

Подписано электронной подписью:  
Вержицкий Данил Григорьевич  
Должность: Директор КГПИ КемГУ  
Дата и время: 2025-04-23 00:00:00  
471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

**«КЕМЕРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Кузбасский гуманитарно-педагогический институт

Факультет физической культуры, естествознания и природопользования

Кафедра естественнонаучных дисциплин

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Декан

В. А. Рябов

**«23» января 2025г.**

**Рабочая программа дисциплины**

**МДК.01.14 Фитнес с методикой преподавания**

по специальности  
среднего профессионального образования

**44.02.03 Педагогика дополнительного образования**

*Код, название специальности*

Направленность программы

**Физическая культура и спорт**

Форма обучения

***очная***

Новокузнецк, 2025

Сведения об утверждении рабочей программы дисциплины:

Утверждена Ученым советом факультета физической культуры, естествознания и природопользования (протокол Ученого совета факультета № 7 от 23.01.2025г.) для ОПОП 2025 года набора на 2025 – 2026 учебный год по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования, направленность «Физическая культура и спорт».

Одобрена на заседании методической комиссии ФФКЕП (протокол методической комиссии факультета № 4 от 23.01.2025 г.)

Рассмотрена на заседании кафедры

23 января 2025 г. протокол № 6

*Дата*

И.о.зав. кафедрой А.Н.Аксенова

*Ф.И.О.*

## Оглавление

|                                                                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ.....                                                                    | 4  |
| 1.1 Область применения рабочей программы дисциплины .....                                                       | 4  |
| 1.2 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы среднего профессионального образования..... | 4  |
| 1.3 Цель и задачи дисциплины - требования к результатам освоения .....                                          | 4  |
| 1.4 Количество часов на освоение рабочей программы дисциплины .....                                             | 6  |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ .....                                                                      | 6  |
| 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы .....                                                        | 6  |
| 2.2 Тематический план и содержание дисциплины .....                                                             | 7  |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ .....                                                        | 9  |
| 3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению .....                                        | 9  |
| 3.2 Информационное обеспечение.....                                                                             | 9  |
| 3.2.1 Основная и дополнительная учебная литература по дисциплине .....                                          | 9  |
| 3.2.2 Электронно-библиотечные системы, электронные базы периодических изданий.....                              | 9  |
| 3.2.3 Образовательные ресурсы и профессиональные базы данных .....                                              | 10 |
| 3.3 Общие требования к организации образовательного процесса .....                                              | 10 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....                                                       | 11 |

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **1.1 Область применения рабочей программы дисциплины**

Рабочая программа дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (далее ОПОП).

## **1.2 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы среднего профессионального образования**

Дисциплина входит в состав профессионального учебного цикла обязательной части ОПОП. Данная дисциплина обеспечивает формирование профессиональной компетенции по виду деятельности «Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам» федерального государственного образовательного стандарта по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (далее ФГОС СПО).

Дисциплина изучается в 4 семестре.

## **1.3 Цель и задачи дисциплины - требования к результатам освоения**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- основные терминологические понятия и социальную роль фитнеса в становлении личности и сохранения здоровья человека;
- структуру построения физкультурно-оздоровительных занятий с учетом половозрастных особенностей занимающихся;
- морфофункциональные, психологические и возрастные особенности занимающихся различных половозрастных групп;
- технику безопасности при использовании фитнес-оборудования и инвентаря.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- проводить физкультурно-оздоровительные занятия с различными категориями населения на основе использования различных фитнес-направлений;
- составлять физкультурно-оздоровительные программы на основе средств фитнеса, учитывая морфофункциональные, психологические и возрастные особенности занимающихся с установкой на восстановление.

В результате освоения дисциплины у обучающихся формируются профессиональные компетенции:

ПК 1.1. Демонстрировать владение деятельностью, соответствующей избранной направленности/профилю дополнительной общеобразовательной программы.

В результате освоения содержания учебной дисциплины обучающийся должен:

**владеть:**

- навыками преподавания по дополнительным общеобразовательным программам определённого профиля;
- навыками планирования и проведения занятий и других форм обучения по дополнительным общеобразовательным программам.

**уметь:**

- осуществлять деятельность и демонстрировать способы её осуществления, соответствующие избранной направленности/профилю;
- определять формы для оценки результатов педагогической и учебно-познавательной деятельности в процессе преподавания по дополнительным общеобразовательным программам.

**знать:**

- предметное содержание деятельности, соответствующей определённому профилю дополнительной общеобразовательной программы.

