

# ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ДОСУГОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

## 1. Цель освоения дисциплины

Овладение многообразием форм оздоровительно-досуговых технологий организации оздоровительно-досуговой деятельности в учреждениях.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Оздоровительно-досуговые технологии» относится к вариативной части блока дисциплин.

Для освоения дисциплины «Оздоровительно-досуговые технологии» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Безопасность жизнедеятельности», «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», «Гимнастика с методикой преподавания», «Легкая атлетика с методикой преподавания», «Организация внеурочной деятельности учителя основ безопасности жизнедеятельности», «Основы вожатской деятельности», «Основы медицинских знаний», «Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте», «Педагогика», «Плавание с методикой преподавания», «Пожарная безопасность», «Психология», «Психология физического воспитания и спорта», «Социальные опасности, профилактика и защита от них», «Спецкурс по курсовой работе (методика обучения и воспитания безопасности жизнедеятельности)», «Спортивное ориентирование с методикой преподавания», «Спортивные и подвижные игры с методикой преподавания», «Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности», «Теория и методика физического воспитания», «Технология и организация воспитательных практик (классное руководство)», «Физиология физкультурно-спортивной деятельности», «Анатомия», «Педагогика физической культуры и спорта», «Проектирование учебно-методических материалов по физической культуре», «Физкультурно-спортивные сооружения», прохождения практик «Производственная (педагогическая по основам безопасности жизнедеятельности) практика», «Производственная (педагогическая по физической культуре) практика», «Производственная (педагогическая) практика», «Учебная (научно-исследовательская работа по физической культуре) практика», «Учебная (ознакомительная) практика», «Учебная (по закреплению профессионально-прикладных умений и навыков) практика», «Учебная (технологическая по педагогике) практика», «Учебная (технологическая по психологии) практика».

## 3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность (ПК-2);
- способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов (ПК-3);
- способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности (ПК-7).

**В результате изучения дисциплины обучающийся должен:**

### *знать*

- характеристику психических процессов, свойств и состояний личности обучающегося, средства и методы развития когнитивной, эмоционально-волевой, мотивационной, регуляторной, операционально-технической сфер личности в условиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности;

- актуальные направления физического воспитания, оздоровительной физической культуры, спортивной тренировки для организации исследовательской, проектной, групповой и др. видов деятельности; основные методы и приемы интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.);
- закономерности процессов обучения, воспитания и развития с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, особых образовательных потребностей обучающихся;
- основные средства и методы организации исследовательской деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- методы и организацию психорегуляции и психогигиены в физическом воспитании и спорте;

#### ***уметь***

- создавать здоровьесберегающую образовательную среду с учетом психических процессов, свойств и состояний личности обучающегося, ее возрастных особенностей, возможностей и предрасположенностей; применять психологические знания в процессе обучения различных категорий обучающихся двигательным действиям и развитию физических качеств на физкультурно-спортивных занятиях;
- проектировать по алгоритму основные компоненты развивающей образовательной среды (исследовательской, проектной, групповой и др.);
- планировать мероприятия по психолого-педагогическому просвещению личности и обеспечению физкультурно-оздоровительных и учебно-тренировочных занятий с различными контингентами занимающихся;
- осуществлять отбор основных средств и методов организации исследовательской деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- выбирать средства и методы для реализации оздоровительно-досуговых технологий;

#### ***владеть***

- навыками работы со справочной и специальной литературой по совершенствованию процессов обучения, воспитания, тренировки, развития средствами психологии физической культуры и спорта; методами организации эффективного взаимодействия субъектов физкультурно-спортивной деятельности с учетом их личностных особенностей;
- необходимым профессиональным инструментарием и навыками, позволяющими грамотно решать задачу формирования развивающей образовательной деятельности на основе организации исследовательской, проектной, групповой и др. видов работ;
- способами оптимизации психологического климата в условиях сотрудничества и профессиональной коммуникации; психологическими знаниями для решения практических задач, связанных с социокультурными процессами в области физической культуры и спорта;
- навыками проведения оздоровительно-досуговых технологий в занятиях с различными группами населения.

#### **4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение**

количество зачётных единиц – 2,

общая трудоёмкость дисциплины в часах – 72 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 28 ч., СРС – 40 ч.),

распределение по семестрам – 10,

форма и место отчётности – аттестация с оценкой (10 семестр).

#### **5. Краткое содержание дисциплины**

Основные направления оздоровительно-досуговой деятельности.

Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем. Интеграция

нетрадиционных средств и систем физических упражнений в сфере оздоровительно-рекреационной физической культуры различных групп населения. Специфика профессиональной деятельности специалистов по физической культуре и спорту в сфере оздоровительного фитнеса. Научные основы двигательной активности и оздоровительной тренировки. Основы построения оздоровительной тренировки.

Технология разработки и организации оздоровительно-досуговых технологий в детских оздоровительных лагерях..

Направления организации летнего отдыха детей; формы и виды организации отдыха и оздоровления детей; физкультурно-оздоровительная работа и массовый детский спорт в оздоровительных лагерях

Технология разработки и организации оздоровительно-досуговых технологий в детских объединениях и клубах по месту жительства..

Основные сферы деятельности клубов по месту жительства; технология досуговой деятельности по организации свободного времени; оздоровительно-досуговые технологии в детских объединениях и клубах по месту жительства; оздоровительно-досуговые технологии для детей дошкольного возраста

Практическая подготовка.

Составление и проведение комплексов упражнений оздоровительно-досуговой направленности

## **6. Разработчик**

Ермолаев Александр Анатольевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО «ВГСПУ».