

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович
Должность: Ректор
Дата подписания: 03.11.2023 10:35:46
Уникальный программный ключ:
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Туризма, менеджмента и оздоровительных технологий

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по учебной работе
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«27» апреля 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Профессионально-педагогическая деятельность
(Б1.В.ДВ.05.02)**

| | |
|--|---|
| Направление подготовки | <i>49.03.01 Физическая культура</i> |
| Направленность (профиль) программы бакалавриата | <i>«Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес»</i> |
| Квалификация выпускника | <i>бакалавр</i> |
| Год начала подготовки (по учебному плану) | <i>2023</i> |
| Форма обучения, семестр | <i>очная: 7 семестр заочная: 7 семестр</i> |
| Трудоёмкость по рабочему учебному плану | <i>зачетных единиц: 3 часов: 108</i> |
| Промежуточная аттестация | <i>зачет с оценкой</i> |

Разработчик рабочей программы:

Мокрушина И.А. к.п.н.,
доцент, Кустов О.В.
к.п.н., доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры ТМиОТ

Протокол от
«11» апреля 2023 г. № 12

Рабочая программа одобрена на заседании УМС

Протокол от
«26» апреля 2023 г. №9

Чайковский, 2023

1 Цели и задачи освоения дисциплины

1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся профессиональных умений и опыта, необходимых для педагогической деятельности с разным возрастным контингентом по формированию теоретических и методических основ использования средств физической культуры в физкультурно-оздоровительной деятельности

1.2 Задачи дисциплины

- содействовать формированию основ профессионально-педагогической деятельности обучающихся;
- содействовать применению и углублению педагогических знаний, умений приобретенных в процессе обучения в вузе и на педагогической практике, приобретение новых знаний;
- развивать качества социально активной личности обучающегося, расширять, закреплять и совершенствовать умения самостоятельного творческого решения основных задач физкультурно-оздоровительной деятельности.

2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Профессионально-педагогическая деятельность» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока «Дисциплины» и является дисциплиной по выбору.

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Процесс изучения дисциплины «Профессионально-педагогическая деятельность» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

| Формируемые компетенции | Индикаторы достижения компетенции |
|---|--|
| ПК-4 Способен формировать средства для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом. | ПК-4.1 Знает содержание процесса формирования средств для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом. ПК-4.2 Умеет формировать средства для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом. ПК-4.3 Владеет (имеет опыт) технологией формирования средств для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом. |
| ПК-6 Способен разрабатывать индивидуальные программы занятий фитнесом. | ПК-6.1 Знает методики подбора упражнений, видов фитнес-тренировок в соответствии с анатомо-физиологическими особенностями человека. ПК-6.2 Умеет составлять индивидуальные программы занятий фитнесом, в том числе с разработкой частоты, интенсивности, продолжительности, вида и структуры занятий, включая использование фитнес-технологий и принципа периодизации. ПК-6.3 Владеет методом индивидуализации занятий фитнесом, программирования и планирования фитнес-тренировок с последовательным решением задач физического совершенствования человека, навыком разработки индивидуальных программ по фитнесу. |
| 05.013 «Специалист по продвижению фитнес-услуг» / ОТФ: А. Организация продвижения фитнес-услуг среди населения В. Оказание населению фитнес-услуг по индивидуальным программам 05.017 «Специалист по фитнесу (фитнес-тренер)» /ОТФ: А. Реализация фитнес-услуг в водной среде (аквафитнес) В. Реализация фитнес-услуг по специализациям (направлениям) фитнеса в зале, на свежем воздухе | |

3 Объем дисциплины и виды учебной работы

3.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

| № | Виды учебной работы | Трудоемкость в часах | |
|-----|---|----------------------|-------|
| | | 7 сем. | Всего |
| 1 | Контактная работа | 48 | 48 |
| 1.1 | Занятия лекционного типа | 16 | 16 |
| 1.2 | Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки | 32/26 | 32/26 |
| 2 | Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации | 60/0 | 60/0 |
| 3 | Промежуточная аттестация – зачет с оценкой | + | + |
| 4 | Всего трудоемкость дисциплины: | | |
| | <i>в академических часах</i> | 108 | 108 |
| | <i>в зачетных единицах</i> | 3 | 3 |

