

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

1. Код: *BB 2*;
2. Назва: *Фізична рекреація*;
3. Тип: *вибіркова*;
4. Рівень вищої освіти: *II (магістерський)*;
5. Рік навчання, коли пропонується дисципліна: *5*;
6. Семестр, коли вивчається дисципліна: *9*;
7. Кількість встановлених кредитів ЄКТС: *3*;
8. Прізвище, ініціали лектора/лекторів, науковий ступінь, посада: *Нестерчук Н.Є., доктор наук, завідувач кафедри*
9. Результати навчання: *після вивчення дисципліни студент повинен бути здатним:*
 - *Залік*
 - *Курсова робота*
10. **Форми організації занять:** *навчальне заняття, самостійна робота, лабораторні роботи, контрольні заходи...;*
11. **Дисципліни, що передують вивченню зазначеної дисципліни:** *Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності;*
Дисципліни, що вивчаються супутньо із зазначеною дисципліною (за необхідності):
12. **Зміст курсу:** *(перелік тем) Характеристика сфери рекреації у фізичній культурі. Поняття вільного часу, рекреації, культурного дозвілля. Стиль життя і здоров'я людини. Рухова активність і здоров'я людини. Наукові основи фізичної рекреації. Методи визначення рухової активності.*
13. **Рекомендовані навчальні видання:**
 1. *Боднар І. Р. Ставлення учнів середнього шкільного віку до уроків фізичної культури / І. Р. Боднар // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2013. - № 1. – С. 137-140.*
 2. *Круцевич Т. Теоретичні і методичні аспекти поняття «фізична рекреація» // Спортивний вісник Придністров'я. – 2010. - № 2.*
 3. *Реховская С. Н. Физическая рекреация как фактор самореализации личности взрослого человека: дис., канд.психол. наук / С. Н. Реховская – СПб, 2007. – 233 с.*
 4. *Сутула В. О. Системоутворювальна функція фізичної культури / В. О. Сутула // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2014. - № 1. – С. 118-121.*
 5. *Томенко О. А. Рівень рухової активності підлітків та шляхи його підвищення на основі використання заходів оздоровчо-рекреаційного спрямування / О. А. Томенко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2013. - № 3. – С. 19-24.*
14. **Заплановані види навчальної діяльності та методи викладання:**
12 год. лекцій, 18 год. лабораторних робіт, 60 год. самостійної роботи. Разом – 90 год.
Методи: інтерактивні лекції, елементи проблемної лекції, індивідуальні завдання, індивідуальні та групові науково-дослідні завдання, використання мультимедійних засобів.
15. **Форми та критерії оцінювання:**
Оцінювання здійснюється за 100-бальною шкалою.
Підсумковий контроль: залік в кінці 9 семестру.
Поточний контроль (100 балів): тестування, опитування
16. **Мова викладання:** *українська.*

Завідувач кафедри

Н.Є. Нестерчук доктор наук, доцент

DESCRIPTION OF EDUCATIONAL DISCIPLINE



1. Code: VV 2;

2. Title: *Physical recreation;*

3. Type: *selective;*

4. Level of higher education: *II (master's degree);*

5. Year of study, when the discipline is proposed: *5;*

6. Semester when studying the discipline: *9;*

7. Number of established ECTS credits: *3;*

8. Surname, initials of the lecturer / lecturers, scientific degree, position: *Nesterchuk N.E., doctor of sciences, the head of the department*

9. Learning outcomes: after studying the discipline, the student must be able to:

Current Control

Coursework

10. Forms of organization of classes: *training, independent work, laboratory work, control measures ;*

11. Disciplines, preceding the study of the specified discipline: *Society of recreational and recreational motor activity;*

Disciplines studied in conjunction with the indicated discipline (if necessary):

12. Contents of the course: *(list of topics) Characteristics of the field of recreation in physical culture. The concept of free time, recreation, cultural leisure. Lifestyle and health of a person. Motor activity and human health. Scientific fundamentals of physical recreation. Methods of determination of motor activity.*

13. Recommended editions:

1. Bodnar I. R. *Attitude of pupils of secondary school age to the lessons of physical culture / I. R. Bodnar // Physical education, sports and health culture in modern society. - 2013. - No. 1. - P. 137-140.*

2. Krusevich T. *Theoretical and methodical aspects of the concept of "physical recreation" // Sportivnyi vestnik Transnistria. - 2010. - No. 2.*

3. Rehovskaya SN, *Physical recreation as a factor of self-realization of the personality of an adult person: Diss., Cand.psihol. Sciences / S. N. Rehovskaya - St. Petersburg, 2007. - 233 p.*

4. Sutula V.O. *System-forming function of physical culture / V.O. Sutula // Slobozhansky Scientific and Sport Bulletin. - 2014. - No. 1. - P. 118-121.*

5. Tomenko OA. *The level of motor activity of adolescents and ways of its increase on the basis of the use of recreational and recreational activities. / O. A. Tomenko // Slobozhansky Scientific and Sport Bulletin. - 2013. - No. 3. - P. 19-24.*

14. Planned types of educational activities and teaching methods:

12 hours lectures, 18 hours. laboratory work, 60 h. independent work. Together - 90 hours.

Methods: interactive lectures, elements of problem lecture, individual tasks, individual and group research tasks, use of multimedia tools.

15. Form and evaluation criteria:

The evaluation is carried out on a 100-point scale.

Final control: the end of the 9th semester.

Current control (100 points): testing, poll

16. Language of teaching: *Ukrainian.*

Head of the Department

N.E. Nesterchuk Ph.D., professor