

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

Код и наименование специальности	1-03 02 01 Физическая культура
Курс обучения	2, 3, 4
Семестр обучения	4/5/6/7/8
Количество аудиторных часов:	418
Лекции	148
Семинарские занятия	20
Практические занятия	158
Лабораторные занятия	92
Форма промежуточной аттестации (зачет/ дифференцированный зачет/экзамен)	экзамен / зачет / экзамен / зачет / экзамен
Количество зачетных единиц	18
Формируемые компетенции	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. Планировать, организовывать, контролировать и корректировать физкультурно-оздоровительную и туристско-рекреационную деятельность.
Краткое содержание учебной дисциплины: 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». 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.	