятие**

Рекреационная основа программирования отдыха. Программа обслуживания в процессе рекреативно-оздоровительных мероприятий: понятие и состав. Виды рекреационно-оздоровительных услуг и особенности их предоставления. Досуговые мероприятия и их место в программе рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности. Содержание физкультурно-оздоровительной работы (ФОР) с различным контингентом занимающихся на базе различных типов физкультурно-оздоровительных центров в стационарных условиях и условиях туристских походов и путешествий. ФОР в учреждениях, на предприятиях, по месту жительства, в местах массового отдыха и досуга.

### **Тема: 10 Теоретические основы технологии культурно-досуговой деятельности детей и молодежи**

#### **Лекционное занятие**

Характеристики этапов развития культурно-досуговой деятельности в России.

Рекреационная основа программирования отдыха. Организация культурно-досуговой деятельности. Содержание, формы, средства и методика культурно-досуговой деятельности.

### **Семинарское занятие**

Характеристики этапов развития культурно-досуговой деятельности в России. Основные понятия, сущность, социальные функции и принципы культурно-досуговой деятельности. Организация культурно-досуговой деятельности. Содержание, формы, средства и методика культурно-досуговой деятельности.

**Тема:11 Режиссура и музыкальное оформление культурно-досуговых программ.**

### **Лекционное занятие**

Сценарно-режиссерские основы культурно-досуговых программ и технология их реализации. Основы коммуникации; социально-художественные коммуникации в сфере анимационных процессов; содержание и разновидности анимационных проектов и программ; типовые сценарии в анимации обслуживания, сценарий как один из основных видов творчества в туристской анимации; выразительные средства сценарных воплощений; методика написания текста сценария.

### **Семинарское занятие**

Сценарно-режиссерские основы культурно-досуговых программ и технология их реализации. Основы коммуникации; социально-художественные коммуникации в сфере анимационных процессов; содержание и разновидности анимационных проектов и программ; типовые сценарии в анимации обслуживания, сценарий как один из основных видов творчества в туристской анимации; выразительные средства сценарных воплощений; методика написания текста сценария.

**Тема:12 Характерные организационно-методические особенности занятий по типу ЛФК на курортах и других учреждениях санаторно-курортного комплекса.**

### **Семинарское занятие**

Организационно-методические основы компенсаторно-расширенного и расширенного форм восстановления физического состояния человека в учреждениях са-

наторно-курортного типа. Основные методические особенности лечебного туризма.

### Семинарское занятие

Организационно-методические основы компенсаторно-расширенного и расширенного форм восстановления физического состояния человека в учреждениях санаторно-курортного типа.

Основные методические особенности лечебного туризма.

### ПЛАНИРОВАНИЕ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Наименование темы, раздела	Вид СРС	Бюджет времени (час)	Кол-во баллов	Срок выполнения
Рекреалогия как наука.	Работа с материалом лекции (электронный вариант). Составление таблицы структуры рекреалогии.	4	4	1 неделя
Основные принципы и концепции рекреации детей и молодежи средствами физической культуры и спорта	Работа с материалом лекции/ Составление логико-структурной схемы по теме.	4	4	2 неделя
Общая характеристика технологии конструирования (моделирования) и проведения циклов рекреационных занятий различных типов и видов.	Работа с материалом лекции. Составление тезауруса основных понятий.	2	4	3 неделя
Признаки, составляющие основное содержание физической рекреации детей и молодежи	Работа с материалом лекции Составление тезауруса основных понятий по таблице. Подготовка к мини-выступлению по теме.	2	4	4 неделя
Физическая рекреация как вид физической культуры.	Работа с материалом лекции. Составление методологической	2	4+6	5 неделя

	схемы-конспекта. Подготовка реферата.			
Физические упражнения в качестве основных средств физической рекреации.	Работа с материалом лекции. Составление модели критического анализа материала по прочитанному. Подготовка реферата.	2	4+8	6 неделя
Основные понятия, направления, виды и формы рекреативно-одоровительной деятельности детей и молодежи.	Работа с материалом лекции. Составление плана мероприятий рекреативно-одоровительной деятельности. Подготовка реферата.	2	4+8	7 неделя
Современные концепции здоровья и рекреативно-оздоровительные аспекты его оптимизации.	Работа с материалом лекции. Подготовка к коммуникативной игре. Интернет-поиск	2	4	8 неделя
Рекреационная сфера досуга детей и молодежи – как рекреационно-реабилитационная система.	Работа с материалом лекции. Подбор материалов к выступлению или написанию эссе. Интернет-поиск	2	4	9 неделя
Теоретические основы технологии культурно-досуговой деятельности детей и молодежи	Работа с материалом лекции С.68-71 УМК. Подготовка к проведению фрагмента культурно-досуговой деятельности детей и молодежи	4	4	10 неделя
Режиссура и музыкальное оформление культурно-досуговых программ.	Подготовка положения или сценария культурно-досуговых программ	2	4	
Характерные организационно-методические особенности занятий по типу ЛФК на курортах и других учреждениях санаторно-курортного ком-	Разработка комплекса ЛФК на курортах и других учреждениях санаторно-курортного ком-	2	4	



торно-курортного плекса.	ком- плекса.			
<b>ИТОГО:</b>		30	68	

Формой итоговой аттестации студента по курсу «Рекреация детей и молодежи средствами физической культуры и спорта» является экзамен

### ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ ПО ВСЕМУ КУРСУ

1. Сущность рекреологии, и какие тенденции характерны для ее современного развития в мире
2. Специфические и общекультурные функции рекреации в современном обществе.
3. Виды рекреации
4. Понятие общедоступности рекреации детей и молодежи.
5. Рекреация физических упражнений и пассивная рекреация.
6. Требования, предъявляемые в рекреационной деятельности детей и молодежи средствами физической культуры и спорта
7. Классификация физических упражнений в рекреации детей и молодежи
8. Оздоровительные, реабилитационные и досуговые формы рекреации.
9. Рекреационная основа программирования отдыха.
10. Основные понятия, сущность, социальные функции и принципы культурно-досуговой деятельности.
11. Основные методические особенности лечебного туризма.
12. Связь курса ТФВ в процессе интеграции профилирующих дисциплин в решении важной проблемы – формирования у студентов целостного представления и готовности к профессиональной деятельности по ФК.
13. Ведущие понятия ТФВ: физическая культура, физическое воспитание, спорт, физическое развитие, физическое образование, физическая подготовленность, физическая активность, физическая реабилитация, физическая рекреация.
14. «Физическая культура», три ее аспекта, виды и направления.
15. Культура двигательной активности как элемент здорового образа жизни.
16. Понятие «Здоровый образ жизни», его элементы.

17. Социальная и биологическая основа двигательной активности.
18. Роль двигательной активности в жизни человека.
19. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания.
20. Связь различных видов воспитания в процесс физического воспитания;

## **ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ**

1. Оздоровительные проекты в образовании (дошкольников, школьников, студентов).
2. Рекреационно-ориентированные проекты в основном и дополнительном образовании подрастающего поколения
3. Физическая активность как элемент образа жизни (дошкольников, школьников, студентов).
4. Влияние способа организации рекреационных мероприятий на повышение качества образования.
5. Эффективность управления рекреационной деятельностью на основе новых информационных технологий.
6. Изменение подходов к культурно-досуговой деятельности школьников как фактор изменения качества образования.
7. Модели рекреационных программ (любой вид): природные комплексы и их компоненты. (рельеф, климат, растительность, водоемы); культурно-исторические памятники, города и другие населенные пункты, уникальные технические сооружения.
8. Типы рекреационных ресурсов: курортные; оздоровительные, спортивные; экскурсионно-туристические.

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА**

### *ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА:*

1. Педагогика физической культуры и спорта/под ред.С.Д.Неверковича. – М.: Физическая культура, 2006. – 170 шт. (2,8 э/ч)
2. Сидоров А.А. и др. Педагогика. – М.:Терра-Спорт,2000. – 22 шт. (0,4 э/ч)
3. Губа В.П. и др. Измерения и вычисления в спортивно-педагогической

практике: Уч.пособие. - М. ФиС,2006. – 3 шт.

4. Средства восстановления, профилактики и реабилитации в спорте: Метод.реком. для самостоят. работы студентов /М.М.Колокольцев, Е.В.Воробьева. – Иркутск, 2005. – 90 шт.
5. Горбунов Л.М. Педагогика: Учеб.пособие. - Иркутск,2009. – 100 шт. (1,4 э/ч)
6. Подласый И.П. Педагогика. -2-е изд.-М.: Высшее образование,2010. – 42 шт. (0,6 э/ч)

#### *ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА:*

1. Физическая реабилитация: Учебник: М.: Феникс,2004.
2. Дыхание человека: состояние вопроса, проблемы, методы исследования и оценки дыхательной функции: метод.реком. для самостоят. работы студентов /М.М.Колокольцев. - Иркутск, 2005.
3. Карпушин, Б.А. Педагогические основы воспитательной деятельности при занятиях физической культурой и спортом./ Б.А. Карпушин – СПбГАФК им.П.Ф. Лесгафта, 2003
4. Методология современной общей спортивной педагогики //Материалы Всерос. науч. конф. – М.: Евсти, 2004.

#### *СПИСОК ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСОВ:*

1. <http://knowledge.allbest.ru/sport/2c0a65635a3bc68b4d53a89521316c27.html> - дополнительная информация по дисциплине
2. <http://www.referun.com/n/fizicheskaya-rekreatsiya-molodezhi-sredstvami-samodeyatelnogo-turizma> - дополнительная информация по дисциплине
3. [www.lib.ua-ru.net](http://www.lib.ua-ru.net) – электронная библиотека
4. [http://library.ntspi.ru/CGI/irbis64r\\_01/cgiirbis\\_64.exe?C21COM=F&I21DBN=IBIS&P21DBN=IBIS](http://library.ntspi.ru/CGI/irbis64r_01/cgiirbis_64.exe?C21COM=F&I21DBN=IBIS&P21DBN=IBIS) - Научная библиотека Нижнетагильской государственной социально-педагогической академии