

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Косенок Сергей Михайлович
Должность: ректор
Дата подписания: 01.07.2025 09:40:13
Уникальный программный ключ:
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Бюджетное учреждение высшего образования
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры
"Сургутский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР

_____ Е.В. Коновалова

11 июня 2025г., протокол УМС №5

МОДУЛЬ ДИСЦИПЛИН ПРОФИЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Теория и методика рекреации рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Медико-биологических основ физической культуры**

Учебный план b490303-РИТ-25-4.plx
49.03.03 РЕКРЕАЦИЯ И СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ
Направленность (профиль): Спортивно-оздоровительный туризм

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **4 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 144
в том числе:
аудиторные занятия 40
самостоятельная работа 68
часов на контроль 36

Виды контроля в семестрах:
экзамены 7

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	7 (4.1)		Итого	
	Неделя 11 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	20	20	20	20
Практические	20	20	20	20
Итого ауд.	40	40	40	40
Контактная работа	40	40	40	40
Сам. работа	68	68	68	68
Часы на контроль	36	36	36	36
Итого	144	144	144	144

Программу составил(и):

к.п.н., Доцент, Бушева Ж.И.

Рабочая программа дисциплины

Теория и методика рекреации

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 943)

составлена на основании учебного плана:

49.03.03 РЕКРЕАЦИЯ И СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ

Направленность (профиль): Спортивно-оздоровительный туризм

утвержденного учебно-методическим советом вуза от 11.06.2025 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Медико-биологических основ физической культуры

Зав. кафедрой к.б.н., доцент Мальков М.Н.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	Цель дисциплины «Теория и методика рекреации» - формирование профессиональной компетентности обучающихся в следующих вопросах: осуществления контроля программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения; подбора на основе анализа программ и режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения соответствующих средств и методов их реализации; планирования научных исследований по определению эффективности средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности; организации и проведения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий, осуществления объективного судейства соревнований; осуществления рекреационной деятельности с различными группами населения, направленной на обеспечение физического и психического здоровья, социального благополучия и удовлетворенности жизнью.
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ООП:	Б1.В.01
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Изучение данного курса базируется на знаниях, умениях и навыках, полученных при изучении дисциплин: "Физиология человека", "Безопасность жизнедеятельности", "Теория и методика физической культуры", "Основы спортивно-оздоровительного туризма" и др.
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Производственная практика, преддипломная практика

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ОПК-8.1: Осуществляет контроль программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения

ОПК-8.2: Подбирает на основе анализа программ и режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения соответствующие средства и методы их реализации

ОПК-11.1: Планирует научные исследования по определению эффективности средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности

ОПК-13.1: Организует и проводит рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, осуществляет объективное судейство соревнований

ПК-2.1: Осуществляет рекреационную деятельность с различными группами населения, направленную на обеспечение фи-зического и психического здоровья, социального благополучия и удовлетворенности жизнью

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	- принципы анализа и контроля программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения;
3.1.2	- соответствующие средства и методы их реализации по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения;
3.1.3	- методику организации и проведения рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий, правила судейства соревнований;
3.1.4	- принципы планирования научных исследований по определению эффективности средств и методов физкультурно -спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности;
3.1.5	- основы планирования и организации рекреационной деятельности с различными группами населения, направленной на обеспечение физического и психического здоровья, социального благополучия и удовлетворенности жизнью
3.2	Уметь:
3.2.1	- планировать содержание рекреационных занятий с учетом положений теории физической культуры;
3.2.2	- осуществлять контроль программ и регулировать режимы занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения;
3.2.3	- подбирать соответствующие средства и методы их реализации по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения на основе анализа программ и режимов занятий;
3.2.4	
3.2.5	- осуществлять организацию и проведение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристских, краеведческих и спортивных мероприятий, объективное судейства соревнований;
3.2.6	- планировать научные исследования по определению эффективности средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности;
3.2.7	- планировать и организовывать рекреационную деятельность с различными группами населения, направленную на обеспечение физического и психического здоровья, социального благополучия и удовлетворенности жизнью

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	Раздел 1.					
1.1	Теория и методика рекреации: обзор основных понятий и определений /Лек/	7	1	ПК-2.1 ОПК-11.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.2	Теория и методика рекреации: обзор основных понятий и определений /Пр/	7	1	ПК-2.1 ОПК-11.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	

