МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ФИТНЕСА

1. Цель освоения дисциплины

Формирование профессиональных компетенций в области преподавания фитнесса.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Методика преподавания фитнеса» относится к базовой части блока дисциплин. Для освоения дисциплины «Методика преподавания фитнеса» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Анатомия», «История физической культуры и спорта», «Методика преподавания баскетбола», «Методика преподавания волейбола», «Методика преподавания гимнастики», «Методика преподавания легкой атлетики», «Методика преподавания плавания», «Методика преподавания подвижных игр», «Методика преподавания спортивного ориентирования», «Обучение лиц с ОВЗ», «Педагогика», «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование», «Психология воспитания», «Теория и методика физической культуры и спорта», «Физиология физической культуры и спорта», «Оборона государства и основы военной службы», «Опасные ситуации социального характера и защита от них», «Теоретические основы безопасности жизнедеятельности», «Теория риска», «Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них», «Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита от них», прохождения практик «Производственная (воспитательная) практика», «Производственная (психолого-педагогическая) практика», «Производственная (технологическая в системе инклюзивного образования) практика», «Учебная практика (по получению первичных профессиональных умений и навыков)».
Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Проектирование учебно-методических материалов по физической культуре», «Теория и методика физической культуры и спорта», «Дорожно-транспортная безопасность», «Ноксология и безопасность человека», «Охрана и оценка условий труда», «Система управления безопасностью жизнедеятельности в РФ», прохождения практик «Производственная (педагогическая) практика по безопасности жизнедеятельности», «Производственная (педагогическая) практика по физической культуре».

3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:
– способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов (ОПК-3);
– способен применять предметные знания в образовательном процессе (ПК-3).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

знать
– основы правильного питания, принципы, средства фитнес-тренировки, этапы обучения в фитнесе, методы и методические приемы обучения фитнес-упражнениям, структуру построения занятия;

уметь
– осуществлять самоконтроль при занятиях фитнесом;

владеть

– критериями и методами фитнес-тестирвоания, методикой обучения фитнес-упражнениям.

4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение

количество зачётных единиц – 2,
общая трудоёмкость дисциплины в часах – 72 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 28 ч., СРС – 40 ч.),
распределение по семестрам – 7,
форма и место отчётности – аттестация с оценкой (7 семестр).

5. Краткое содержание дисциплины

Теоретико-методические основы преподавания фитнеса.
Теория и методика фитнеса

6. Разработчик

Н.В. Петрученя канд. пед. наук, доцент кафедры теории и методики обчения физичсекой культуре и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО "ВГСПУ".