ПК 1.2. Демонстрировать владение общепедагогическими основами преподавания по дополнительным общеобразовательным программам.

В результате освоения содержания учебной дисциплины обучающийся должен:

**уметь:**

- проводить учебные занятия по фитнесу;

**знать:**

- средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

**владеть:**

- навыками общепедагогических основ преподавания по дополнительным общеобразовательным программам.

ПК 1.3. Определять цель и задачи преподавания по дополнительным общеобразовательным программам.

В результате освоения содержания учебной дисциплины обучающийся должен:

**уметь:**

- определять цель и задачи преподавания по дополнительным общеобразовательным программам;

- выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

**знать:**

- способы определения целей и задач, планировать учебно-тренировочные занятия по фитнесу;

**владеть:**

- навыками определения целей и задач преподавания по дополнительным общеобразовательным программам.

ПК 1.4. Определять и оценивать результаты педагогической и учебно-познавательной деятельности в процессе преподавания по дополнительным общеобразовательным программам.

В результате освоения содержания учебной дисциплины обучающийся должен:

**уметь:**

- оценивать образовательные результаты, формируемые в преподаваемом предмете предметные и метапредметные компетенции;

- определять результаты педагогической и учебно-познавательной деятельности в процессе преподавания по дополнительным общеобразовательным программам.

**знать:**

- теоретические основы и методику планирования занятий.

**владеть:**

- стандартизированными методами психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей, обучающихся;

- инструментарием и методами диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития ребенка.

ПК 1.5. Контролировать и корректировать процесс обучения по дополнительной общеобразовательной программе.

В результате освоения содержания учебной дисциплины обучающийся должен:

**уметь:**

- организовывать, осуществлять контроль и оценку учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися.

**знать:**

- законодательство РФ об образовании в части, регламентирующей контроль и оценку освоения ДОП.

**владеть:**

- опытом поиска в различных источниках информации, необходимой педагогу дополнительного образования для разработки ДОП.

ПК 1.6. Анализировать и интерпретировать результаты контроля и оценки деятельности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам.

**уметь:**

- использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

**знать:**

- характеристики и возможности применения различных форм, методов и средств контроля и оценивания освоения ДОП.

**владеть:**

- анализом и корректировкой собственной оценочной деятельности;  
- корректировками процесса освоения образовательной программы, собственной педагогической деятельности по результатам педагогического контроля и оценки освоения образовательной программы.

ПК 1.8. Анализировать занятия.

В результате освоения содержания учебной дисциплины обучающийся должен:

**уметь:**

- планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу в области фитнеса;  
- проводить анализ эффективности учебных занятий и подходов к обучению.

**знать:**

- основы дидактики, психологии, методики, программ, нормативных требований и методических рекомендаций.

**владеть:**

- навыками осуществления профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов общего образования в части анализа содержания современных подходов к организации системы общего образования.

## **1.4 Количество часов на освоение рабочей программы дисциплины**

- максимальной учебной нагрузки обучающегося – 34 часа, в том числе:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 28 часа.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

Таблица 1

| <b>Вид учебной работы</b>                                                                                                  | <b>Объем в часах</b> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <b>Объем дисциплины</b>                                                                                                    | <b>34</b>            |
| Теоретическое обучение                                                                                                     | 2                    |
| Практические занятия                                                                                                       | 26                   |
| Самостоятельная работа<br>в т.ч. написание конспекта, решение ситуационных (профессиональных) задач, составление конспекта | 6                    |
| <b>Промежуточная аттестация – зачет</b>                                                                                    |                      |