3.2 Объем дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

| № | Виды учебной работы | Трудоемкость в часах | |
|-----|---|----------------------|-------|
| | | 7 сем. | Всего |
| 1 | Контактная работа | 10 | 10 |
| 1.1 | Занятия лекционного типа | 4 | 4 |
| 1.2 | Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки | 6/4 | 6/4 |
| 2 | Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации | 98/4 | 98/4 |
| 3 | Промежуточная аттестация – зачет с оценкой | + | + |
| 4 | Всего трудоемкость дисциплины: | | |
| | <i>в академических часах</i> | 108 | 108 |
| | <i>в зачетных единицах</i> | 3 | 3 |

4 Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение №1 к рабочей программе дисциплины.

5 Структура и содержание дисциплины

5.1 Модульный тематический план

5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

| № темы | Темы дисциплины | Виды учебной работы и трудоемкость, в часах | | | | Трудоемкость, в часах |
|--------|--|---|--|---|------------------------|-----------------------|
| | | Контактная работа | | | Самостоятельная работа | |
| | | Занятия лекционного типа | Занятия семинарского типа. | | | |
| | | всего | в т.ч. в форме практической подготовки | | | |
| 1 | Интегративный характер и место дисциплины «Повышение профессионального мастерства» в комплексе | 4 | 6 | 0 | 12 | 22 |

| | | | | | | |
|---|--|----|----|----|----|-----|
| | дисциплин предметной подготовки | | | | | |
| 2 | Интегрирующая роль педагогического совершенствования в формировании профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре | 2 | - | 0 | 12 | 14 |
| 3 | Фитнес: виды, функции | 2 | 2 | 2 | 12 | 16 |
| 4 | Освоение профессионального мастерства в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности | 4 | 10 | 10 | 12 | 26 |
| 5 | Профильная физическая подготовка студентов в дисциплине «Профессионально-педагогическая деятельность» | 2 | 6 | 6 | 10 | 18 |
| 6 | Хореографическая подготовка фитнес тренера | 2 | 8 | 8 | 2 | 12 |
| | Итого: | 16 | 32 | 26 | 60 | 108 |

5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

| № темы | Темы дисциплины | Виды учебной работы и трудоемкость, в часах | | | | Трудоемкость, в часах |
|--------|--|---|----------------------------|--|------------------------|-----------------------|
| | | Контактная работа | | | Самостоятельная работа | |
| | | Занятия лекционного типа | Занятия семинарского типа. | | | |
| | | | всего | в т.ч. в форме практической подготовки | | |
| 1 | Интегративный характер и место дисциплины «Повышение профессионального мастерства» в комплексе дисциплин предметной подготовки | 0,5 | 2 | 0 | 24 | 26,5 |
| 2 | Интегрирующая роль педагогического совершенствования в формировании профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре | 1 | - | 0 | 10 | 11 |
| 3 | Фитнес: виды, функции | 0,5 | 2 | 2 | 20 | 22,5 |
| 4 | Освоение профессионального мастерства в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности | 1 | 1 | 1 | 20 | 22 |
| 5 | Профильная физическая подготовка студентов в дисциплине «Профессионально-педагогическая деятельность» | 0,5 | - | 0 | 20 | 20,5 |
| 6 | Хореографическая подготовка фитнес тренера | 0,5 | 1 | 1 | 4 | 5,5 |
| | Итого: | 4 | 6 | 4 | 98 | 108 |

5.3 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

5.3.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

| Темы | Содержание |
|------|---|
| 1 | <p><i>Тема Интегративный характер и место дисциплины «Повышение профессионального мастерства» в комплексе дисциплин предметной подготовки</i></p> <p><i>Занятия лекционного типа 1,2.</i> Характеристика профессионального физкультурного образования, направленность на формирование педагога по физической культуре. Структура дисциплины «Повышение профессионального мастерства» по физкультурно-оздоровительным видам, программные установки, содержание и организация работы, требования к студентам. Характеристика видов занятий, требований, самостоятельная работа студентов. Организация учебного процесса по повышению профессионального мастерства.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия)1,2.</i> Программно-нормативная база, определяющая деятельность в сфере физкультурно-оздоровительных услуг. Законы, акты, программы. Авторские программы по фитнесу. Алгоритм разработки. Методический анализ существующих программ по фитнесу. Повышение профессионального мастерства на базе федераций, конвенций, курсов, семинаров по разным направлениям фитнеса.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработать модель своей профессиональной подготовки по</p> |

