


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина	Рекреационные технологии в адаптивной физической культуре
Факультет	Физической культуры и реабилитации
Кафедра	Адаптивной физической культуры (АФК)
Курс	3

Направление (специальность) 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль/специализация) физическая реабилитация
полное наименование

Форма обучения очная, заочная

Дата введения в учебный процесс УлГУ: « 1 » сентября 2018г.



Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № _____ от _____ 20 ____ г.


Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № _____ от _____ 20 ____ г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № _____ от _____ 20 ____ г.

Сведения о разработчиках:

ФИО	Кафедра	Должность, ученая степень, звание
Махова Н.А.	АФК	К.б.н.

СОГЛАСОВАНО	СОГЛАСОВАНО
Заведующий кафедрой, реализующей дисциплину Балыкин М.В.	Заведующий выпускающей кафедрой Балыкин М.В.
 Подпись / Балыкин М.В. ФИО	 Подпись / Балыкин М.В. ФИО
« 18 » июня 2019г.	« 18 » июня 2019г.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Цели освоения дисциплины: ознакомление студентов с сущностью, основными направлениями и содержанием рекреации для различных возрастных и нозологических групп инвалидов.

Задачи освоения дисциплины:


1. сформировать у студентов знания о видах рекреационно-оздоровительной деятельности;
2. обеспечить необходимой теоретической подготовкой студентов по вопросам игровой и туристической рекреации для инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
3. познакомить студентов с организацией и проведением подвижных игр для инвалидов;
4. обучить студентов основным техникам безопасности при проведении туристических выездов с инвалидами различных нозологических групп

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

«Рекреационные технологии в АФК» является курсом, включенным в вариативную часть профессионального цикла (Б.1.В.ДВ.1.1) подготовки студентов направления «Адаптивная физическая культура». Входные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения данного курса, формируются в процессе изучения курса: Теория и организация АФК

3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Код и наименование реализуемой компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций
ОПК – 10 - Способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и	Знать: методические подходы в организации рекреации для лиц с отклонениями в состоянии здоровья Уметь: проводить подвижные игры для различных возрастных и численных групп инвалидов

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		


сопутствующих заболеваний).	
ОПК-15 Способен осуществлять профессиональную деятельность во всех видах адаптивной физической культуры в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики	Знать: нормативные правовые акты в сфере физической культуры и спорта Уметь: осуществлять профессиональную деятельность во всех видах АФК
ПК-21 Способность разрабатывать краткосрочные и среднесрочные планы проведения мероприятий досугового и оздоровительного характера для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп.	Знать: виды туризма и технику безопасности при туристических выездах с инвалидами различных нозологических групп Уметь: разрабатывать мероприятия досугового и оздоровительного характера для лиц с ограниченными возможностями здоровья

4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах (всего) - 2


4.2. Объем дисциплины по видам учебной работы (в часах) – 72

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения очная)	
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам
		5
1	2	3
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	36	36
Аудиторные занятия:	36	36
лекции	18	18

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

Семинары и практические занятия	18	18
лабораторные работы, практикумы		
Самостоятельная работа	36	36
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др.(не менее 2 видов)	Тестирование, опрос, доклад	Тестирование, опрос, доклад
Курсовая работа		
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	зачет	зачет
Всего часов по дисциплине	72	72

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения заочная)	
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам
		4
1	2	3
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	8	8
Аудиторные занятия:	8	8
лекции	4	4
Семинары и практические занятия	4	4
лабораторные работы, практикумы		
Самостоятельная работа	64	64
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др.(не менее 2 видов)	Тестирование, опрос, доклад	Тестирование, опрос, доклад
Курсовая работа		
Виды промежуточной аттестации	зачет	зачет


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

аттестации (экзамен, зачет)		
Всего часов по дисциплине	72	72

4.3. Содержание дисциплины (модуля.) Распределение часов по темам и видам учебной работы:
Форма обучения очная