## 2.2 Тематический план и содержание дисциплины

Таблица 2

| Наименование разделов и тем                                     | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся                                                                                                                                                                                                                                          | Объем часов | Осваиваемые компетенции    |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------|
| 1                                                               | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 3           | 4                          |
|                                                                 | 4 семестр                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |             |                            |
| Раздел 1. Теоретические аспекты фитнеса                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |             |                            |
| Тема 1.1<br>Фитнес в современной системе физического воспитания | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 4           | ПК-1.1<br>ПК-1.2<br>ПК-1.3 |
|                                                                 | 1. История развития фитнеса и его задачи.<br>2. Влияние физических упражнений на организм человека.<br>3. Общая классификация физических упражнений.<br>4. Постановка целей. Контроль результатов. Понятия о типах телосложения. Измерение состава тела.<br>5. Принципы и методы построения тренировочных программ. | 2           |                            |
|                                                                 | Практическое занятие – не предусмотрено                                                                                                                                                                                                                                                                             |             |                            |
|                                                                 | Самостоятельная работа                                                                                                                                                                                                                                                                                              |             |                            |
|                                                                 | Составление листа целеполагания.<br>Заполнение дневника тренировок (листа целей).                                                                                                                                                                                                                                   | 2           |                            |
|                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |             |                            |
| Раздел 2. Практические аспекты фитнеса                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |             |                            |
| Тема 2.1<br>Основы питания.                                     | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 6           |                            |
|                                                                 | Понятия о калориях. Вода. Витамины и минералы.<br>Баланс Б/Ж/У<br>График питания.                                                                                                                                                                                                                                   | 4           |                            |
|                                                                 | Практическое занятие № 1                                                                                                                                                                                                                                                                                            |             |                            |
|                                                                 | Заполнение дневника тренировок (листа расчета калорий). Составить рацион питания для различных типов фигур.                                                                                                                                                                                                         | 2           |                            |
|                                                                 | Самостоятельная работа – не предусмотрена                                                                                                                                                                                                                                                                           |             |                            |
| Тема 2.2<br>Активность в режиме дня. Сжигание жира.             | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 6           | ПК-1.1<br>ПК-1.5<br>ПК-1.6 |
|                                                                 | Кардиотренировки                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 2           |                            |
|                                                                 | Практическое занятие № 2                                                                                                                                                                                                                                                                                            |             |                            |
|                                                                 | Составить комплексы кардиотренировок для различных типов фигур                                                                                                                                                                                                                                                      | 4           |                            |
|                                                                 | Самостоятельная работа-не предусмотрена                                                                                                                                                                                                                                                                             |             |                            |

|                                                 |                                                                                     |           |                                      |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------|
|                                                 |                                                                                     |           |                                      |
| <b>Тема 2.3</b><br>Силовые тренировки.          | <b>Содержание учебного материала</b>                                                | <b>6</b>  | ПК-1.1<br>ПК-1.4<br>ПК-1.5<br>ПК-1.6 |
|                                                 | Принципы построения силовых тренировок.                                             | 2         |                                      |
|                                                 | <b>Практическое занятие № 3</b>                                                     |           |                                      |
|                                                 | Составление комплексов силовых тренировок для различных типов фигур                 | 4         |                                      |
|                                                 | <b>Самостоятельная работа-не предусмотрена</b>                                      |           |                                      |
| <b>Тема 2.4</b><br>Увеличение<br>эффективности. | <b>Содержание учебного материала</b>                                                | <b>12</b> | ПК-1.1<br>ПК-1.5<br>ПК-1.6<br>ПК-1.8 |
|                                                 | Новые методы тренировок. Отстающие группы мышц. Преодоление застоя.                 | 4         |                                      |
|                                                 | <b>Практическое занятие № 3</b>                                                     |           |                                      |
|                                                 | Разработать средства и методы для увеличения эффективности тренировочного процесса. | 4         |                                      |
|                                                 | <b>Самостоятельная работа</b>                                                       |           |                                      |
|                                                 | Анализ литературы по тематике лекционных занятий                                    | 4         |                                      |

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает специальные учебные помещения, оборудованные мебелью, в том числе:

1) Кабинет гуманитарных дисциплин, оснащенный оборудованием:

- посадочными местами (по количеству обучающихся), рабочим местом преподавателя;

- учебной доской, компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду, акустической системой, экраном и мультимедийным проектором;

- учебно-методическими материалами, наглядными пособиями (в том числе на электронных носителях);

- зал гимнастики;

- тренажерный зал.

2) Кабинет для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации:

3) Помещения для самостоятельной работы с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, в том числе электронную библиотеку КГПИ КемГУ.

*Программное обеспечение общего назначения:*

Яндекс.Браузер (отечественное свободно распространяемое ПО), Firefox 14 (свободно распространяемое ПО), Opera 12 (свободно распространяемое ПО), LibreOffice (свободно распространяемое ПО), FoxitReader (свободно распространяемое ПО), AdobeReaderX I (свободно распространяемое ПО), WinDjView (свободно распространяемое ПО).

#### **3.2 Информационное обеспечение**

##### **3.2.1 Основная и дополнительная учебная литература по дисциплине**

###### **Основная литература**

1. Шипилина, И. А. **Фитнес-спорт** : учебник для среднего профессионального образования / И. А. Шипилина, И. В. Самохин. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2004. - 216 с. - (Образовательные технологии в массовом и олимпийском спорте). - Библиогр.: с. 213-214. - ISBN 5222051943. - Текст : непосредственный.