| | |
|---|--|
| | <p>направлению физическая культура, профилю «Физкультурно-оздоровительные технологии»</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Роль науки и методических разработок в повышении эффективности процесса физкультурно-оздоровительной деятельности с разными группами населения. Анализ научной деятельности в сфере фитнес технологий. Особенности составления методических разработок.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составить методические рекомендации фитнес инструктору по проведению разминки в рамках занятия детским фитнесом. Подготовить презентацию.</p> |
| 2 | <p><i>Тема Интегрирующая роль педагогического совершенствования в формировании профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Педагог по физической культуре, как профессия педагогического профиля, факторы, обуславливающие эффективность работы. Требования к профессиональной деятельности современного фитнес тренера. Соответствие человека требованиям этой профессии. Понятие профессионализма в сфере фитнеса. Развитие положительных качеств и руководство саморазвитием обучающихся. Методы работы с лицами разного возраста. Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств. Овладение системой профессионально значимых двигательных действий и повышение эффективности физкультурно-оздоровительной деятельности.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой.</p> |
| 3 | <p><i>Тема Фитнес: виды, функции</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 4.</i> Роль фитнеса в обществе, жизни отдельного человека. Виды фитнеса. Функции фитнеса в обществе. Роль фитнеса в решении проблемы «оздоровления нации». Тенденция трансформации оздоровительного фитнеса в спортивную деятельность. Виды спортивного фитнеса, характеристика правил соревнований. Организация занятий фитнесом в образовательных учреждениях, фитнес клубах. Характеристика фитнес технологий для дошкольников, школьников, молодежи и лиц зрелого возраста.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 4.</i> Организационно-методические основы занятий фитнесом с разными возрастными группами на примере циклической аэробики. Мастер-класс «Организационно-методические основы занятий фитнесом с разными возрастными группами на примере танцевальной аэробики. Организационно-методические основы занятий фитнесом с разными гендерными группами на примере силового фитнеса. Принципы, методы, средства, техника упражнений, дозировка нагрузки, планирование».</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработать содержание мастер класса по изученным направлениям фитнес технологий.</p> |
| 4 | <p><i>Тема Освоение профессионального мастерства в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности</i></p> <p><i>Занятия лекционного типа 5,6.</i> Профессиональное мастерство в физкультурно-оздоровительной деятельности. Профессиональный стандарт. Структура профессиональной деятельности. Характеристика обобщенных трудовых функций. Возможные наименования должностей, профессий. Требования к образованию и обучению. Характеристика трудовых действий. Необходимые умения. Необходимые знания. Требования к личностным качествам. «Компетентность», «конкурентоспособность». Этапы профессионального роста. Реализация общих вопросов теории и методики «Профессионально-педагогическая деятельность» на предметной основе на предметной основе базовых и инновационных видов физкультурно-оздоровительных технологий. Современные требования к инструктору-методисту по фитнесу. Требования работодателей при приеме на работу: требования к знаниям, умениям, владениям, личностным качествам. Требования к инструктору индивидуальных и групповых программ. Направления деятельности по совершенствованию профессиональных качеств инструктора-методиста по фитнесу. Тематические аспекты тестирования в рамках квалификационного экзамена по фитнесу. Методика преподавания (Управление группой (вербальный и невербальный кьюинг). Методы разучивания элементов. Методы ведения уроков (фристайл и линейный метод). Техника безопасности на занятиях. Способы усложнения применяемых упражнений. Используемое дополнительное оборудование.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 5.</i> Постановка целей в профессиональной деятельности. Этапы целеполагания. «Работа» с препятствиями. Поиск ресурсов. Профессиональная рефлексия. Тренинг профессионально-значимых качеств. Анализ биографий успешных личностей. Методы предупреждения конфликтов. Регулирование и разрешение конфликтов. Мастерство профессионального взаимодействия. Ораторское мастерство. Конфликт и методы его преодоления.</p> |

