



Силабус навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичної рекреації»

Спеціальність	<i>A7 «Фізична культура і спорт»</i>
Освітня програма	<i>Фізична культура і спорт</i>
Освітній рівень	<i>другий (магістерський)</i>
Статус дисципліни	<i>вибіркова</i>
Мова викладання	<i>Українська</i>
Курс / семестр	<i>1 курс; 2 семестр</i>
Кількість кредитів ЄКТС	<i>4</i>
Розподіл за видами занять та годинами навчання	<i>Лекції – 20 год.</i>
	<i>Практичні – 22 год.</i>
	<i>Самостійна робота – 78 год.</i>
Форма підсумкового контролю	<i>Екзамен</i>
Кафедра	<i>Фізичної культури та спорту, каб. 144, корпус Ц, https://nupp.edu.ua/page/kafedra-fizichnoi-kulturi-ta-sportu.html</i>
Викладач (-і)	<i>Онисьук Лариса Миколаївна, к. пед.н., доцент</i>
Контактна інформація викладача	<i>e-mail: arpol_turizm@ukr.net</i>
Дні занять	<i>За розкладом, відповідно до графіку навчального процесу</i>
Консультації	<i>аудиторія 143 Ц відповідно до графіку</i>
Мета навчальної дисципліни – формування спеціальних знань, методичних прийомів та практичних навичок опанування інструментарієм вирішення питань збереження фізичного і психічного здоров'я засобами фізичної рекреації, забезпечуючи формування як загальних, так і фахових компетентностей у студентів-магістрів.	
Передумови для навчання Передумовою вивчення навчальної дисципліни є знання, отримані з дисциплін: «Сучасні здоров'язбережувальні технології», «Фітнес-технології у спорті», «Моделювання здорового способу життя та фізкультурно-оздоровчої діяльності».	
Індивідуальні завдання	<i>не передбачені</i>
Зміст навчальної дисципліни Змістовий модуль 1. Теоретичні аспекти фізичної рекреації. Тема 1. Сфера рекреації у фізичній культурі. Тема 2. Історія виникнення та розвиток фізичної рекреації. Тема 3. Напрями, види та форми рекреації. Змістовий модуль 2. Рекреаційно-оздоровча діяльність. Тема 4. Поняття про рекреаційно-оздоровчу діяльність. Тема 5. Рекреаційно-оздоровча діяльність з школярами. Тема 6. Рекреаційно-оздоровча діяльність з дорослим населенням. Змістовий модуль 3. Ресурсне забезпечення фізичної рекреації. Тема 7. Рекреаційні ресурси, їх види. Система підготовки кадрів. Тема 8. Технології проведення рекреаційно-оздоровчих занять. Тема 9. Рекреаційний потенціал народних рухливих ігор. Тема 10. Фізична рекреація і туризм в системі фізичної культури.	
Сторінка курсу на платформі Moodle	https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=
Рекомендовані джерела 1. Андреева О. В. Фізична рекреація різних груп населення: монографія / Олена Валеріївна Андреева. — К.: ТОВ «НВП Поліграфсервіс», 2014. — 280 с. 2. Круцевич Т. Ю. Історія розвитку фізичної рекреації / Т. Ю. Круцевич, Н. Є. Пангелова, С. Б. Пангелов. — К.: Академвидав, 2018. — 160 с. 3. Маляр Н. С. Фізична рекреація: Методичні рекомендації / Н. С. Маляр, Е. І. Маляр. — Тернопіль, ЗУНУ: 2022. — 24 с.	



4. Товт В. А. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності / В. А. Товт, І. І. Маріонда, Е. М. Сивохоп, В. Я. Сусла // Навчальний посібник для викладачів і студентів. Ужгород, ДВНЗ «УжНУ», «Говерла». 2015. 88 с.

Система оцінювання результатів навчання

За результатами поточного контролю протягом семестру студент може отримати максимально 50 балів, за результатами підсумкового контролю 50 балів. Студент, який повністю виконав програму навчальної дисципліни і отримав достатню рейтингову оцінку (не менше 25 балів), допускається до підсумкового контролю з дисципліни.

Більш детальна інформація щодо оцінювання наведена в робочій навчальній програмі.

Накопичування балів з навчальної дисципліни

Види навчальної роботи	Мак кількість балів
Робота на заняттях та виконання практичних завдань	50
Екзамен	50
Максимальна кількість балів	100

Відповідність шкали оцінювання ЄКТС національній системі оцінювання та шкалі оцінювання Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90–100	A	відмінно
82–89	B	добре
74–81	C	
64–73	D	задовільно
60–63	E	
35–59	FX	незадовільно
1–34	F	

Політика навчальної дисципліни

Вивчення навчальної дисципліни потребує роботи з інформаційними джерелами, підготовки до лекцій і практичних занять, виконання усіх завдань згідно з навчальним планом.

Підготовка до практичних занять передбачає: ознайомлення з питаннями, які виносяться на заняття з відповідної теми; вивчення лекційного матеріалу. Рішення практичних завдань має демонструвати ознаки самостійності виконання студентом такої роботи, відсутність ознак повторюваності та плагіату.

Присутність студентів на практичних і лекційних заняттях є обов'язковою, важливою також є їхня участь в обговоренні всіх питань теми. Пропущені заняття мають бути відпрацьовані. Студент має дотримуватися навчальної етики, поважно ставитися до учасників процесу навчання, дотримуватися дисципліни та часових (строкових) параметрів навчального процесу.

Більш детальну інформацію щодо компетентностей, результатів навчання, методів навчання, форм оцінювання, самостійної роботи наведено у робочій програмі навчальної дисципліни <https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=>