###### **Дополнительная литература**

1. Пшеничникова, Г. Н. **Аэробика в школе** : учебное пособие / Г. Н. Пшеничникова, Ю. В. Коричко ; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Электронные текстовые данные. - Омск : СибГУФК, 2009. - 244 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274952> (дата обращения: 22.01.2020). - Текст : электронный.

2. Витун, В. Г. **Силовая подготовка студентов в процессе высшего образования** : учебное пособие / В. Г. Витун, М. И. Кабышева ; МО и науки РФ, ФГБОУ ВПО «Оренбургский государственный университет». – Электронные текстовые данные. – Оренбург : ОГУ, 2014. - 110 с. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=330602> (дата обращения: 24.01.2020). - Текст : электронный.

##### **3.2.2 Электронно-библиотечные системы, электронные базы периодических изданий**

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным

неограниченным доступом к электронно-библиотечным системам, электронным базам периодических изданий:

#### **Доступные ЭБС**

**1. Электронно-библиотечная система "Лань" - <http://e.lanbook.com>**

Договор № 26-ЕП от 25.03.2025 г., период доступа с **03.04.2025 г. по 02.04.2026 г.**, Доступ из локальной сети КГПИ КемГУ свободный, неограниченный, с домашних ПК – авторизованный.

Коллекция ФПУ 10-11 кл., издательство «Просвещение», Договор № 112-ЕП от 27.05.2024 г. Срок действия договора **01.08.2024-31.07.2025**

**2. Электронно-библиотечная система «Знаниум» - [www.znaniium.com](http://www.znaniium.com)**

Договор № 76 ЭБС от 12.02.2025, период доступа с **18.03.2025 г. по 17.03.2026 г.** Доступ из локальной сети КГПИ КемГУ свободный, неограниченный, с домашних ПК – авторизованный.

**3. Электронно-библиотечная система «Юрайт» - <http://urait.ru>.**

Договор № ЕП03 – 223/2025 от 28.01.2025 г., период доступа с **17.02.2025 г. по 16.02.2026 г.** Доступ из локальной сети КГПИ КемГУ свободный, с домашних ПК – авторизованный.

#### **Электронные библиотечные ресурсы:**

**4. Электронная полнотекстовая база данных периодических изданий по общественным и гуманитарным наукам ООО «ИВИС», <https://dlib.eastview.com>.** Договор № 427 – П от 13.01.2025 г период подписки с **01.01.2025 г. по 31.12.2025 г.**, доступ предоставляется из локальной сети КГПИ КемГУ.

**5. Научная электронная библиотека – <http://elibrary.ru>.**

Доступ к отдельным периодическим изданиям. Доступ к отдельным периодическим изданиям. Договор № № SU-365/2025 от 20.12.2024 г. период подписки с **01.01.2025 г. по 31.12.2025 г.** Доступ авторизованный.

**6. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) - <https://icdlib.nspu.ru>**

КГПИ КемГУ является участником и пользователем МЭБ. Договор № 34 от 30.09.2020 г. (договор **бессрочный**). Доступ из локальной сети КГПИ КемГУ свободный, с домашних ПК – авторизованный.

**7. Электронная библиотека КГПИ КемГУ – <https://elib.nbikemsu.ru/MegaPro/Web>.**

Доступ к ЭБС из локальной сети КГПИ КемГУ свободный, с домашних ПК – авторизованный.

### **3.2.3 Образовательные ресурсы и профессиональные базы данных**

**Федеральный портал «Российское образование»** – портал представляет собой единое окно доступа к информационным ресурсам и базу данных публикаций. Режим доступа: <http://www.edu.ru/> Доступ свободный.

**Педагогическая библиотека** – содержит большое количество полнотекстовой литературы по педагогике и ее прикладным отраслям Режим доступа: <https://pedlib.ru/> Текст: электронный.

**Педагогическая периодика** – электронный тематический каталог «Педагогическая Периодика», содержащий точные ссылки на наиболее интересные статьи, опубликованные в периодической печати за последние десять лет и посвященные педагогическим проблемам. Режим доступа: <http://periodika.websib.ru/> . Доступ свободный.

**Soc.Lib.ru.** – материалы по социологии, психологии и управлению. Режим доступа <http://soc.lib.ru/> Доступ свободный.

### **3.3 Общие требования к организации образовательного процесса**

Дисциплина является важным элементом в системе профессиональной подготовки

педагога, осуществляющего педагогическую деятельность в образовательных организациях дополнительного образования. Освоение умений и знаний предполагает развитие творчески активной личности, умеющей применять сформированные умения и знания в новых постоянно меняющихся профессиональных условиях.