| | |
|---|--|
| | <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка)6.</i> Специфика деятельности фитнес-тренера в персональном формате. Соотношение целесообразности предоставления фитнес-услуг и потребностей клиента. Специфика деятельности фитнес-тренера в групповом формате. Групповая динамика. Регулирование внутригрупповых процессов.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение материала практического занятия. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. Подготовка к демонстрации практических навыков.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка)7.</i> Феномен двигательной импровизации в программах разной направленности. Демонстрация практических навыков.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение материала практического занятия. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. Подготовка к демонстрации практических навыков.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка)8,9.</i> Педагогическое мастерство фитнес-тренера. Педагогические способности. Кьюинг. Демонстрация практических навыков. Средства и методы мотивации клиентов. Учет типологии клиента. Пути разрешения проблемных ситуаций. Демонстрация практических навыков.</p> |
| | <p><i>Тема Профильная физическая подготовка студентов в дисциплине «Профессионально-педагогическая деятельность»</i></p> |
| 5 | <p><i>Занятие лекционного типа 7.</i> Профильная физическая подготовка студентов в дисциплине «Профессионально-педагогическая деятельность». Проблемы и пути формирования профильной физической подготовки студентов. Роль процесса физического воспитания в учебной деятельности студентов. Характеристика профессиональной деятельности в сфере реализации физкультурно-оздоровительных технологий. Тенденции профессионального образования и концепции системы физического воспитания. Формирование двигательной готовности студентов к профессиональной деятельности. Критерии оценки профильной физической подготовленности студентов.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка)10-12.</i> Профильная физическая подготовка студентов средствами физкультурно-оздоровительных технологий. Совершенствование физических качеств и функционального состояния студентов средствами фитнеса.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовка к демонстрации практических навыков применения средств фитнеса для совершенствования физических качеств и функционального состояния студентов.</p> |
| | <p><i>Тема Хореографическая подготовка фитнес тренера</i></p> |
| 6 | <p><i>Занятие лекционного типа 8.</i> Роль хореографической подготовки в профессиональной деятельности фитнес тренеров. Физическая подготовленность фитнес тренера, как ведущий фактор профессионализма. Психо-эмоциональный климат на занятиях фитнесом, как важнейший компонент оздоровительного воздействия. Характеристика показателей, характеризующих психоэмоциональное состояние занимающихся фитнес тренировкой: самочувствие, настроение, желание заниматься. Мотивы и потребности в занятиях: стремление к самосовершенствованию, стремление к самовыражению и самоутверждению, социальные установки, удовлетворение духовных и материальных потребностей. Методики оценки психоэмоционального состояния.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 13.</i> Содержание базовой хореографической подготовки фитнес тренера. Базовые позиции и передвижения. Пор де бра, как средство хореографической подготовки. Методический анализ видеоматериалов по хореографической подготовке. Уличные и клубные стили танцев. Базовые движения, связки. Методический анализ видеоматериалов по современным танцевальным направлениям.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить конспект части занятия по хореографической подготовке фитнес тренера танцевальных направлений аэробики.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практическая подготовка)14-16.</i> Совершенствование специальной физической подготовки, специальной двигательной подготовки, с акцентом на развитие физических качеств, предусмотренных спецификой избранного вида оздоровительного или спортивного фитнеса. Совершенствование техники отдельных элементов избранного вида фитнеса.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Выполнение упражнений специально-двигательной направленности. Обучение элементам избранного вида фитнеса. Проведение тестирования физической подготовленности по расширенной программе с последующим анализом результатов и составлением индивидуальных коррекционно-развивающих комплексов для совершенствования</p> |

отстающих в развитии физических качеств. Освоение новых и совершенствование базовых элементов избранного вида фитнеса.

