

Назва освітнього компонента	Теорія та технології рекреації
Факультет	Соціально-психологічної освіти та фізичної культури
Кафедра	Фізичної культури та спорту
ПІБ НПП або ПП, науковий ступінь, вчене звання (за наявності)	Осадченко Тетяна Михайлівна кандидат педагогічних наук, доцент
Рівень (рівні) вищої освіти	перший (бакалаврський) рівень
Загальний обсяг освітнього компонента	4 кредитів ЄКТС / 120 годин
Семестр (семестри) вивчення	2-й
Форма підсумкового контролю	залік
Мова викладання	Українська
Форми здобуття освіти та розподіл годин	Денна: лекції – 20; практичні – 20; самостійна робота – 80. Заочна: лекції – 8; практичні – 8; самостійна робота – 104.
Коротка анотація та мета	Дисципліна орієнтована на формування фахових знань і практичних навичок щодо організації оздоровчо-рекреаційної, відновлювальної та дозвілдової діяльності в школі та системі дитячо-юнацького спорту. Студенти опанують методики проектування рекреаційних програм, сучасні outdoor-технології (активні ігри, спортивний туризм, рекреаційні види спорту), а також інструменти активного відновлення юних спортсменів і школярів після інтенсивних фізичних чи психоемоційних навантажень. Мета: формування у майбутніх учителів фізичної культури професійних компетентностей щодо організації, проектування та впровадження ефективних рекреаційних технологій для збереження здоров'я, підвищення рухової

	активності та відновлення працездатності різних категорій населення.
Компетентності та/або результати навчання, що формуються або поглиблюються	Інтегральна компетентність: Здатність вирішувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері фізичної культури, спорту та оздоровчої рекреації із застосуванням сучасних теорій і технологій. Загальні компетентності (ЗК): Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації. Здатність працювати в команді та організовувати дозвіллеві заходи. Фахові компетентності (ФК): Здатність розробляти та впроваджувати рекреаційно-оздоровчі програми для школярів і спортсменів. Здатність використовувати відновлювальні технології рекреації в спортивній підготовці для профілактики перевтоми та вигорання. Здатність організовувати масові фізкультурно-оздоровчі заходи, квести, туристські походи та свята з урахуванням вікових і психофізичних особливостей учасників. Програмні результати навчання (ПРН): ПРН 1: Знати класифікацію, теорію та методологію фізичної рекреації, фізіологічні та психологічні механізми її впливу на організм. ПРН 2: Вміти підбирати та адаптувати рекреаційні заходи (малозатратні види спорту, рухливі ігри, outdoor-активності) під потреби Нової української школи (НУШ) та тренувального процесу. ПРН 3: Володіти навичками розробки сценаріїв, положень та регламентів проведення рекреаційно-спортивних заходів, свят та квестів.

	ПРН 4: Застосовувати засоби рекреації як інструмент активного відпочинку та переключення для зниження рівня тривожності й підвищення мотивації школярів і спортсменів. ПРН 5: Оцінювати ефективність рекреаційних впливів та здійснювати оперативно-поточний контроль за фізичним станом учасників.
Пререквізити / рекомендований рівень підготовки	Анатомія та фізіологія людини, Теорія і методика фізичного виховання
Мінімальна та максимальна чисельність групи	10-30 осіб