1.3	Теория и методика рекреации: обзор основных понятий и определений /Ср/	7	4	ПК-2.1 ОПК-11.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.4	Основные этапы становления и развития физической рекреации. Общая характеристика государственного (федерального) и общественно-самодеятельного регулирования рекреативно-оздоровительной деятельности. /Лек/	7	1	ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.5	Основные этапы становления и развития физической рекреации. Общая характеристика государственного (федерального) и общественно-самодеятельного регулирования рекреативно-оздоровительной деятельности. /Пр/	7	1	ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.6	Основные этапы становления и развития физической рекреации. Общая характеристика государственного (федерального) и общественно-самодеятельного регулирования рекреативно-оздоровительной деятельности. /Ср/	7	6	ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.7	Физкультурная деятельность – как основа физической рекреации. Особенности физкультурной деятельности, формы организации занятий. Современные концепции здоровья и рекреативно-оздоровительные аспекты его оптимизации. /Лек/	7	1	ПК-2.1 ОПК-11.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.8	Физкультурная деятельность – как основа физической рекреации. Особенности физкультурной деятельности, формы организации занятий. Современные концепции здоровья и рекреативно-оздоровительные аспекты его оптимизации. /Пр/	7	1	ПК-2.1 ОПК-11.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.9	Физкультурная деятельность – как основа физической рекреации. Особенности физкультурной деятельности, формы организации занятий. Современные концепции здоровья и рекреативно-оздоровительные аспекты его оптимизации. /Ср/	7	4	ПК-2.1 ОПК-11.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.10	Оздоровительные, реабилитационные и досуговые формы рекреации. Организационно-методическая характеристика массовых форм и течений рекреации в России и за рубежом. /Лек/	7	1	ПК-2.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.11	Оздоровительные, реабилитационные и досуговые формы рекреации. Организационно-методическая характеристика массовых форм и течений рекреации в России и за рубежом. /Пр/	7	1	ПК-2.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	

1.12	Оздоровительные, реабилитационные и досуговые формы рекреации. Организационно-методическая характеристика массовых форм и течений рекреации в России и за рубежом. /Ср/	7	4	ПК-2.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.13	Особенности разработки и реализации программ физкультурно-спортивных туров на туристских комплексах. Сценарная и методическая подготовка программ рекреационно-оздоровительной деятельности. /Лек/	7	2	ОПК-13.1 ПК-2.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.14	Особенности разработки и реализации программ физкультурно-спортивных туров на туристских комплексах. Сценарная и методическая подготовка программ рекреационно-оздоровительной деятельности. /Пр/	7	4	ОПК-13.1 ПК-2.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.15	Особенности разработки и реализации программ физкультурно-спортивных туров на туристских комплексах. Сценарная и методическая подготовка программ рекреационно-оздоровительной деятельности. /Ср/	7	6	ОПК-13.1 ПК-2.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.16	Рекреационная сфера досуга – как рекреационно-реабилитационная система. Рекреационная основа программирования отдыха. Программа обслуживания в процессе рекреационно-оздоровительных мероприятий: понятие и состав. /Лек/	7	2	ОПК-13.1 ПК-2.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.17	Рекреационная сфера досуга – как рекреационно-реабилитационная система. Рекреационная основа программирования отдыха. Программа обслуживания в процессе рекреационно-оздоровительных мероприятий: понятие и состав. /Пр/	7	2	ОПК-13.1 ПК-2.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.18	Рекреационная сфера досуга – как рекреационно-реабилитационная система. Рекреационная основа программирования отдыха. Программа обслуживания в процессе рекреационно-оздоровительных мероприятий: понятие и состав. /Ср/	7	8	ОПК-13.1 ПК-2.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.19	Виды рекреационно-оздоровительных услуг и особенности их предоставления. Досуговые мероприятия и их место в программе рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности. /Лек/	7	2	ОПК-13.1 ПК-2.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.20	Виды рекреационно-оздоровительных услуг и особенности их предоставления. Досуговые мероприятия и их место в программе рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности. /Пр/	7	2	ОПК-13.1 ПК-2.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	

1.21	Виды рекреационно-оздоровительных услуг и особенности их предоставления. Досуговые мероприятия и их место в программе рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности. /Ср/	7	8	ОПК-13.1 ПК-2.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.22	Подготовка сценария и проведение рекреативно-оздоровительного мероприятия для определенной возрастной группы. ФОР с различным контингентом занимающихся на базе различных типов физкультурно-оздоровительных центров. ФОР в учреждениях, на предприятиях, по месту жительства, в местах массового отдыха и досуга. /Лек/	7	4	ОПК-13.1 ПК-2.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-11.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.23	Подготовка сценария и проведение рекреативно-оздоровительного мероприятия для определенной возрастной группы. ФОР с различным контингентом занимающихся на базе различных типов физкультурно-оздоровительных центров. ФОР в учреждениях, на предприятиях, по месту жительства, в местах массового отдыха и досуга. /Пр/	7	4	ОПК-13.1 ПК-2.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-11.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.24	Подготовка сценария и проведение рекреативно-оздоровительного мероприятия для определенной возрастной группы. ФОР с различным контингентом занимающихся на базе различных типов физкультурно-оздоровительных центров. ФОР в учреждениях, на предприятиях, по месту жительства, в местах массового отдыха и досуга. /Ср/	7	4	ОПК-13.1 ПК-2.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-11.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.25	Программирование занятий рекреативно-оздоровительной направленности. /Лек/	7	4	ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-11.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.26	Программирование занятий рекреативно-оздоровительной направленности. /Пр/	7	2	ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-11.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.27	Программирование занятий рекреативно-оздоровительной направленности. /Ср/	7	12	ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-11.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.28	Организационно-методические особенности проведения занятий в режиме рабочего дня и после рабочего восстановления. /Лек/	7	2	ОПК-13.1 ПК-2.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	