5.3.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (заочная форма обучения)

| Темы | Содержание |
|------|---|
| 1 | <p><i>Тема Интегративный характер и место дисциплины «Повышение профессионального мастерства» в комплексе дисциплин предметной подготовки</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Характеристика профессионального физкультурного образования, направленность на формирование педагога по физической культуре. Структура дисциплины «Повышение профессионального мастерства» по физкультурно-оздоровительным видам, программные установки, содержание и организация работы, требования к студентам. Характеристика видов занятий, требований, самостоятельная работа студентов. Организация учебного процесса по повышению профессионального мастерства.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. Разработать модель своей профессиональной подготовки по направлению физическая культура, профилю «Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес». Составить методические рекомендации фитнес инструктору по проведению разминки в рамках занятия детским фитнесом. Подготовить презентацию».</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)1.</i> Программно-нормативная база, определяющая деятельность в сфере физкультурно-оздоровительных услуг. Законы, акты, программы. Авторские программы по фитнесу. Алгоритм разработки. Методический анализ существующих программ по фитнесу. Повышение профессионального мастерства на базе федераций, конвенций, курсов, семинаров по разным направлениям фитнеса. Роль науки и методических разработок в повышении эффективности процесса физкультурно-оздоровительной деятельности с разными группами населения. Анализ научной деятельности в сфере фитнес технологий. Особенности составления методических разработок.</p> |
| 2 | <p><i>Тема Интегрирующая роль педагогического совершенствования в формировании профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Педагог по физической культуре, как профессия педагогического профиля, факторы, обуславливающие эффективность работы. Требования к профессиональной деятельности современного фитнес тренера. Соответствие человека требованиям этой профессии. Понятие профессионализма в сфере фитнеса. Развитие положительных качеств и руководство саморазвитием обучающихся. Методы работы с лицами разного возраста. Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств. Владение системой профессионально значимых двигательных действий и повышение эффективности физкультурно-оздоровительной деятельности.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. Подготовка к работе по контрольным вопросам.</p> |
| 3 | <p><i>Тема Фитнес: виды, функции</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Роль фитнеса в обществе, жизни отдельного человека. Виды фитнеса. Функции фитнеса в обществе. Роль фитнеса в решении проблемы «оздоровления нации». Тенденция трансформации оздоровительного фитнеса в спортивную деятельность. Виды спортивного фитнеса, характеристика правил соревнований. Организация занятий фитнесом в образовательных учреждениях, фитнес клубах. Характеристика фитнес технологий для дошкольников, школьников, молодежи и лиц зрелого возраста.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 2.</i> Организационно-методические основы занятий фитнесом с разными возрастными группами на примере циклической аэробики. Мастер-класс «Организационно-методические основы занятий фитнесом с разными возрастными группами на примере танцевальной аэробики. Организационно-методические основы занятий фитнесом с разными гендерными группами на примере силового фитнеса. Принципы, методы, средства, техника упражнений, дозировка нагрузки, планирование».</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработать содержание мастер-класса по изученным направлениям фитнес технологий.</p> |
| 4 | <p><i>Тема Освоение профессионального мастерства в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Профессиональное мастерство в физкультурно-оздоровительной деятельности. Профессиональный стандарт. Структура профессиональной деятельности. Характеристика обобщенных трудовых функций. Возможные наименования должностей, профессий. Требования к образованию и обучению. Характеристика трудовых действий. Необходимые умения. Необходимые знания. Требования к личностным качествам. «Компетентность», «конкурентоспособность». Этапы профессионального роста. Реализация</p> |

