

**Наименование учебной дисциплины:  
«Теория и методики оздоровительной физической культуры»**

<b>Код и наименование специальности</b>	6-05-0115-01 Образование в области физической культуры
<b>Курс обучения</b>	2, 3, 4
<b>Семестр обучения</b>	4/5/6/7/8
<b>Количество аудиторных часов:</b>	370
<b>Лекции</b>	110
<b>Семинарские занятия</b>	20
<b>Практические занятия</b>	150
<b>Лабораторные занятия</b>	90
<b>Форма промежуточной аттестации (зачет/ дифференцированный зачет/экзамен)</b>	экзамен / зачет / экзамен / зачет / экзамен
<b>Количество зачетных единиц</b>	18
<b>Формируемые компетенции</b>	<p>Владеть терминами и понятиями, знаниями истории и современного состояния физкультурно-оздоровительной и туристско-рекреационной деятельности; ориентироваться и использовать знания об оздоровительных методиках и массовых туристских физкультурно-спортивных мероприятий в организациях и учреждениях различного типа.</p> <p>Планировать, организовывать, контролировать и корректировать физкультурно-оздоровительную и туристско-рекреационную деятельность.</p>
<b>Краткое содержание учебной дисциплины:</b>	
<p>Учебный материал программы разделен на 4 части – «Общие основы теории и методики оздоровительной физической культуры», «Средства оздоровительной физической культуры», «Теория и практика туристско-рекреационной деятельности» и «Спортивно-туристская деятельность».</p> <p>При освоении материала первого раздела студенты знакомятся с общей структурой, закономерностями, принципами и формами оздоровительной физической культуры. Осваивают методические и организационные основы физкультурно-оздоровительной работы при работе с населением. При прохождении содержания второго раздела – изучают современные направления оздоровительных фитнес-технологий. Третий и четвертый раздел предусматривает овладение методикой организации туристических рекреационных маршрутов, а также специальными знаниями, умениями и навыками физкультурно-оздоровительной деятельности в сфере рекреационного туризма при работе с разными категориями населения.</p>	