В содержании программы предусмотрено последовательное согласование изучаемого материала с другими дисциплинами/профессиональными модулями учебного плана специальности.

Особенностями рабочей программы дисциплины являются:

- четко выраженная практическая профессионально-педагогическая направленность;
- использование знаний полученных на педагогической практике;
- использование на занятиях современной дидактической базы.

Теоретические занятия проводятся в форме лекций различного вида, в том числе интерактивных, проблемных. Содержание и формы практической работы определены с учетом необходимости активизировать познавательную деятельность обучающихся. На практических занятиях выполняются письменные и устные задания, требующие многоаспектного анализа педагогических и организационно-управленческих ситуаций, решения профессионально-ориентированных задач.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 3

| Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Перечень навыков, осваиваемых в рамках дисциплины:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками преподавания по дополнительным общеобразовательным программам определённого профиля;</li> <li>- навыками планирования и проведения занятий и других форм обучения по дополнительным общеобразовательным программам;</li> <li>- навыками общепедагогических основ преподавания по дополнительным общеобразовательным программам;</li> <li>- навыками определения целей и задач преподавания по дополнительным общеобразовательным программам;</li> <li>- стандартизированными методами психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей, обучающихся;</li> <li>- инструментарием и методами диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития ребенка;</li> <li>- анализом и корректировкой собственной оценочной деятельности;</li> <li>- корректировками процесса освоения образовательной программы, собственной педагогической деятельности по результатам педагогического контроля и оценки освоения образовательной программы;</li> <li>- навыками осуществления профессиональной деятельности в соответствии с требова-</li> </ul> | <p><b>Текущий контроль</b><br/>Оценка результатов выполнения практических заданий</p> <p><b>Промежуточный контроль</b><br/>4 семестр - оценка результатов аттестации в другой форме (тестирование) – оценка результатов тестирования;</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>ниями федеральных государственных образовательных стандартов общего образования в части анализа содержания современных подходов к организации системы общего образования.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                           |
| <p><b>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять деятельность и демонстрировать способы её осуществления, соответствующие избранной направленности/профилю;</li> <li>- определять формы для оценки результатов педагогической и учебно-познавательной деятельности в процессе преподавания по дополнительным общеобразовательным программам;</li> <li>- проводить учебные занятия по фитнесу;</li> <li>- определять цель и задачи преподавания по дополнительным общеобразовательным программам;</li> <li>- выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;</li> <li>- оценивать образовательные результаты, формируемые в преподаваемом предмете предметные и метапредметные компетенции;</li> <li>- определять результаты педагогической и учебно-познавательной деятельности в процессе преподавания по дополнительным общеобразовательным программам;</li> <li>- организовывать, осуществлять контроль и оценку учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися;</li> <li>- использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;</li> <li>- планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу в области фитнеса;</li> <li>- проводить анализ эффективности учебных занятий и подходов к обучению.</li> </ul> | <p><b>Текущий контроль</b><br/>Оценка результатов выполнения практических заданий</p> <p><b>Промежуточный контроль</b><br/>4 семестр - оценка результатов аттестации в другой форме (тестирование) – оценка результатов тестирования;</p> |
| <p><b>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметное содержание деятельности, соответствующей определённому профилю дополнительной общеобразовательной программы;</li> <li>- средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p><b>Текущий контроль</b><br/>Оценка результатов выполнения практических заданий</p> <p><b>Промежуточный контроль</b><br/>4 семестр - оценка результатов аттестации в другой форме (тестирование) – оценка результатов тестирования;</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>поддержания необходимого уровня физической подготовленности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способы определения целей и задач, планировать учебно-тренировочные занятия по фитнесу;</li> <li>- теоретические основы и методику планирования занятий;</li> <li>- законодательство РФ об образовании в части, регламентирующей контроль и оценку освоения ДОП;</li> <li>- характеристики и возможности применения различных форм, методов и средств контроля и оценивания освоения ДОП;</li> <li>- основы дидактики, психологии, методики, программ, нормативных требований и методических рекомендаций.</li> </ul> |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

**Составитель рабочей программы дисциплины:**

Зауэр Наталья Геннадьевна, ст.преподаватель кафедры ФКС

*Ф.И.О. должность, наименование кафедры*