| | |
|---|---|
| | <p>общих вопросов теории и методики «Профессионально-педагогическая деятельность» на предметной основе на предметной основе базовых и инновационных видов физкультурно-оздоровительных технологий. Современные требования к инструктору-методисту по фитнесу. Требования работодателей при приеме на работу: требования к знаниям, умениям, владениям, личностным качествам. Требования к инструктору индивидуальных и групповых программ. Направления деятельности по совершенствованию профессиональных качеств инструктора-методиста по фитнесу. Тематические аспекты тестирования в рамках квалификационного экзамена по фитнесу. Методика преподавания (Управление группой (вербальный и невербальный кьюинг). Методы разучивания элементов. Методы ведения уроков (фристайл и линейный метод). Техника безопасности на занятиях. Способы усложнения применяемых упражнений. Используемое дополнительное оборудование.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. Самостоятельно изучить вопросы: «Постановка целей в профессиональной деятельности. Этапы целеполагания. «Работа» с препятствиями. Поиск ресурсов. Профессиональная рефлексия. Тренинг профессионально-значимых качеств. Анализ биографий успешных личностей. Методы предупреждения конфликтов. Регулирование и разрешение конфликтов. Мастерство профессионального взаимодействия. Ораторское мастерство. Конфликт и методы его преодоления. Специфика деятельности фитнес-тренера в персональном формате. Соотношение целесообразности предоставления фитнес-услуг и потребностей клиента. Специфика деятельности фитнес-тренера в групповом формате. Групповая динамика. Регулирование внутригрупповых процессов».</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 3.</i> Феномен двигательной импровизации в программах разной направленности. Демонстрация практических навыков. Педагогическое мастерство фитнес-тренера. Педагогические способности. Кьюинг. Демонстрация практических навыков. Средства и методы мотивации клиентов. Учет типологии клиента. Пути разрешения проблемных ситуаций. Демонстрация практических навыков.</p> |
| 5 | <p><i>Тема Профильная физическая подготовка студентов в дисциплине «Профессионально-педагогическая деятельность»</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Профильная физическая подготовка студентов в дисциплине «Профессионально-педагогическая деятельность». Проблемы и пути формирования профильной физической подготовки студентов. Роль процесса физического воспитания в учебной деятельности студентов. Характеристика профессиональной деятельности в сфере реализации физкультурно-оздоровительных технологий. Тенденции профессионального образования и концепции системы физического воспитания. Формирование двигательной готовности студентов к профессиональной деятельности. Критерии оценки профильной физической подготовленности студентов.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. Самостоятельно изучить вопрос: «Профильная физическая подготовка студентов средствами физкультурно-оздоровительных технологий. Совершенствование физических качеств и функционального состояния студентов средствами фитнеса».</p> |
| 6 | <p><i>Тема Хореографическая подготовка фитнес тренера</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Роль хореографической подготовки в профессиональной деятельности фитнес тренеров. Физическая подготовленность фитнес тренера, как ведущий фактор профессионализма. Психо-эмоциональный климат на занятиях фитнесом, как важнейший компонент оздоровительного воздействия. Характеристика показателей, характеризующих психоэмоциональное состояние занимающихся фитнес тренировкой: самочувствие, настроение, желание заниматься. Мотивы и потребности в занятиях: стремление к самосовершенствованию, стремление к самовыражению и самоутверждению, социальные установки, удовлетворение духовных и материальных потребностей. Методики оценки психоэмоционального состояния.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. Подготовить конспект части занятия по хореографической подготовки фитнес тренера танцевальных направлений аэробики. Самостоятельно изучить вопросы: «Совершенствование специальной физической подготовки, специальной двигательной подготовки, с акцентом на развитие физических качеств, предусмотренных спецификой избранного вида оздоровительного или спортивного фитнеса.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка)3.</i> Содержание базовой хореографической подготовки фитнес тренера. Базовые позиции и передвижения. Пор де бра, как средство хореографической подготовки. Методический анализ видеоматериалов по хореографической подготовке. Современные стили танцев, как средство хореографической подготовки. Уличные и клубные стили танцев. Базовые движения, связки. Выполнить методический анализ видеоматериалов по современным танцевальным направлениям». Совершенствование техники отдельных элементов избранного вида фитнеса. Выполнение</p> |

упражнений специально-двигательной направленности. Обучение элементам избранного вида фитнеса. Проведение тестирования физической подготовленности по расширенной программе с последующим анализом результатов и составлением индивидуальных коррекционно-развивающих комплексов для совершенствования отстающих в развитии физических качеств. Освоение новых и совершенствование базовых элементов избранного вида фитнеса.

6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1 Обязательная литература

1. Грудницкая Н.Н. Оздоровительные телесно-ориентированные технологии : учебное пособие / Грудницкая Н.Н.. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2014. — 209 с. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/62968.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей
2. Оздоровительные технологии : учебник / Н.М. Белокрылов [и др.]. — Пермь : Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, Астер, 2015. — 130 с. — ISBN 978-5-9905655-8-6. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/70643.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей
3. Профессионализм в сфере физической культуры и спорта: учеб. пособие/ Костюченко В.Ф. и др.-СПб, 2014.- гриф УМО. -1экз.