1.29	Организационно-методические особенности проведения занятий в режиме рабочего дня и после рабочего восстановления. /Пр/	7	2	ОПК-13.1 ПК-2.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.30	Организационно-методические особенности проведения занятий в режиме рабочего дня и после рабочего восстановления. /Ср/	7	12	ОПК-13.1 ПК-2.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	
1.31	/Контр.раб./	7	0	ОПК-13.1 ПК-2.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-11.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3	
1.32	/Экзамен/	7	36	ОПК-13.1 ПК-2.1 ОПК-8.1 ОПК-8.2 ОПК-11.1		

5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

5.1. Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации

Представлены отдельным документом

5.2. Оценочные материалы для диагностического тестирования

Представлены отдельным документом

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1	Макеева В. С., Бойко В. В.	Теория и методика физической рекреации: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений	Москва: Советский спорт, 2014, электронный ресурс	1
Л1.2	Кулагина Е. В., Сливкова Ю. В.	Технологии рекреации и анимации: Учебное пособие	Омск: Омский государственный технический университет, 2017, электронный ресурс	1
Л1.3	Седоченко С. В.	Физическая рекреация: учебное пособие для студентов институтов физической культуры	Воронеж: ВГИФК, 2019, электронный ресурс	1

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.4	Никишкин, В. А., Зайцев, В. П., Крамской, С. И., Манучарян, С. В., Бондаренко, Т. В., Мулик, Е. В., Сосин, И. К., Волков, А. С., Бумарскова, Н. Н., Никишкина, В. А., Зайцева, В. П.	Физическая рекреация в высших учебных заведениях: учебно -методическое пособие	Москва: МИСИ- МГСУ, Ай Пи Ар Медиа, ЭБС АСВ, 2024, электронный ресурс	1
6.1.2. Дополнительная литература				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Гировка Н. Н.	Рекреационные ресурсы: Учебное пособие	Нижний Новгород: Нижегородский государственный архитектурно- строительный университет, ЭБС АСВ, 2012, электронный ресурс	1
Л2.2	Мальшина Н. А.	Курортно-рекреационные ресурсы: учебное пособие	Саратов: Вузовское образование, 2013, электронный ресурс	1
Л2.3	Никишкин В. А., Зайцев В. П., Крамской С. И., Манучарян С. В., Бондаренко Т. В., Мулик Е. В., Сосин И. К., Волков А. С., Бумарскова Н. Н., Никишкин В. А., Зайцев В. П.	Физическая рекреация в высших учебных заведениях: Учебно-методическое пособие	Москва: Московский государственный строительный университет, Ай Пи Эр Медиа, ЭБС АСВ, 2015, электронный ресурс	1
6.1.3. Методические разработки				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л3.1	Ворожбитова А.Л.	Двигательная рекреация для лиц с ограниченными возможностями здоровья: практикум	Ставрополь: Северо- Кавказский федеральный университет, 2015, электронный ресурс	1
Л3.2	Муртазин Ш. Н.	Культурно-досуговая деятельность в сфере рекреации и спортивно-оздоровительного туризма: учебно- методическое пособие	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2010, электронный ресурс /Культурно_досуго вая деятельность	1
Л3.3	Бушева Ж. И.	Теория и методика рекреации: методические рекомендации	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2020, электронный ресурс	1

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Научный портал «теория. ру» http://www.teoriya.ru
Э2	Научная электронная библиотека "Cyberleninka" https://cyberleninka.ru/
Э3	Российская национальная библиотека http://www.nlr.ru

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Операционные системы Microsoft Windows, пакет прикладных программ Microsoft Office
---------	--

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	СПС «КонсультантПлюс» - www.consultant.ru/
6.3.2.2	Информационно-правовой портал Гарант.ру, http://www.garant.ru/
6.3.2.3	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU, http://lib.surgu.ru/index.php?view=menu&mid=156

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Аудитории для проведения лекционных и практических занятий укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами для предоставления учебной информации студентам.
-----	---