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	
Тема 1. Понятие, основные виды, средства и формы рекреационной деятельности	24	6	6			12	Тестирование, опрос
Тема 2. Организация и проведения адаптивной двигательной рекреации для различных возрастных и нозологических групп	24	6	6			12	Тестирование, опрос
Тема 3. Методические особенности организации досуговой и оздоровительной деятельности. Рекреационный туризм.	24	6	6			12	Тестирование, опрос
Итого	72	18	18			36	


Форма обучения заочная

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	
Тема 1. Понятие, основные виды, средства и формы рекреационной деятельности	22	1	1			20	Тестирование, опрос, проверка конспекта
Тема 2. Организация и проведения адаптивной двигательной рекреации для различных возрастных и нозологических групп	22	1	1			20	Тестирование, опрос, проверка конспекта
Тема 3. Методические особенности организации досуговой и оздоровительной деятельности. Рекреационный туризм.	24	2	2			20	Тестирование, опрос, проверка конспекта
Итого	64	4	4			60	

Форма обучения заочная

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	
Тема 1. Понятие,	22	1	1			20	Тестирование,

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

основные виды, средства и формы рекреационной деятельности							опрос, проверка конспекта
Тема 2. Организация и проведения адаптивной двигательной рекреации для различных возрастных и нозологических групп	22	1	1			20	Тестирование, опрос, проверка конспекта
Тема 3. Методические особенности организации досуговой и оздоровительной деятельности. Рекреационный туризм.	28	2	2			24	Тестирование, опрос, проверка конспекта
Итого	72	4	4			64	

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)


Тема 1. Понятие, основные виды, средства и формы рекреационной деятельности.

Основные понятия рекреации. Цель, задачи и функции рекреации. Факторы и условия, определяющие эффективность физической рекреации. Рекреационные ресурсы. Содержание и требования к проведению физической рекреации. Эффективность физических нагрузок на занятиях физической рекреацией. Деятельность специалиста по рекреации. Особенности осуществления контроля в процессе рекреационных занятий физическими упражнениями. Материально-техническое оснащение адаптивной двигательной рекреации.

Тема 2. Организация и проведения адаптивной двигательной рекреации для различных возрастных и нозологических групп.

Возрастные особенности детей различных возрастных групп. Роль и значение двигательной рекреации в профилактике заболеваний и укрепления здоровья. Особенности проведения занятий адаптивной двигательной рекреацией с детьми дошкольного, младшего, среднего и старшего школьного возрастов. Выбор средств и форм рекреации. Методические подходы в организации рекреативной деятельности с инвалидами по зрению, слуху, ДЦП, аутистами и умственно отсталыми детьми.

Тема 3. Методические особенности организации досуговой и оздоровительной

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

деятельности. Рекреационный туризм.

Роль и значение двигательной рекреации в сохранении умственной и физической активности взрослого населения. Массовые оздоровительные и спортивные технологии в рекреационном цикле. Спортивные праздники и выступления в структуре физической рекреации в свободное время. Организация и методика проведения рекреационных мероприятий игровой направленности. Разновидности рекреационно-туристского движения. Обеспечение туристско-спортивных мероприятий. Содержание физкультурно-оздоровительной работы в условиях туристических походов и путешествий. Основы рекреационного туризма.

6. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

Тема 1. Понятие, основные виды, средства и формы рекреационной деятельности


Вопросы к теме:

1. Основные понятия рекреации.
 2. Цель, задачи и функции рекреации.
 3. Факторы и условия, определяющие эффективность физической рекреации.
 4. Рекреационные ресурсы.
 5. Содержание и требования к проведению физической рекреации.
 6. Эффективность физических нагрузок на занятиях физической рекреацией.
 7. Деятельность специалиста по рекреации.
 8. Особенности осуществления контроля в процессе рекреационных занятий физическими упражнениями.
 9. Материально-техническое оснащение адаптивной двигательной рекреации.
- Доклады:
- Эффективность физических нагрузок на занятиях физической рекреацией.
- Деятельность специалиста по рекреации.
- Особенности осуществления контроля в процессе рекреационных занятий физическими упражнениями.
- Материально-техническое оснащение адаптивной двигательной рекреации.
- Возрастные особенности детей различных возрастных групп.
- Роль и значение двигательной рекреации в профилактике заболеваний и укрепления здоровья.
- Особенности проведения занятий адаптивной двигательной рекреацией с детьми дошкольного, младшего, среднего и старшего школьного возрастов.
- Выбор средств и форм рекреации.

Тема 2. Организация и проведения адаптивной двигательной рекреации для различных возрастных и нозологических групп.

Вопросы к теме:

1. Возрастные особенности детей различных возрастных групп.
2. Роль и значение двигательной рекреации в профилактике заболеваний и укрепления здоровья.
3. Особенности проведения занятий адаптивной двигательной рекреацией с детьми дошкольного, младшего, среднего и старшего школьного возрастов.
4. Выбор средств и форм рекреации.
5. Методические подходы в организации рекреативной деятельности с инвалидами по зрению, слуху, ДЦП, аутистами и умственно отсталыми детьми.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

Доклады:

Методические подходы в организации рекреативной деятельности с инвалидами по зрению, слуху, ДЦП, аутистами и умственно отсталыми детьми.

Роль и значение двигательной рекреации в сохранении умственной и физической активности взрослого населения.

Массовые оздоровительные и спортивные технологии в рекреационном цикле.

Спортивные праздники и выступления в структуре физической рекреации в свободное время.

Эффективность физических нагрузок на занятиях физической рекреацией.

Деятельность специалиста по рекреации.

Особенности осуществления контроля в процессе рекреационных занятий физическими упражнениями.

Материально-техническое оснащение адаптивной двигательной рекреации.

Тема 3. Методические особенности организации досуговой и оздоровительной деятельности. Рекреационный туризм.

Вопросы к теме:

1. Роль и значение двигательной рекреации в сохранении умственной и физической активности взрослого населения.
2. Массовые оздоровительные и спортивные технологии в рекреационном цикле.
3. Спортивные праздники и выступления в структуре физической рекреации в свободное время.
4. Организация и методика проведения рекреационных мероприятий игровой направленности.
5. Разновидности рекреационно-туристского движения.
6. Обеспечение туристско-спортивных мероприятий.
7. Содержание физкультурно-оздоровительной работы в условиях туристических походов и путешествий.
8. Основы рекреационного туризма.

Доклады:

Возрастные особенности детей различных возрастных групп.

Роль и значение двигательной рекреации в профилактике заболеваний и укрепления здоровья.

Особенности проведения занятий адаптивной двигательной рекреацией с детьми дошкольного, младшего, среднего и старшего школьного возрастов.

Выбор средств и форм рекреации.

Методические подходы в организации рекреативной деятельности с инвалидами по зрению, слуху, ДЦП, аутистами и умственно отсталыми детьми.


Роль и значение двигательной рекреации в сохранении умственной и физической активности взрослого населения.

Массовые оздоровительные и спортивные технологии в рекреационном цикле.

Спортивные праздники и выступления в структуре физической рекреации в свободное время.

7. ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ, ПРАКТИКУМЫ

Данный вид работы не предусмотрен УП.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

8. ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ, РЕФЕРАТОВ

Данный вид работы не предусмотрен УП.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ (ЗАЧЕТУ)


Вопросы к зачету:

1. Основные понятия рекреации.
2. Цель, задачи и функции рекреации.
3. Факторы и условия, определяющие эффективность физической рекреации.
4. Рекреационные ресурсы.
5. Содержание и требования к проведению физической рекреации.
6. Эффективность физических нагрузок на занятиях физической рекреацией.
7. Деятельность специалиста по рекреации.
8. Особенности осуществления контроля в процессе рекреационных занятий физическими упражнениями.
9. Материально-техническое оснащение адаптивной двигательной рекреации.
10. Возрастные особенности детей различных возрастных групп.
11. Роль и значение двигательной рекреации в профилактике заболеваний и укрепления здоровья.
12. Особенности проведения занятий адаптивной двигательной рекреацией с детьми дошкольного, младшего, среднего и старшего школьного возрастов.
13. Выбор средств и форм рекреации.
14. Методические подходы в организации рекреативной деятельности с инвалидами по зрению, слуху, ДЦП, аутистами и умственно отсталыми детьми.
15. Роль и значение двигательной рекреации в сохранении умственной и физической активности взрослого населения.
16. Массовые оздоровительные и спортивные технологии в рекреационном цикле.
17. Спортивные праздники и выступления в структуре физической рекреации в свободное время.
18. Организация и методика проведения рекреационных мероприятий игровой направленности.
19. Разновидности рекреационно-туристского движения.
20. Обеспечение туристско-спортивных мероприятий.
21. Содержание физкультурно-оздоровительной работы в условиях туристических походов и путешествий.
22. Основы рекреационного туризма.

10. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Форма обучения очная

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (<i>проработка учебного материала, решение задач,</i>	Объем в часах	Форма контроля (<i>проверка</i>
-------------------------	--	------------------	--


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

	<i>реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др.)</i>		<i>решения задач, реферата и др.)</i>
Тема 1. Понятие, основные виды, средства и формы рекреационной деятельности	проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	12	Тестирование, опрос, доклад
Тема 2. Организация и проведения адаптивной двигательной рекреации для различных возрастных и нозологических групп	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета	12	Тестирование, опрос
Тема 3. Методические особенности организации досуговой и оздоровительной деятельности. Рекреационный туризм.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета	12	Тестирование, опрос, доклад

Форма обучения заочная:

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др.)	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
Тема 1. Понятие, основные виды, средства и формы рекреационной деятельности	проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета	20	Тестирование, опрос, доклад, проверка конспекта
Тема 2. Организация и проведения адаптивной двигательной рекреации для различных возрастных и нозологических групп	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета	20	Тестирование, опрос, доклад, проверка конспекта
Тема 3. Методические особенности организации досуговой и оздоровительной деятельности. Рекреационный туризм.	проработка учебного материала, подготовка к сдаче зачета	24	Тестирование, опрос, доклад, проверка конспекта

11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

а) Список рекомендуемой литературы

основная

1. Физическая рекреация: учебник для Вузов/ под ред. Виноградова Г.П., М.: Академия, 2015.

дополнительная

1. Рекреативно-оздоровительная гимнастика: уч. Пособие Менхин А.В. – 2007.
2. Тренажеры и устройства для восстановления здоровья и рекреация инвалидов. – 2004.

Согласовано:


 ДИРЕКТОР НБ / БУРХАНОВА М.М. / ФИО
 Должность сотрудника научной библиотеки / подпись / дата

б) Программное обеспечение _____

в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

1. Система ГАРАНТ [Электронный ресурс] : электронный периодический справочник / НПП «ГАРАНТ-СЕРВИС». - Электрон. дан. - М., [2019].
2. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /Компания «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - М. : КонсультантПлюс, [2019].
3. IPRbooks [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система / группа компаний Ай Пи Эр Медиа. - Электрон. дан. - Саратов , [2019]. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>.
4. Электронная библиотека диссертаций РГБ [Электронный ресурс]: электронная библиотека / ФГБУ РГБ. - Электрон. дан. – Москва, [2019]. - Режим доступа: <https://dvs.rsl.ruhttp://www.studentlibrary.ru/pages/catalogue.htmlhttps://e.lanbook.com/>
5. Электронная научная библиотека Elibrary [Электронный ресурс] / режим доступа www.elibrary.ru с регистрацией. – Загл. страница.


Согласовано:


 Зам. дир. УНБ / Кочеров Ю.В. / ФИО
 подпись / дата

12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Аудитории для проведения лекций, семинарских занятий, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.

Аудитории укомплектованы специализированной мебелью, учебной доской. Аудитории для проведения лекций оборудованы мультимедийным оборудованием для предоставления информации большой аудитории. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

«Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде, электронно-библиотечной системе. Перечень оборудования, используемого в учебном процессе: мультимедиа проектор, экран на штативе, компьютер.

13. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

– для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

– для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

– для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации.

Разработчик



доцент

Махова Н.А.