6.1.2 Дополнительная литература

4. Алексеева Л.М. Комплекс детской общеразвивающей гимнастики.-Ростов н/Д.: Феникс, 2005.-208с. -1экз.
5. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: учебное пособие. Под ред. Мякинченко Е.Б., Шестакова М.П.-М.: СпортАкадемПресс,2006. - 304 с. -1экз.
6. Бурбо Л. Кардиоаэробика. - Ростов н/Д: Феникс, 2005.-160с. -1экз.
7. Волль Б. Фитнес на работе и дома.-М.: Омега- Л, 2006.-144с. -1экз.
8. Детский фитнес.- Планета Фитнес. М.: ООО «Уиц Век», 2006.- 160 с. -1экз.
9. Ким Н., Дьяконов М.Б.Фитнес. -М.: Советский спорт, 2006.-454с. -1экз.
10. Кириченко С.Н. Оздоровительная аэробика 10-11 классы: программа, планирование, разработки занятий.-Волгоград: Учитель, 2011.-95с. -1экз.
11. Лисицкая Т.С., Голенко А.А. Велоаэробика.-М.: Советский спорт,2010.-144с. -1экз.
12. Миловидов В.К. и др. Методы самоконтроля за состоянием здоровья и тренированности занимающихся различными видами оздоровительной аэробики.-Челябинск: Урал ГУФК,2009.-140с. -1экз.
13. Смирнова И.В., Ян Л.А. Бодифлекс, калланетика, пилатес - фитнес для вашего здоровья, красоты, долголетия.-СПб.: Вектор, 2009.-215с. -1экз.
14. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-данс».-СПб.: Детство-пресс, 2007.-384с. -1экз.
15. Хоули Э.Т., Френкс Б.А. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса.-Киев: Олимпийская литература, 2004.-375с. -1экз.

6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

| № п.п. | Наименование программного продукта |
|---|---|
| <i>Лицензионное программное обеспечение</i> | |
| 1. | Операционная система Windows XP Professional |
| 2. | Операционная система Windows 7 Professional |
| 3. | Операционная система Windows XP Professional |
| 4. | Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard |
| 5. | Пакет офисных программ Microsoft office 2010 Standard |
| 6. | Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия) |
| 7. | Kinovea |
| 8. | Corel VideoStudio Pro X4 |
| 9. | GIMP |
| 10. | 7-zip |
| 11. | Movie maker |
| 12. | Project libre |
| 13. | STDUViewer |

| | |
|--|---|
| 14. | Chrome |
| 15. | FireFox |
| 16. | СПС Консультант-плюс |
| 17. | Операционная система Windows 7 Basic |
| 18. | Операционная система Windows 8 для одного языка |
| 19. | Операционная система Windows XP Home Basic |
| <i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i> | |
| 20. | Яндекс Браузер |
| 21. | Dartfish |

6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

| <i>Электронно-библиотечные системы</i> | | <i>Ссылка на ресурс</i> |
|--|--|---|
| 1. | Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС) | http://bibleo.chifk.ru/marcweb2/Default.asp |
| 2. | Электронно-библиотечная система IPRbooks | https://www.iprbookshop.ru/?&a |
| 3. | «Сетевая электронная библиотека вузов физкультуры и спорта» (ООО ЭБС «Лань») | https://e.lanbook.com/ |
| 4. | Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс] | http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/ |
| 5. | Библиотека международной спортивной информации [электронный ресурс] | http://bmsi.ru/ |
| 6. | Справочная правовая система «Консультант плюс» | http://www.consultant.ru/ |
| 7. | Сайт «Фитнес-ГОСТ» [электронный ресурс] | http://xn----ftbelzjsdchm.xn |

7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

| <i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся</i> | <i>Оборудование и технические средства обучения</i> |
|---|--|
| аудитория № 322 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67. | 1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, колонки; 3. Спортивный инвентарь и оборудование: коврики гимнастические |
| аудитория № 138 зал ритмики и фитнеса для проведения практических занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67. | 1. Специализированная мебель: стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: магнитофон; 3. Спортивный инвентарь и оборудование: коврики туристические, велотренажер магнитный, тренажеры эллиптические, степперы, велоэргометр, ролики для прессы двойные, бодибары, медицинболы, степ-платформы, скакалки, мячи, гантели, скамьи гимнастические, палки гимнастические стойки, дорожки беговые |
| аудитория № 324 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67. | 1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук |
| аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся г. Чайковский, ул. Ленина, д.67. | 1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии |