

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»
Институт естественнонаучного образования, физической культуры и
безопасности жизнедеятельности
Кафедра теории и методики обучения физической культуре и безопасности
жизнедеятельности

«УТВЕРЖДАЮ»

Проректор по учебной работе

Ю. А. Жадаев

2022 г.



Оздоровительно-досуговые технологии

Программа учебной дисциплины

Направление 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями
подготовки)»

Профили «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности»

очная форма обучения

Волгоград
2022

Обсуждена на заседании кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности

«12» мая 2022 г., протокол № 10

Заведующий кафедрой _____ «12» мая 2022 г.
(подпись) (зав. кафедрой) (дата)

Рассмотрена и одобрена на заседании учёного совета института естественнонаучного образования, физической культуры и безопасности жизнедеятельности

«13» мая 2022 г., протокол № 10

Председатель учёного совета Т.Н. Бурмис Бурмис «13» 05 2022 г.
(подпись) (дата)

Утверждена на заседании учёного совета ФГБОУ ВО «ВГСПУ»

«30» мая 2022 г., протокол № 13

Отметки о внесении изменений в программу:

Лист изменений № _____
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № _____
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № _____
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Разработчики:

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

Программа дисциплины «Оздоровительно-досуговые технологии» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» (утверждён приказом Министерства образования и науки РФ от 22 февраля 2018 г. N 125) и базовому учебному плану по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» (профили «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности»), утверждённому Учёным советом ФГБОУ ВО «ВГСПУ» (от 30 мая 2022 г., протокол № 13).

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. Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		10
Аудиторные занятия (всего)	28	28

В том числе:		
Лекции (Л)	10	10
Практические занятия (ПЗ)	18	18
Лабораторные работы (ЛР)	–	–
Самостоятельная работа	40	40
Контроль	4	4
Вид промежуточной аттестации		ЗЧО
Общая трудоемкость	часы	72
	зачётные единицы	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	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.
2	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
3	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
4	Практическая подготовка	Составление и проведение комплексов упражнений оздоровительно-досуговой направленности

5.2. Количество часов и виды учебных занятий по разделам дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	СРС	Всего
1	Основные направления оздоровительно-досуговой деятельности	4	6	–	16	26
2	Технология разработки и организации оздоровительно-досуговых технологий в детских оздоровительных лагерях.	4	6	–	8	18

3	Технология разработки и организации оздоровительно-досуговых технологий в детских объединениях и клубах по месту жительства.	2	6	—	8	16
4	Практическая подготовка	—	—	—	8	8

6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

6.1. Основная литература

1. Физическая культура и спорт : учебное пособие / А.В. Зюкин [и др.].. — Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2019. — 372 с. — ISBN 978-5-8064-2668-1. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/98630.html> (дата обращения: 30.06.2022)..

2. Физическая культура : учебник / Л.В. Захарова [и др.].. — Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2017. — 612 с. — ISBN 978-5-7638-3640-0. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/84178.html> (дата обращения: 30.06.2022).

6.2. Дополнительная литература

1. Лифанов А.Д. Физическая культура и спорт как основа здорового образа жизни студента : учебно-методическое пособие / Лифанов А.Д., Гейко Г.Д., Хайруллин А.Г.. — Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет, 2019. — 152 с. — ISBN 978-5-7882-2606-4. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/100657.html> (дата обращения: 30.06.2022)..

2. Небытова Л.А. Физическая культура : учебное пособие / Небытова Л.А., Катренко М.В., Соколова Н.И.. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2017. — 269 с. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/75608.html> (дата обращения: 30.06.2022)..

3. Татарова С.Ю. Физическая культура как один из аспектов составляющих здоровый образ жизни студентов / Татарова С.Ю., Татаров В.Б.. — Москва : Научный консультант, 2017. — 211 с. — ISBN 978-5-9909615-6-2. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/75150.html> (дата обращения: 30.06.2022).

7. Ресурсы Интернета

Перечень ресурсов Интернета, необходимых для освоения дисциплины:

1. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы: <http://www.olimpik-history.ru>. <http://www.ns-scouts.narod.ru>.
2. Электронная библиотечная система. URL: <http://www.iprbookshop.ru>.
3. Образовательный портал Волгоградского государственного социально-педагогического университета. URL: <http://edu.vspu.ru>.

8. Информационные технологии и программное обеспечение

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости):

1. Комплект офисного программного обеспечения.
2. Технологии обработки текстовой информации.
3. Интернет-браузер.

9. Материально-техническая база

Для проведения учебных занятий по дисциплине «Оздоровительно-досуговые технологии» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Аудитории для проведения лекционных, лабораторных и практических занятий, оснащенные стандартным набором учебной мебели, учебной доской и стационарным или переносным комплексом мультимедийного презентационного оборудования.

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Дисциплина «Оздоровительно-досуговые технологии» относится к вариативной части блока дисциплин. Программой дисциплины предусмотрено чтение лекций и проведение практических занятий. Промежуточная аттестация проводится в форме аттестации с оценкой.

Лекционные занятия направлены на формирование глубоких, систематизированных знаний по разделам дисциплины. В ходе лекций преподаватель раскрывает основные, наиболее сложные понятия дисциплины, а также связанные с ними теоретические и практические проблемы, даёт рекомендации по практическому освоению изучаемого материала. В целях качественного освоения лекционного материала обучающимся рекомендуется составлять конспекты лекций, использовать эти конспекты при подготовке к практическим занятиям, промежуточной и итоговой аттестации.

Практические занятия являются формой организации педагогического процесса, направленной на углубление научно-теоретических знаний и овладение методами работы, в процессе которых вырабатываются умения и навыки выполнения учебных действий в сфере изучаемой науки. Практические занятия предполагают детальное изучение обучающимися отдельных теоретических положений учебной дисциплины. В ходе практических занятий формируются умения и навыки практического применения теоретических знаний в конкретных ситуациях путем выполнения поставленных задач, развивается научное мышление и речь, осуществляется контроль учебных достижений обучающихся.

При подготовке к практическим занятиям необходимо ознакомиться с теоретическим материалом дисциплины по изучаемым темам – разобрать конспекты лекций, изучить литературу, рекомендованную преподавателем. Во время самого занятия рекомендуется активно участвовать в выполнении поставленных заданий, задавать вопросы, принимать участие в дискуссиях, аккуратно и своевременно выполнять контрольные задания.

Контроль за качеством обучения и ходом освоения дисциплины осуществляется на основе рейтинговой системы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов. Рейтинговая система предполагает 100-балльную оценку успеваемости студента по учебной дисциплине в течение семестра, 60 из которых отводится на текущий контроль, а 40 – на промежуточную аттестацию по дисциплине. Критериальная база рейтинговой оценки, типовые контрольные задания, а также методические материалы по их применению описаны в фонде оценочных средств по дисциплине, являющемся приложением к данной программе.

11. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Самостоятельная работа обучающихся является неотъемлемой частью процесса обучения в вузе. Правильная организация самостоятельной работы позволяет обучающимся развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний,

обеспечивает высокий уровень успеваемости в период обучения, способствует формированию навыков совершенствования профессионального мастерства.

Самостоятельная работа обучающихся во внеаудиторное время включает в себя подготовку к аудиторным занятиям, а также изучение отдельных тем, расширяющих и углубляющих представления обучающихся по разделам изучаемой дисциплины. Такая работа может предполагать проработку теоретического материала, работу с научной литературой, выполнение практических заданий, подготовку ко всем видам контрольных испытаний, выполнение творческих работ.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине представлено в рабочей программе и включает в себя:

- рекомендуемую основную и дополнительную литературу;
- информационно-справочные и образовательные ресурсы Интернета;
- оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.

Конкретные рекомендации по планированию и проведению самостоятельной работы по дисциплине «Оздоровительно-досуговые технологии» представлены в методических указаниях для обучающихся, а также в методических материалах фондов оценочных средств.

12. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств, включающий перечень компетенций с указанием этапов их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания и методические материалы является приложением к программе учебной дисциплины.